

Булінг. Протидія булінгу в школі

Якщо ти байдужий до страждань інших,
ти не заслуговуєш називатися людиною. (Сааді)

Останнім часом надзвичайно загострилася проблема насильства, довготривалих агресивних проявів та третирування у міжособистісних стосунках підлітків, здійснюваних самими дітьми одне до одного. За своєю сутністю - це специфічна форма агресивної поведінки, при якій сильніший (авторитетний) учень (або учні) систематично переслідує іншого (слабкого). Ситуація третирування не обмежується лише ролями «агресора» та «жертви», вона залучає інших однокласників, роблячи їх активними або пасивними учасниками цих відносин. Такі стосунки отримали назву шкільний булінг, розповсюдження якого впродовж останніх років визнано в освітній практиці та є соціальною проблемою.

Явище булінгу надзвичайно поширене у сучасній школі, педагоги багато роблять для того, щоб запобігати знущанням та своєчасно усівати його, але цю проблему іноді замовчують, не афішують випадки знущань, її не прийнято обговорювати. За таких умов проблема не усувається, навпаки, вона набуває більших обсягів і жорстокіших проявів. Запобігання та профілактика випадків шкільного насильства є найважливішим завданням педагогів та психологів, оскільки жорстоке ставлення до дитини неминуче призводить до низки руйнівних наслідків.

Булінг (bullying, від англ. bully - хуліган, забіяка, задирака, грубіян, насильник) - це форма психічного насильства у вигляді утиску, дискримінації, цькування, травлі, бойкоту, дезінформації, псування особистих речей, фізичної розправи. Цей термін означає тривалий процес свідомого жорстокого ставлення (фізичного та психічного) з боку дитини або групи до іншої дитини або інших дітей, які не здатні захистити себе в даній ситуації. Булінг - явище глобальне і масове.

Булінг характеризують чотири головні компоненти:

- по-перше: це агресивна і негативна поведінка;
- по-друге: булінг здійснюється систематично;
- по-третє: булінг відбувається у взаємостосунках, учасники яких мають неоднакову владу та фізичні можливості;
- по-четверте: булінгова поведінка є навмисною.

Мотивацією до булінгу стають заздрість, помста, відчуття неприязні до жертви, прагнення підкорювати собі, боротьба за лідерство, потреба у підпорядкуванні лідерові або нейтралізації суперника; зіткнення різних субкультур, цінностей, поглядів і невміння толерантно ставитися до них; наявність у дитини-жертви психічних і фізичних вад; відсутність предметного дозволу; бажання принизити заради задоволення, розваги чи самоствердження; потреба у самоствердженні та навіть у задоволенні садистських потреб окремих осіб.

Булінг також може виникати як компенсація за невдачі у навчанні,

суспільному житті, а також від тиску та жорстокого поводження батьків чи інших дорослих, при недостатній увазі з боку дорослих тощо; як крайня міра, коли учень вичерпав всі інші можливості для задоволення своїх потреб, і у випадках, коли учні протестують проти певних правил, виражаючи невдоволення, прагнучи зруйнувати дещо в своєму оточенні. Булінг у шкільному середовищі може виникати і тоді, коли відбувається боротьба між учнями за вищий статус у груповій ієрархії, задоволення своїх соціальних потреб та як інструмент маніпулювання та контролю учнем свого мікросоціуму.

Рольова структура булінгу має три елементи:

- булер, переслідувач, агресор;
- жертва;
- спостерігачі.

Виходячи із практичних спостережень, можна визначити наступні форми шкільного булінгу:

Фізичний шкільний булінг - умисні поштовхи, удари, стусани, побої нанесення інших тілесних ушкоджень, різного виду знущання, образливі жести або дії, пошкодження особистих речей та інші дії з майном (крадіжка, грабіж, ховання особистих речей жертви), фізичні приниження та ін.

Сексуальний булінг є підвидом фізичного та означає дії сексуального характеру. Його важко розпізнати, тому що жертва сексуального булінгу панічно боїться розповісти про це дорослим, замикається у собі, постійно плаче насамоті, категорично відмовляється надавати будь-яку інформацію, може вчиняти спроби суїциду.

Психологічний шкільний булінг - насильство, пов'язане з дією на психіку, що завдає дитині психологічного травмування шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно заподіюється емоційна невпевненість жертви. До цієї форми можна віднести:

- вербальний булінг: образливе ім'я, з яким постійно звертаються до жертви, обзивання, поширення образливих чуток, словесне приниження, бойкот та ігнорування, залякування, використання агресивних жестів та інтонацій голосу для примушування жертви до здійснення певних дій, систематичні кепкування з будь-якого приводу (від національності до зовнішнього вигляду дитини), задержуватись, ігнорування або ізоляція (жертва навмисне ізолюється, виганяється або ігнорується частиною учнів або всім класом), психологічне приниження, погрожування тощо.
- вимагання (грошей, коштовних або інших речей, їжі, примус що-небудь вкрасти);
- кібербулінг - новітній спосіб знущання з використанням електронних засобів комунікації, який включає: приниження та цькування за допомогою мобільних телефонів, гаджетів, Інтернету

У своїй загальновідомій книзі «Булінг в школі: що ми знаємо і що ми можемо зробити?», норвезький психолог Дан Ольвеус визначає наступні типові риси учнів, схильних ставати булерами:

- вони відчують сильну потребу панувати й підпорядковувати собі інших

- уців, переслідуючи власні цілі;
- вони імпульсивні й легко шаленіють;
- вони часто зухвалі та агресивні у ставленні до дорослих (передусім батьків та вчителів);
- вони не виявляють співчуття до своїх жертв;
- якщо це хлопчики, вони зазвичай фізично сильніші за інших.

Типові жертви булінгу, за дослідженням Д. Ольшеуса також мають свої характерні риси:

- вони полохливі, вразливі, замкнуті й соромливі;
- вони часто тривожні, невпевнені в собі, нещасні, мають низьку самоповагу;
- вони схильні до депресії й частіше за своїх ровесників думають про самогубство;
- вони часто не мають жодного близького друга та успішніше спілкуються з дорослими або з молодшими за віком, ніж із однолітками;
- якщо це хлопчики, вони можуть бути фізично слабшими за своїх ровесників.

Діти, що стали жертвами булінгу, проявляють наступні (у тому числі патологічні) особливості поведінки:

- вони прикидаються хворими, щоб уникнути походу до школи;
- бояться самотійно йти до школи та зі школи, просять проводити їх, спізнюються на уроки;
- їхня поведінка значно змінюється у бік віктимності;
- в них спостерігаються явні симптоми страху, що полягають у порушеннях сну і апетиту, нічному крику, нервовому тику, відлюдкуватості і скритності;
- в них виявляють рваний одяг або пошкоджені речі;
- вони часто просять дати грошей, або крадуть їх;
- в них знижується якість навчання, вони втрачають інтерес до улюблених занять;
- мають постійні ссадини, гематоми, синці та інші травми;
- вони мовчазливі, не бажають йти на контакт;
- як прояв крайнього ступеню: можуть здійснити суїцид.

Зазвичай жертвами шкільного булінгу стають діти, які мають:

- фізичні недоліки: носять окуляри, діти зі зниженим слухом, із порушеннями опорно-рухового апарату; діти, які фізично слабші за своїх однолітків; мають надто низький або надто високий зріст;
- особливості поведінки: замкнуті, відсторонені, тривожні, імпульсивні, плаксиві, нещасливі, діти з проблемних сімей та діти із заниженою самооцінкою;
- особливості зовнішності: руде волосся, ластовиння, клаповухість, криві ноги, особливості форми голови, надмірну чи наднизьку вагу тіла;
- недостатньо розвинені соціальні навички: не вміють спілкуватись з однолітками, часто не мають друзів, перебувають під надмірною гіперопікою батьків, невпевнені у собі, відчують беззахисність;
- відчують страх перед школою: мають негативне ставлення до школи внаслідок неуспішності у навчанні, підвищену тривожність та невпевненість, страх відвідування окремих навчальних предметів;
- відсутність досвіду життя в колективі: домашні діти, що не відвідували дитячий садок, мають нерозвиненість комунікативних навичок;
- хвороби: епілепсія, енурез, заїкання, дислалія (порушення вимови), дисграфія (порушення письма), дислексія (порушення читання).

Практично в усіх країнах булінг більш поширений серед хлопчиків, ніж серед дівчаток, і його жертвами також частіше стають хлопчики. Це не просто пустощі або грубість, а особлива форма взаємин, що потребує психологічної допомоги.

Шкільний булінг за своєю природою є складним, системним та комплексним соціально-психологічним явищем, яке розвивається в ситуації ворожості, конфліктності, страху. На агресивні та жорстокі прояви поведінки булерів впливають наступні чинники:

- культ насильства у суспільстві;
- негативний вплив кіно, телебачення та інших ЗМІ;
- низький рівень виховання учнів «групи ризику»;
- байдужість з боку батьків;
- комп'ютерні ігри, що мотивують на насильство.

Саме у середній школі відбувається збільшення кількості випадків виникнення та прояву булінгу. Проявляється булінг, як правило, в позаурочний час та у неконтрольованих дорослими місцях. Булінг є внутрішньогруповим процесом та передбачає специфічну групову динаміку.

Окрім лікарів, психіатрів, психологів, які займаються зазвичай уже з тими, хто піддався цькуванню та знущанням з боку своїх однолітків або однокласників, до вивчення й профілактики цього явища повинні, безперечно, долучатись учителі, соціальні педагоги, шкільні психологи та батьки школярів.

Профілактика булінгу передбачає роботу за наступними напрямками:

Ознайомлення шкільної громади з поняттями «булінг», «третирування», «цькування» (висвітлення матеріалів на педагогічних радах, засіданнях

методоб'єднань класних керівників, батьківських зборах).

Просвітницька робота фахівців соціально-психологічної служби школи серед дітей та учнівської молоді щодо попередження насильства з використанням основних форм просвітницької роботи.

Формування правосвідомості і правової поведінки учнів, відповідальності за своє життя, розвиток активності, самостійності, творчості учнів, створення умов для самореалізації особистості школярів.

Формування у педагогів та батьків навичок ідентифікації насильства як у своїй поведінці, так і в поведінці дітей з метою формування умінь виокремлювати існуючу проблему.

Створення у шкільному середовищі умов недопущення булінгу та відповідного середовища в освітній установі для профілактики та боротьби з негативними соціально-педагогічними наслідками цього явища.

Проведення бесід з підлітками з метою профілактики булінгу, виступи провідних спеціалістів у системі профілактичної роботи щодо подолання різноманітних форм агресивної поведінки серед підлітків.

Розробка пам'ятки для учнів «Скажімо насильству Ні».

Налагодження співпраці з службою у справах дітей, представниками ВНЗ, ЗМІ, позашкільними установами, недержавними організаціями.

В рамках профілактичної та превентивної роботи у школі за представленими напрямками спланові заходи з попередження проявів булінгу, які мають систематичний характер:

- Починаючи з жовтня місяця 2025 року заступником директора з виховної роботи, Суміш В.В., практичними психологами ліцею, Онищук Н.В., Садковською Н.С., соціальним педагогом, Третьяком Я.О., класними керівниками цілеспрямовано проводились інструктажі, індивідуальні бесіди, заняття, вправи із складанням простих правил безпеки, заняття з вивчення та повторення алгоритму дій під час виявлення та прояву булінгу (цькування) в усіх його видах, враховуючи воєнний стан та дистанційну форму навчання для 6-11 класів.
- Проведення анкетування учнів з метою виявлення проявів насильства.
- Зустрічі із спеціалістами правоохоронних та кримінальних відділів поліції, служби у справах дітей.
- Створення інформаційну пам'ятку для учнів із переліком організацій, до яких можна звернутися у ситуації насилля та правопорушень.
- Бесіди з батьками учнів щодо профілактики булінгу та правил спілкування з дітьми, що потерпають від третирування.
- Виготовлення та розповсюдження учнями профілактичних та пропагандистських буклетів «Стоп булінг».
- Розробка та використання в роботі соціально-психологічної служби

школи «Пам'ятки школяру»

Основні завдання на 2025/2026 навчальний рік:

1. Педагогічному колективу керуватися в своїй діяльності розробленими правилами професійної діяльності педагога, що працює в школі без агресії. Взяти за основу роботу за типом «співпраці і діалогу».
2. Забезпечити виконання вимог законодавства щодо гарантування безпеки усім учасникам освітнього процесу.
3. Розробити конкретні та чіткі правила поведінки усіх учасників освітнього процесу у закладі. На сайті школи оновити правила поведінки учнів у школі.
4. Проводити систематичні моніторингові дослідження стану питання профілактики булінгу з періодичним внесенням отриманих аналітичних матеріалів на засідання ради профілактики, нараді при директору..
5. Виявляти чинники, які перешкоджають безпеці учасників освітнього процесу.
6. Виявляти небезпечні ситуації під час освітнього процесу у закладі та належно реагувати на них, запроваджуючи чіткі процедури втручання.
7. Проводити цикли виховних заходів, позакласних занять тощо із питань безпеки учнів в освітньому середовищі.
8. Створювати ситуації успіху для учнів в освітньому середовищі в межах змішаної форми навчання.
9. Проводити батьківські збори для з'ясування думок батьків про причини проявів насильства в учнів, шляхи та способи їх подолання.