

Хмельницький національний університет
Гуманітарно-педагогічний факультет
Кафедра соціальної роботи і соціальної педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Перший (бакалаврський)

Освітній рівень

«СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ»

Назва теми

Галузь знань 23 Соціальна робота

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність 231 Соціальна робота

Шифр і назва спеціальності

Освітня програма Соціальна робота. Соціальна педагогіка та коучинг

Назва освітньої програми

21011

Номер індивідуального навчального плану студента

Виконав: студент IV курсу, група СРК21-1

[Підпис]
Підпис

Роман ЗАБЛОЦЬКИЙ

Ім'я, прізвище

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент [Підпис]

науковий ступінь, вчене звання

Підпис

Наталія СИНЮК

Ім'я, прізвище

До захисту допускаю:

В.о. зав. кафедри соціальної роботи

і соціальної педагогіки

кандидат педагогічних наук, до

[Підпис]
Підпис

Олена ВАСИЛЕНКО

Ім'я, прізвище

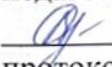
10 червня 2025 р.

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет *гуманітарно-педагогічний*
Кафедра *соціальної роботи і соціальної педагогіки*
Освітній рівень перший (*бакалаврський*)
Галузь знань *23 Соціальна робота*
Спеціальність *231 Соціальна робота*
Освітня програма *Соціальна робота. Соціальна педагогіка та коучинг*

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. завідувача кафедри
соціальної роботи і соціальної
педагогіки

 Олена ВАСИЛЕНКО
протокол № 5 від 19.12. 2024 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Роман ЗАБЛОЦЬКИЙ

1. **Тема кваліфікаційної роботи:** «Соціально-педагогічна профілактика булінгу в підлітковому середовищі».

Керівник кваліфікаційної роботи: Синюк Наталія Вікторівна, кандидат педагогічних наук, доцент.

Затверджено наказом ректора університету 07 лютого 2025 р. № 23.

2. **Строк подання студентом роботи на кафедру** 10 червня 2025 р.

3. **Вихідні дані до роботи:** матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: методи «Опитувальник дослідження рівня соціальних навичок» за методикою Дена Ольвеуса, методика «Визначення рівня емпатії» Мішель Борба, методика К. Томаса «Стиль поведінки у конфліктній ситуації»); методи кількісної та якісної обробки результатів дослідження. Експериментальною базою був Полонський ліцей №3 імені Максима Свінцицького. Участь у експериментальному дослідженні взяли 24 учнів 8-9 класів.

4. **Зміст кваліфікаційної роботи (перелік питань, які потрібно розробити):** вступ, розділ 1. Теоретичний аналіз проблеми булінгу в підлітковому середовищі, явище булінгу як науково-педагогічна проблема, форми та методи соціально-педагогічної профілактики булінгу, зарубіжний та вітчизняний досвід профілактики булінгу, висновки до розділу; розділ 2. Опис методик діагностики рівня прояву булінгу в закладі середньої освіти, програма соціально-педагогічної профілактики булінгу в умовах закладу середньої освіти, практичні рекомендації соціальним педагогам та педагогічним працівникам щодо соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі, висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання, додатки.

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Соціально-педагогічна профілактика булінгу в підлітковому середовищі»

Здобувач Роман ЗАБЛОЦЬКИЙ

Керівник Наталія СИНЮК

Кваліфікаційна робота включає 85 сторінок, з них 67 сторінок основного тексту, 4 рисунки, 7 таблиць, перелік джерел посилання складає 35 найменувань, 4 додати.


Ключові слова: булінг, підлітки, агресія, жертва, профілактика булінгу.

Об'єктом дослідження є профілактика булінгу в підлітковому середовищі.

Предметом дослідження є форми та методи соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі.

За результатами дослідження: було розроблено програму соціально-педагогічної профілактики булінгу для підлітків та надано практичні рекомендації соціальним педагогам і педагогічним працівникам щодо формування безпечного освітнього середовища та розвитку навичок конструктивної взаємодії.

Одержані результати можуть бути корисними для науково-педагогічних працівників, кураторів студентських груп, практикуючих соціальних працівників.

Здобувач  Роман ЗАБЛОЦЬКИЙ

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 10 червня 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	9
1.1 Явище булінгу як науково-педагогічна проблема.....	9
1.2 Форми та методи соціально-педагогічної профілактики булінгу.....	17
1.3 Зарубіжний та вітчизняний досвід профілактики булінгу	30
Висновки до розділу	35
РОЗДІЛ 2 ДІАГНОСТИКА РІВНЯ ПРОЯВУ БУЛІНГУ В УЧНІВСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ ТА ЙОГО СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА	37
2.1 Опис методик діагностики рівня прояву булінгу в закладі середньої освіти ...	37
2.2 Програма соціально-педагогічної профілактики булінгу в умовах закладу середньої освіти	52
2.3 Практичні рекомендації соціальним педагогам та педагогічним працівникам щодо соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі.....	61
Висновки до розділу.....	64
ВИСНОВКИ.....	66
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	68
ДОДАТКИ.....	71
ДОДАТОК А МЕТОДИКА «ОПИТУВАЛЬНИК ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ СОЦІАЛЬНИХ НАВИЧОК» (ЗА Д. ОЛЬВЕУСОМ).....	71
ДОДАТОК Б «МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ РІВНЯ ЕМПАТІЇ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ (ЗА МІШЕЛЬ БОРБОЮ)».....	74
ДОДАТОК В «МЕТОДИКА К. ТОМАСА «ВИЗНАЧЕННЯ СТИЛЮ ПОВЕДІНКИ В КОНФЛІКТНІЙ СИТУАЦІЇ»	76
ДОДАТОК Г «ТРЕНІНГОВА ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ»	79

ВСТУП

У сучасному світі, де цифрові технології стали нероздільною складовою життя для кожної людини, з'явилася нова форма небезпека для підлітків.

Складна і водночас найгостріша проблема являється булінгу — являється формою агресивної поведінки, через інтернет і мобільні пристрої це реалізується. Особливо небезпечним, являється цей тип булінгу, має особливий психологічний тривалий вплив, це дуже болісно триває на підлітків а доросли його не помічають.

Особливість підліткового віку полягає в тому, що це є особливо переходом формування особистості, коли підтримка являється надзвичайно важливою для розуміння і для безпечного середовища. Водночас, молодь саме в цей період стає вразливою до соціального тиску в інтернеті, а також з агресією в цьому просторі. Саме тому соціально-педагогічна профілактика булінгу є актуальним і важливим в освітніх закладах медом роботи.

Актуальність дослідження: полягає в тій причині вибору цієї теми стало спостереження за тим, як сильно впливає булінг на психічний стан школярів. Стало очевидно, під час спілкування з підлітками, що багато із них стикаються знуцанням і цькуванням в онлайн середовищі, або коли вони були свідком цього, але не знали, до кого звертатися чи як саме реагувати. Також було помітно, що педагоги не маю достатньо знань для ефективного регулювання подібними ситуаціями. В умовах сучасного інформаційного простору власний віртуальний світ, що особливо стосується осіб з високим рівнем інтелекту та самооцінки. Однак самоствердження для агресора є завжди деструктивним, незалежності від того який в нього інтелект, матеріальне становище чи виховання. Дослідники із закордону, вивчали таку проблему такі науковці як Sameer Hinduja та Justin, W. Patchin, Peter K. Smith, Dan Olweus, Nancy Willard, Bill Belsey. Також, відчинянні дослідники які вивчали цю тему: Олена Луньова, Ольга Безпалько, Лілія Гриневич, Вікторія Ткаченко, Оксана Філіпішина, Оксана Коваленко. Булінг є предметом предметом вивчення

різних наукових дисциплін такі як, педагогіки, психології, соціології та кримінології.

Об'єктом дослідження є профілактика булінгу в підлітковому середовищі.

Предметом дослідження є форми та методи соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі.

Мета дослідження: теоретичний аналіз проблеми булінгу в підлітковому середовищі, діагностика рівня прояву булінгу в закладі середньої освіти та його соціально-педагогічна профілактика.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз наукової літератури з проблеми булінгу в підлітковому середовищі.
2. Визначити форми та методи соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі.
3. Здійснити діагностику рівня прояву булінгу в закладі середньої освіти.
4. Розробити програму соціально-педагогічної профілактики булінгу в умовах закладу середньої освіти.
5. Надати практичні рекомендації соціальним педагогам та педагогічним працівникам щодо соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі.

У ході дослідження було використано наступні методи: теоретичні методи (аналізу, порівняння, синтезу, узагальнення наукових джерел); емпіричні методи «Опитувальник дослідження рівня соціальних навичок» за методикою Дена Ольвеуса, методика «Визначення рівня емпатії» Мішель Борба, методика К. Томаса «Стиль поведінки у конфліктній ситуації»); методи кількісної та якісної обробки результатів дослідження.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що запропонована програма соціально-педагогічної профілактики булінгу в умовах закладу середньої освіти та запропоновано практичні рекомендації соціальним

педагогам та педагогічним працівникам щодо соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі.

Експериментальна база дослідження: експериментальною базою був Полонський ліцей №3 імені Максима Свінціцького. Участь у експериментальному дослідженні взяли 24 учнів 8-9 класів.

Апробація результатів дослідження. Основні положення кваліфікаційної роботи висвітлено в науковій статті Заблоцький Р., Синюк Н. Методи соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі. Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Професійна підготовка фахівців соціальної сфери: надбання, проблеми, перспективи», 22-23 травня 2025 року, м. Хмельницький. С. 284-287.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається із вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання (45 позицій) та 4 додатків. Загальний обсяг роботи 85 сторінок, з них 53 сторінок основного тексту.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ В УЧНІВСЬКОМУ ТА МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

1.1 Явище булінг як науково-педагогічної проблеми

У сучасному суспільстві проблема булінгу набуває все більшої актуальності, набуває проблема на психічне здоров'я, для становленні особистості та адаптацію у соціум до дітей і підлітків. Булінг збоку однолітків має більш систематичну поведінку з боку підлітків, яка проявляється у психологічних, фізичних, в словесних формах, а також навіть у кіберпросторі. Це явище проявляє серйозні наслідки, для агресорів, так і для жертви і спостерігачів, тому що вона створює загрозу для здорового морально-психологічного настрою у шкільному середовищі.

У другій половині ХХ століття розпочалося визначення наукового феномену як булінг. Один із перших дослідників даної проблеми був Ден Ольвеус, це норвезький психолог, який сформував чітке поняття про булінг як усвідомлення, навмисної або системної агресії з боку однієї або кількох осіб які знущаються над жертвою, тому що, вона не може себе захистити. Через деякий час булінг як її проблематика стала предметом яку вивчають міждисциплінарних досліджень у галузі психології, педагогіки, соціології та юриспруденції.

З точки зору в педагогіці, булінг являється серйозною проблемою для сьогодення. Цей феномен суперечить основам гуманістичного підходу до якісного виховання, робить бар'єри для самореалізації, ще для розвитку потенціалу підлітка, робити не дружні соціальний колектив в шкільному середовищі. Феномен булінгу може задавати школи не лиши учням ай навіть впливати на освітнє середовище. Тому саме профілактика яка може подолати булінг або його применшити мають стати головним завданням і пріоритетом для діяльності соціального педагога.

В Україні є важливе нормативно-правове підґрунтя для регулювання проблем які зв'язані з булінгом. У 2019 році є закон України «Про освіту» туди

було внесено таке поняття як булінг і цькування, були зазначені механізми які потрібні для таких випадків та було передбачено відповідальне покарання за його вчинки. Це засвідчує те, що держава робить акцент на безпечне середовище шкільного життя.

Розгляд булінгу з огляду педагогічної науки не лише як окрему поведінкову проблему а й включно наслідкова форма недоліків систем виховання, недостатніх умінь у соціальних навичках, проблема у сім'ї, відсутність потрібної культури і в додаток не насильної комунікації. Через це, булінг являється комплексною соціально-педагогічною проблемою, яка передбачає для провадження систематичного підходу для її профілактики та діагностичної корекції.

Булінг (або цькування) – це тривале агресивне, неправомірне та систематичне переслідування, залякування або цькування одного або декількох людей іншим (іншими).

У науково-педагогічних літературі, кібербулінг розглядається не лише як форма насильства, а як соціально-психологічне явище, для емоційного розвитку має глибокі наслідки особистості. Дослідники які акцентують увагу на тому, що вплив кібербулінгу проявляється у форматі почуттів тривоги, виникнення депресії, зниження своєї самооцінки а також може виникнути спроби самогубства серед підлітків. Коли учень не звертається за допомогою, це складається особливо складною ситуацією, тому що підліток не вірить в те що дорослий може вплинути чи змінити ситуацію. І потім формується коло інцидентів: коли жертва залишається один на один з агресором який проявляє агресію в бік підлітка, в цей момент агресор відчувається безкарним, а освітнє середовище втрачає довіру серед учнів.

Деякі дослідники роблять акцент на тому, що булінг – це не просто конфлікт чи суперечка між учнями а навіть форма соціального насильства, яка має систематичний характер і спрямована на приниження і домінування над іншими хто слабкий за самого агресора. Ден, Ольвеус має таку позицію, що булінг – це умисна агресивна поведінка, яка з часом буде повторюватися та з

дисбалансом між агресором і його жертвою. Цієї думки притримуються і інші дослідники, такі як, І. Кон. Л. Світлова, С. Степанов, які говорять, що булінг як соціальне явище, яка має глибокі культурні і психологічні коріння.

Українська дослідниця О. Безпалько, на її думку, що булінг потрібно розглядати як форум девіантної поведінки та порушень всіх морально-етичних норм у підлітковому середовищі, що стверджує цілісного підходу для профілактики, навіть як педагогічної, так і соціальної точки зору.

На позицію В. Ільїна так ж потрібно звернути увагу, він вказує, що булінг є показником неблагополуччя в шкільному середовищі, оскільки виникає у закладі, де насамперед відсутній ефективний контроль за поведінкою, також являється не достатнє розвинуте шкільне самоврядування та вдосконалена відносин між підлітками та педагогами.

Відмінність від форми прояву булінгу, у науковій літературі типів поведінкових видів:

1. Фізичний булінг – включає в себе, побиття, штовхання, пошкодження особистих речей і навіть фізичне залякування та погрози.
2. Вербальний булінг – це відносить до образ, приниження, поширення чуток, погрози.
3. Соціальний та емоційний булінг – являє собою ізоляції від колективу, бойкот від їжі, ігнорування оточуючих та плітки.

Кібербулінг – це вид цькування за допомогою гаджетів і інтернет простору до цього відносять менеджери, соціальні мережі, форумі і так далі.

Наявність характерних трьох ключових сторін для булінгу:

1. Агресор або булер – це ініціатор який створює агресивні дії. Як правильно, ця особа бажає домінувати над іншими, також можливо, є власні проблеми у родині чи в оточені де він перебуває.
2. Жертва – це той, хто зазнає цькування. Часто це підлітки які мають низьку самооцінку, мають слабке тіло у фізичному та психологічному плані, замкнутість у собі яке являється не ти повістю для соціального середовища.
3. Спостерігачі – це пасивні учасників, які спостерігають і не беруть

участь в цькуванні, але заздалегідь часто підтримують саме агресора свою є мовчазною позицією або байдужістю.

Глибокими і довготривалими можуть бути такі наслідки булінгу:

Для жертви – може відбуватися розвиток тривожності, депресія, апатія, думки на рахунок вкорочення життя, порушення соціалізації, відмова від навчання.

Для агресора – формування асоціативних установ, ризику девіантного характеру чи кримінальної поведінки.

Для колективу – може характеризуватися, як почуття безпеки, довірлива атмосфера, погіршення дисципліни та морального психологічного клімату.

У контексті соціально-педагогічної профілактичної роботи має особливу увагу і слід приділяти значний відрізок, для формування навичок з зв'язаними з ненасильницькими комунікаційними діями, емпатія співпереживання, а також створити відкритий діалог з учнями, вчителями та батьками. Шкільне середовище має виступати як простір, де кожний підліток буде відчувати себе захищеним, прийнятною і ціною.

Саме тому, булінг як явище соціально-педагогічного характеру також потребує не лише аналогічну реакцію на насильство а навіть на превентивні дії, які будуть спрямовані на гармонізацію міжособистісних стосунків, допомога у виховній толерантності, формування безпечного і навіть дружного середовища.

Ефективною формою профілактики булінгу передбачає залучення до всіх учасників освітнього процесу такі як, адміністрація, педагоги, учні та батьки. Насамперед важливою роллю соціального педагога, який виступає посередником переговорів між підлітками та батьками, педагогами та іншими фахівцями. Його завдання – це запобігання процесу булінгу, надання соціально-психологічної допомоги, організованої профілактичної та просвітницької роботи.

Для профілактики булінгу належать такі ефективні засоби як:

1. Інформативно-провітницькі заходи які відрізняються тим що

займаються лекціями, тренінгами, дискусіями, інтерактивними заняттями.

2. Формування в учнів емоційного інтелекту також навички конструктивного діалогу та розв'язання конфліктів.

3. Психолого-педагогічне діагностування емоційного та психологічного клімату в класі.

4. Співпраця з батьками щодо вихована в дитини поваги до інших (і не варто забувати що інші також мають поважати дитину), здатність до емпатії.

5. Впровадження програм медіації та підтримка з боку однолітків.

Система соціально-педагогічна профілактика має необхідні сучасні умови для необхідністю, що включає:

1. Моніторинг булінгу у шкільному закладі.

2. Раннє виявлення груп ризиків.

3. Розробку комплексних програм з метою урахуванням вікових та соціокультурних особливостей учнів.

Відповідно, спільнота педагогів має бути не лише бути інформованою про саму сутність і різновидність форм булінг, а й володіти сучасними методиками для того, щоб робити профілактики булінгу. Це вимагає для педагога, для того щоб підвищити його кваліфікаційний рівень, а також активно співпрацювати з психологами, соціальними службами та правоохоронними органами.

Науковець А. Найдьонова стверджує, що традиційного «дворового» або «шкільного» булінгу підтверджують саме його соціально-психологічну, а не індивідуально-психологічну природу. Агресивні нападки ймовірних булерів розповсюджуються на більшість членів групи, але жертвами постійного булінгу можуть стати не всі. Існує тісний взаємозв'язок між поведінковими та особистісними особливостями жертви та здійснюваними щодо насильницькими діями. Спираючись на психологічний портрет типової жертви можна виокремити специфіку жертв кібербулінгу, що наводить Д. Ольвеус.

1. На думку даного науковця найчастіше жертвами булінгу стають

діти, які: – мають підвищений або високий рівень триважності, нещасні,

2. невпевнені в собі, із заниженим або низьким рівнем самооцінки;
3. не мають близького друга серед однолітків, віддають перевагу спілкуванню із старшими дітьми або з дорослими;
4. сором'язливі, лякливі, чутливі;
5. схильні до меланхолії;
6. фізично слабші діти, у порівнянні з ровесниками. Також жертвами

булінгу можуть стати діти, які:

7. пасивно очікують насильства від агресора;
8. самотні;
9. мають негативний досвід життя;
10. походять із соціально-неблагополучних сімей;
11. зазнають фізичного насильства в сім'ї;
12. не вірять, що їх можуть захистити вчителі;
13. замовчують факти насильства та цькування;
14. не вважають себе значущими;
15. прийняли насильство як норму.

У свою чергу, для підлітків, які стають буле-рами-переслідувачами притаманні наступні характеристики:

1. завищений рівень самооцінки;
2. занижена самооцінка, що компенсується шляхом приниження слабших;
3. переконані у тому, що «домінуючи» легше досягати бажаного;– відсутність співчуття своїм жертвам;
4. фізично сильні;
5. легко збудливі;
6. імпульсивні діти, що мають агресивну поведінку.
7. Ініціаторами цькування також можуть бути підлітки, які прагнуть:– бути лідерами у навчальній групі;
8. прагнуть бути у центрі уваги;

9. впевнені у своїй перевазі над жертвою;
10. які самостверджуються через цькування жертви;
11. мають низький рівень самоконтролю[7]

Ці особливості також частково можуть бути притаманні кібер-булеру та жертві кібер-насильства, але не є обов'язковими. [2, с. 248]

Таблиця 1.1 — різні підходи науковців до визначення поняття «булінг»

№	Науковець	Визначення поняття кібербулінгу
1	Дан Ольвеус	Булінг — це свідома, повторювана агресивна поведінка, спрямована на заподіяння шкоди іншій людині, яка не може себе .
2	О. Безпалько	Булінг — це форма насильства серед однолітків, яка проявляється у психологічному, фізичному або соціальному переслідуванні особи, що має тривалий характер.
3	Peter K. Smith 2008	Булінг — це умисне, багаторазове заподіяння шкоди, яке здійснюється за допомогою фізичних або вербальних засобів, у тому числі з використанням електронних технологій.
4	Н. Калашнікова	Булінг — це систематичне цькування особи у шкільному середовищі з метою її приниження, ізоляції або підпорядкування.

За матеріалами власного дослідження ця таблиця була збудована. Визначення, яке було наведене дає змогу виокремити різницю між кібербулінгом та іншими видами онлайн-конфліктів, такими як суперечки, образи чи випадкові агресивні повідомлення, що можуть виникати між користувачами в інтернеті.

Вітчизняні вчені Ольга Безпалько та Вікторія Ткаченко, виділяють три основні підходи до вивчення булінгу:

1. Психологічний підхід – науковий процес який визначає психологічні наслідки та причини використання кібербулінгу для агресора і жертви.
2. Педагогічний підхід – цей науковий процес в ролі освітнього середовища, відбувається профілактика та виховна робота у протидії цькування жертв.

Правовий підхід – зазначає питання яке охоплює юридичну відповідальність і правового захисту також відповідає на захист постраждали та законодавчого регулювання запобігання булінгу.

Іменно ці підходи які різняться з психологічної роботи з погляду різноманітних цілей, результати спрямовані на недопущення агресивних ситуацій з кібербулінгом та профілактику і їх вирішення.

Різнманітні погляди на вид кібербулінгу відповідає до його проявів:

Іноземні підходи види кібербулінгу представлені досить розгорнуто і поділяються на види:

1) Домагання (Harassment): вимагання через інтернет особисту інформацію щоб маніпулювати жертвою.

2) Кіберсталкінг – переслідування онлайн, зокрема в соціальних мережах. Він може сильно вплинути на ваш психологічний стан і навіть становити реальну загрозу.

3) Видавання себе за іншу особу (Impersonation або Masquerading): створення фальшивого профілю або використання чужого акаунту для публікації компрометуючої інформації від імені жертви.

4) Виключення (Exclusion): навмисне виключення особи з онлайн-груп або заходів, що призводить до соціальної ізоляції.

5) Розкриття особистої інформації (Outing або Doxing): публікація приватної або конфіденційної інформації про особу без її згоди з метою завдання шкоди.

6) Обман (Trickery): завоювання довіри жертви для отримання особистої інформації, яка потім розголошується або використовується проти неї.

7) Тролінг – навмисне провокування або ображення людей в інтернеті.

8) Флеймінг (Flaming): обмін короткими спалахами гнівних, образливих повідомлень або коментарів у чатах або форумах.

В Україні на законодавчому рівні відсутнє визначення кібербулінгу, але закріпилося загальне тлумачення булінгу в Кодексі України про

адміністративні правопорушення “Булінг (цькування), тобто діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, в тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров’ю потерпілого ...” [7, с. 26; 33].

Проявлення булінгу може проявлятися в повсякденній формі так і інтернеті. Агресор має перевагу у моральному та фізичному цькуванні, а для кібербулінгу якщо не ділитися і мати бажання і мотивацію, і мати негативні риси для людини як: ненависть, заздрість, домінувати над кимось а також бажання помсти. Агресори кібербулінгу в очах поліції, вчителів та суспільства можуть виглядати як наслідкові приклади для наслідування які хочуть

задовільнити свої потреби за рахунок своєї жертви.

Наслідки кібернетичного цькування можуть бути виглядати по різному. Вони впливають на фізичне здоров’я жертви, ментальний, духовний та психологічний. Це часто призводить до серйозних наслідків, таких як, думки про самогубство, само пошкодження, зневажливе ставлення до себе, є такий термін як біоцид це особа яка страждає від кібербулінгу не витримує тиску і зневажливе ставлення до себе вважає, що єдиний вихід це скоротити собі віку.

Отже, ми підсумували те, що булінг є складним міжособистісною формою соціально-педагогічного явища, що потребує важливих комплексних підходів які будуть зорієнтовані на формування безпечного освітнього процесу, який буде сприяти для розвитку всебічного розвитку кожної дитини.

1.2 Форми та методи соціально-педагогічної профілактики булінгу

В цьому підрозділі ми проаналізуємо різні шляхи профілактики булінгу,

дамо наукові визначення форм та методів профілактики булінгу.

Комплекс цілеспрямованих заходів є профілактика соціально-педагогічна по визначенню булінгу, це обґрунтовується принципами первинної педагогіки. Ці дії спрямовані на усунення чинників які провокують вид девіантної поведінки, і в учнів формується цифрова культура а також навички критичного мислення та безпечного спілкування в цифровому просторі.

Соціально-педагогічна профілактика (первинна профілактика) є різновидом превентивної діяльності, яка спрямована на втілення освітніх та профілактичних заходів, а також на застосування різноманітних педагогічних моделей для впливу на особистість з метою запобігання небезпечній поведінці на ранніх стадіях відхилень. Цей підхід базується на позитивних педагогічних практиках, метою яких є своєчасне виявлення та виправлення негативних інформаційних, педагогічних, психологічних, організаційних та інших факторів, що можуть призвести до відхилень у психологічному та соціальному розвитку дітей і молоді, а також вплинути на їх поведінку та стан здоров'я. Соціально-педагогічна профілактика реалізується в місцях проживання, навчання, оздоровлення та дозвілля підлітків. Основні аспекти соціально-педагогічної профілактики включають: взаємодію у формуванні знань, навичок, установок і мотивів усвідомленого вибору соціальних моделей поведінки; підготовку та розповсюдження превентивної інформації через друковані матеріали, засоби масової інформації, а також через міжособистісне спілкування і інші форми соціально-педагогічної роботи; створення умов для виявлення та підтримки соціальних ініціатив на базі Центру превентивного виховання.

Розглянемо агресію та булінг як девіантну поведінку, та напрямки профілактики її профілактики. Індивід здійснює свою агресію під впливом навколишнього середовища. Якщо, цей індивід перебуває в компанії, які на нього погано впливають і спеціалізується з тою групою, то потрібно його переконати, що продовження спілкування з тою групою буде для нього токсичним. Безперечно, шкільне середовище має бути добре, грамотно, екологічно та розумово влаштоване. Заходи які відносять до клініко-біологічних розуміємо на

біологічній та генетичній детермінаційній сполуці, яка опирається на психологічну та психіатричну діагностику.

Ольга Володимирівна Безпалько говорить, що «соціальна профілактика – це науковий напрямок соціально-педагогічної діяльності, що передбачає в себе різних види робіт такі як: комплекс соціальних, правових, медичних, психологічні та педагогічні заходи які спрямовані на попередження та знешкодження негативних явищ у соціальному середовищі».

Соціально-педагогічної діяльності це вид профілактики, яка відноситься на попередження та запобігання до формування негативних рис особистості які приводять до порушення суспільних норм, виникнення протиправної та проблемної поведінки яка може призвести до кримінальної відповідальності для підлітка і також для батьків та пониженням репутації для закладу освіти. "соціально-педагогічна профілактика" і паралельно вживають "превенція" або "превентивне виховання" ці терміни часто вживають у педагогічних літературах. Мають схожий зміст і запобігають негативним явищам ці три визначення, а також здійснює реалізацію заходів та зменшення шкідливих наслідків щоб в подальшому їх попередити.

Два психолога Енн-Марі Крауфорд і Дан Ольвеус активно досліджували психологію булінгу. Наприклад, Енн-Марі Крауфорд, досліджувала вплив булінгу на психологічне здоров'я дітей, і позначаючи те, що вищий рівень тривоги та психологічний проблем мають жертви булінгу. Вона зазначила і показала, що будуть негативні та довгострокові наслідки для жертв, включає в себе різноманітні соціальні труднощі і також проблему з довірою до людей. Тим часом, Дан Ольвеус розробив програму для протидії булінгу, яка позначається на підтримці дітей та позитивному навчанні, а також на ранніх етапах попереджає розвиток булінгу. В багатьох школах по всьому світу його програма була впроваджена і давала позитивні результати для зменшення впливу та розповсюдженню випадків булінгу та в шкільному середовищі покращити соціальною.

Ю. Градова акцентує увагу на важливості проведення інформативної

політики щодо недопущення цькування в освітніх установах, наголошуючи на необхідності злагодженої роботи з боку батьків, педагогів, громадянського суспільства та держави. Учена зазначає, що кожен з цих суб'єктів є відповідальним за конкретний напрямок роботи у протидії булінгу [3, с. 44].

Соціальна профілактика булінгу, в статті відображається стисле та змістовне поняття: «соціальна профілактика булінгу – це комплекс заходів який спрямований на попередження та зменшення випадків цькування в соціальних групах, зокрема в навчальних закладах та онлайн. Також має сприяти розвиток навичок, знань та створювати уміння протистояти булінгу та агресію тиску в соціальному середовищі.

Е. Міллер та Д. Лейн зазначають, що булінг є тривалим, навмисним жорсткий поводженням одного чи кількох агресорів над іншим жертвою, яка не може самостійно захистити себе. Головною суттю цькування,

полягає не в агресивній поведінці та ворожості з боку агресора, а і поганому ставленні до постраждалого, який сприймає як не повагу до себе. Через це, агресор не відчуває провони коли він завдає шкоду жертві і він відчуває домінування та контроль над ним також жертву ізолювати та виключити її із соціального середовища. Саме тому, особливою формою для взаємодії виступає булінг, що ґрунтується на розподілі та перерозподілі влади, і через це і виникає почуття страху.

Мотивацією, що спонукає вивчати булінг бувають різні: прагнення відновити справедливість, помста, добровільне бажання підкоритися лідеру який має авторитет, самоствердитися за рахунок інших, проява неприязності, і так далі. Мотивація є особливо небезпечною, через те, що вона може бути пов'язано із задоволенням та бути скромним до садизму к деяких осіб. Це зазначає, що між жертвою і агресором зазвичай існує певна нерівність в їх характерах, такі як: психологічна, фізична, соціальна, в конфліктних ситуаціях дає агресору велику перевагу.

І. Сидорук, вона як дослідниця на основі структури Д. Олвеуса уточнила структуру булінгу, в якій описує різноманітні ролі учасників і включає таких

учасників:

- «жертва» - об'єктом булінгу стає, підліток;
- «агресори» - підлітки, які здійснюють насилля, грають роль лідера та ініціюють цькування;
- «соучасники» - підлітки, які позитивно та активно беруть участь у цькуванні;
- пасивні «агресори» - підлітки, які знаходяться в стороні і не беруть участь, але підтримують булінг;
- потенціальні «агресори» - це той вид агресорів які байдуже до цього ставляться, але таємно їм це подобається;
- «спостерігачі» - підлітки які спостерігають за цькуванням і ставляться до цього байдуже;
- «потенційних захисники» - ці підлітки, негативно ставлять до цькуванню і вважають що потрібно хоч якось допомогти, но вони нічого не роблять;
- «захисники» - підлітки, які потенційно виступають проти агресії і здійснюють захисні дії проти цькуванню.

Також І. Сидорук аналізує та надає принципи здійснення соціально-педагогічної профілактики булінгу, котрі на думку інших може доцільно висвітлити у такій груповій послідовності.

1. Принципи гуманізму, зазначає те, що передбачає повагу до особистості дитини, та також від будь якої форми насильства має її визнавати в унікальності та має право на захист.
2. Принципи індивідуального підходу, котрий вимагає враховувати психологічні, вікові, емоційні та соціальні особливості кожного підлітка.
3. Принцип системності, це передбачає різні узгодження профілактичної роботи у різних контекстах соціального середовища і також в освітньому, позашкільному, сімейному, і так далі.
4. Принцип партнерської взаємодії, це ґрунтується на співпраці між усіма соціального середовища та учасникам освітнього процесу.

5. Принцип професійної спрямованості, воно акцентує концентрично увагу на раннього виявлення ризиків та запобіганні прояви булінгу.

6. Принцип конфіденційності та довіри, під час взаємодії з фахівцями, надає підлітку відчуття безпеки та психологічного захисту.

7. Принцип активної участі дітей, залучення підлітків до планування, а також передбачає реалізацію та оцінювання профілактичних заходів.

8. Принцип міжвідомчої координації, це реалізується через взаємодію освітніх установ із правоохоронних органів та служб у справах дітей, медичних закладів і так далі.

9. Принцип безперервності та послідовності, це те що насамперед вимагає здійснення профілактичної діяльності на всіх послідовних етапів розвитку підлітків.

10. Принцип правової обізнаності, яке орієнтоване на формування знань про свої право у підлітків, їх захисту і механізмів для відповідальністю за порушення прав інших .

11. Принцип адаптації, яке передбачає комфортне коригування профілактичних програм за відповідністю до змін у соціальному середовищі.

12. Принцип формування позитивного мікроклімату, це полягає у створенні атмосфери взаємоповаги, підтримки та толерантності в навчальному закладі.

Для ефективної побудови модель організаціо-методичної профілактики на різновид булінгу, потрібно звернути деяку увагу на структуру булінгу, яка з кожного з учасників визначає місце і роль, і заздалегідь допомагає зрозуміти індивідуальні особисті. Катерина Миколаївна Плутицька, визначає у своєму

дослідженні та додатково виокремлює суб'єкти булінгу: агресори, жертви і також ті хто спостерігає. Звичайно автор ділить тих хто спостерігає на, хто надають допомогу агресору; підтримки (вони надають незначну роль для агресії,

наприклад, вони можуть словесно та інколи сміятися над образами

агресора); свідки (випадково застали цю ситуацію); відповідачі (після знущання, вони вивчають жертву а інколи вони можуть її захищати).

Б. С. Панесевич зазначає, що для передбаченої профілактики булінгу передбачає вид комплексної діяльності, і на ланки освітнього процесу вона зорієнтована. Також, Автор такій роботі відвідає кілька видів основних напрямів.

- Інформаційно-просвітницька діяльність в межах шкільного простору, це передбачає, що педагоги, батьки та учні, які мають прояви негативних явищ, яке є характерно для конкретного навчального закладу. Зазвичай, це являються анонімні опитування для визначення агресивності в різних класах, для ідеального шкільного середовища учням можуть годинами проводи різновиди спілкування. Ознайомлення з науковим визначенням та класифікувати види булінгу являється важливим аспектом, формує спільну проблему у всіх учасників закладу освіти.

- формування правової свідомості школярів, за власні дії, передбачає а також можливі дії верховної відповідальності, відповідальне розуміння прав та свободи інших учасників, розвиток ненаситної комунікації та з де більшості емпатії. Цьому сприяють виховні години які проводи класний керівник своїм учням, це може застосовуватися як вправи на правову тематику, рольові ігри, розгляд за допомогою правових кейсів, також співпраця з правовими органам та юристами.

- робота з педагогами та батьками: спрямована на вчасно регулювання на прояви насильства та агресію в поведінці підлітків і дорослих, це спрямовано на вчасно розпізнавати ці прояви. Ефективні є семінари та практики, психологічні тренінги, консультування, те що допомагає дорослим краще зрозуміти свою поведінку та власні емоції, і допомогти сформуванню безпечне середовище для підлітків.

- закордонних спеціалістів для підтримки профілактичної роботи: це проводять організаційні виступи, майстер-класи, за участі правоохоронців проводять круглі столи, психологи та громадські активісти. Це повідомляє учням почути і дізнатися про інформацію з різних джерел та застерегти себе від

серйозних проблем зв'язаних з булінгом.

- активізувати участь учнів в антикризових та просвітницькій діяльності: до створення соціальної реклами учні також можуть брати участь також їх залучають до проведення відео лекцій, інформаційних буклетів, театральних виступах та до участі в тренінгах. Такий вид діяльно не лише поліпшує значення про булінг, а також формує у молоді бути активними в громадській позиції та мати відповідальність за духовний та психологічний клімат в класі.

Саме тому, реалізація діяльності проти булінгу має бути систематичною, має включати міждисциплінарною на всіх рівнях шкільного життя, до цього має включатися всі, від учнів до адміністрації школи, від інформування до активних дій.

Л. Брайзендайн, на думку цього науковця, в підлітковому віці характерно гормональні зміни, це є необхідністю соціалізації та адаптації до переходу в доросле життя. Різні реакції мають дівчата та хлопці на ці виклики такі як: для дівчат характерно налагодження соціальних зв'язків, а тим часом для хлопців має важливе значення здобути повагу через незалежність.

Саме такі вікові особливості, визначаю нестабільне емоційні гойдалки в підлітків на виникнення конфліктів та різновид ситуаціях в булінгу.

Дослідження від науковців зазначають те, що хлопці більше підвладні до агресивних вчинків, ніж дівчата, зокрема у форматі фізичної та непрямой лексичної агресії.

У підлітковому віці у дівчат відбуваються прояви вербальної агресії, ворожості, дратівливості та негативу. Латентний характер, як правильно набуває в них в якості агресивної поведінки. Це зумовлено, з стереотипами які в голови заклало суспільство, як гендерні стереотипи: агресивні прояви у хлопців як часто вони хочуть самоствердження, але якщо такі риси проявляються у дівчат то їх за таке засуджують. І сама через це дівчата частіше проявляють непряму або вербальну агресію (Брайзендайн, 2006; Бьоркквіст, 1994; Кон, 2007).

Є чинники які можуть проявити низьку чинників схильності дівчат до поведінки яка проявляє булінг. Можна виокремити такі види: гормональні зміни

аба порушення, прояви стилю авторитарного виховання з боку батька чи відсутності матері, також вони можуть зацікавитися феміністичними ідеями, прояви протесту проти традиційної гендерної ролі (хоча це може бути пов'язаним суспільством), бути лідеркою серед однолітків, і також мати на травматичний досвід захисну реакцію, зокрема, насильство, яке вони пережили в минулому [с. 45 – 50].

З точки зору на емоційну не рівновагу у підлітків, заздалегідь в них часто виникають конфлікти між собою, які часто переростають в перспективні прояви булінгу. Велика кількість дослідників говорять, що дівчата менше проявлять агресивну поведінку ніж хлопці, вони більш схильні на фізичну та непрямі форми агресії.

Володимир Гончаров, в своїх наукових досліджень які причини та формування агресивної, жорстокої поведінки які проявляють підлітки, він виокремлює такі біологічні чинники: генетичні (підлітки які мають проблеми зі зором або учні які не дуже добре вміють контролювати свою нервову систему); фізіологічні (не дуже презентабельний зовнішній вигляд, який часто викликає зовнішні негативні емоції).

Є п'ять типів характерних реакцій на булінг для підлітків:

1. *Пасивна реакція* – це такий тип поведінки де підліток не чинить опору агресору, і він в подальшому не чинить ніяких протидій, не звертається за допомогою і часто замикається в своїх думках. Такий вид підлітків, намагаються не бути в конфліктних ситуаціях часто за все мають тривожність, він терпить всі образи від кривдників, часто ігнорує такі проблеми і імовірно проводять на одинці із собою а не з оточуючими. А саме за цю причину відповідає страх, через це може призвести до депресії, виснаження емоційного стану, ізоляції а також до суїцидальних думок або навіть спроб. Потрібно своєчасна підтримка, розвивати упевнену поведінку у себе до середовища, а також створення безпечного шкільного середовища.

2. *Активно-захисна реакція* – це поведінка підлітка яка проявляє в себе когнітивну функцію і також проявляє бажання без прояви агресії захистити себе.

Цей вид підлітка завжди звертається за допомогою до батьків, а в шкільному середовищі до вчителів, психологів або навіть до однокласників, він відкрито говорить про свою проблему і намагається зупинити цькування через допустимі соціальні норми. Вона свідчить проте, що підліток довіряє дорослим та почуття своєї гідності. Щоб її сформувати потрібно розвивати у підлітка емоційний самоконтроль, абстрактної поведінки та творити підтримку в шкільному середовищі.

3. *Агресивна (контрбулінгова) реакція* - це поведінкова форма котра відповідає на булінг та починає діяти більш агресивно,

і намагається захищати себе через напад. Він може сам стати ініціатором булінгу до інших, на форму цькування і використовують, образи, приміряти фізичну силу, через вірогідно він стане агресором а агресор жертвою. Такою реакцією підліток хоче відновити повагу, контроль або соціальний статус і через це він не вирішує проблему а навпаки більше занурюється в неї. Дуже часто, підлітків з цим проявом реакції можуть мати емоційну виснаження, тривалий або зазнали травматичний досвід. Цей метод який являє собою, контрбулінг може призвести підлітка до ізоляції, навколишнє оточення може втратити до нього довіру, та формування агресивної стійкої поведінки. Профілактичні норми, заздалегідь передбачають розвиток у підлітка самоконтроль, бути емоційно грамотним і також до вирішення альтернативних способів самозахисту без застосування різновиду насильства.

4. *Апатична (уникнення)* - це вид поведінкової реакції на булінг, котра у підлітка проявляє емоційну байдужість, поставити огорожу або втекти від ситуації яка спричиняє насилля замість того що її вирішити. Такий вид підлітка, робить вигляд що немає ніякого булінгу, намагається уникати контакту з агресором, може постійно змінювати місце перебування, наприклад, пересідає на другі ряди в класі, не проводить емоційного відпочинку на перервах а навіть змінює школу, а в процесі його активність в шкільному процесі чи спілкування з однокласниками знижується. Він завжди виглядає пригніченим, втомленим або апатично, що виглядає та свідчить про те, що він втрачає надію на зміну в

ситуаціях. Зазвичай ця реакція є захисною функцією, яле вона не вирішує проблему, а навпаки — часто ізолює підлітка, призводить до самотності, зниження оцінки та накопичує всередині в нього емоційний стрес.

Завжди у профілактичних роботах, потрібно надавати відчуття підтримки таким підліткам, навчити їх виражати правильні емоції та щоб вони знову повернули віру в можливу зміну на позитив.

5. *Конформістська реакція на булінг* - це конкретний тип поведінки, коли підліток, намагається уникнути цькування щодо нього або хоче зберегти свій соціальний статус у групі, в якій він знаходиться, цей підліток може брати участь в підтримці агресора і також брати участь в цькуванні інших.

Це провідникова реакція підлітка, який проявляє страх перед тим, щоб не бути ізолюваним, не виділятися або бути постійним учасником цього колективу де перебуває агресор. Цей підліток не схвалює насильство в глибині душі, але все ж робить такі дії в супереч власних моральних принципів, аби нестати наступною жертвою агресора. Для поширення булінгу в колективі часто стає конформна поведінка, вона є небезпечною, вона забезпечує, зниження рівня емпатії та формування не тих уявлень про стосунки в колективі. Для профілактичних заходів, найбільш важливим є щоб підліток розвивав в себе критичне мислення, етичну спрямованість і відповідальність, вміння відстоювати себе коли група осіб на нього тисне а також шукати вдалі способи для соціалізації в середовищі.

Дослідник Ден Ольвеус, ми будемо спиратися на його дослідження, як булінг поширюється в шкільному середовищі серед підлітків, є чотири визначень по цьому механізму, такі як:

1. Для визначення соціального навчання включно з механізмом булінгу може бути застосованим через спостереження та

спостереження за поведінкою інших. Коли виконуються агресивні дії і підлітки за цим спостерігають, вони можуть сприймати, що це абсолютно нормально і прийнятно в суспільстві, тоді вони ефективно роблять засоби які досягають їхніх цілей.

2. Являється механізмом який підкріплює агресивну поведінку, визначається тоді коли зі сторони суспільства агресори не отримую осуду або належно покарання за свої дії, а навіть вони отримую від інших схвалення за свої дії, сміх сигналізує їм, що вони отримують підтримку від однолітків, це остаточно укріплює їхнє становище і більш стають впевненими за свою поведінку.

3. З дефіцитом емпатії, підлітки нерідко схильні до булінгу, це прогнозується зниження рівня емпатії, та унеможлиблює розуміння того що вони завдають шкоду іншим не розуміючи яку шкоду спричиняють одноліткам. Це може бути спричиненим до де гуманізації та відчуження постраждалих від інших осіб.

4. В окремих шкільних середовищах може бути сформована соціальна толерантність до агресії, також буде прихована терплячість до різноманітної агресивної поведінки. За цим в сим може свідчити результат байдужості з боку педагогів освітнього середовища, також може бути відсутність чітких політичних норм на регулювання на цькування, або культурної установки на силу і домінування на тікі різновид засобів.

ЗМІ мають безперечно великий вплив на прояв у підлітків булінгу, так зазначають фахівці, це може бути зумовленими тим, що підлітки часто переглядають агресивні та насильницькі сцени які б'є їм по психіці та створення образ на суспільство, що може бути передавання виявлення початкової стадії такої поведінки. Ті учні і підлітки які мають зовнішні вади та недобре розвинуті у фізичному плані та бездоганну успішність в шкільному закладі, вони являються "жертвами". Як правильно "об'єктом знущань" можуть стати підлітки з середнім рівнем забезпеченості, з повних сімей, ті підлітки яким не подобається фізично себе навантажувати, мають похилу статуру і являються відмінниками. А ті підлітки які створюють агресію, вони перебувають в неповних сім'ях, мають розвинуту статуру тіла, мають в родині достатній рівень забезпеченості, часто займаються спортом, а також їхні оцінки знаходяться на задовільному рівні.

Отже з думкою дослідника Дена Ольвеус, ми остаточно погоджуємося, він виділяв булерів як типовий вид характеристики яких проявляється в шкільному

середовищі, було позначено у таблиці 1.2.2. У підлітків які не являються ініціаторами булінгу, звичай вони можуть проявитися, але як у самих агресорів, їхній тип не так яскраво проявляється.

Таблиця 1.2.2 - Типові риси агресорів

№	Характеристика агресора
1	Агресори намагаються якомога швидше стати головним а класі чи соціальної групі
2	Підлітки які проявляють агресію, вони підкорюють під себе всіх однокласників і тоді він будуть переконаний що він досягне своєї мети.
3	До інших людей, близьких та навіть батьків та навіть до вчителів, у підлітків часто і зверхнього проявляють агресію до них.
4	На відміну від однокласників які добре навчаються, агресорам дається складно навчальний процес.
5	Для агресорам, важливим процесом є, коли є глядачі коли він знуцається над своєю жертвою.
6	Агресори ніколи не ідуть на компроміс, навіть коли жертва про це благає, він вважає себе і кращим, не відчуває жалю і його его-центризм стає більш глибоким.

Характерними рисами для «жертви» являється: сором,язливість, що дається важко комунікувати з оточенням, також уникають контактів з дорослими та ровесниками

- підвищена сензитивність, а саме проявляється в тому, що підліток відносить критику, образи та несправедливість, близько до серця.
- ізоляція, часто відсторонюється від однолітків, близьких друзів які могли надати його підтримку
- тривожність, проявляється у постійному рівні небезпеки та негативно ставиться до оточуючих.

Зазначається, що найбільший негативний вплив чиниться на жертвуцьк дже така особа весь час перебуває у стані небезпеки, порушується її емоційний стан та постійно відчуває страх [48].

Жалість, незахищеність, сором, переляк, ненависть, почуття провини за

власне безсилля, це все валяється характерними рисами для «спостерігача»

Епізодом формування особистості являється підлітковий вік хоча в являється складним етапом но він для підлітків має важливе значення.

Самоствердження, імно цього прагнуть підлітки для формування їх характеру і взаємне між собою. Шляхом домінування над однолітками, які являються слабшими за нього та і формується самоствердження у агресора. Саме в таких випадках і формується прояви булінгу у агресора.

Переломним етапом підліткового життя у підлітка є періодом навчальна у школі. Які притаманні різновиди зміни в організмові підлітка такі як, біологічні, фізіологічні, психологічні та навіть на психічному рівні.

Для висновку можна зазначити, що булінг має негативний вплив для всіх учасників освітнього процесу. Характерне зниження самооцінки, ізоляція, низький статус в групі, порушення соціальних зв'язків з однолітками це все характерно для жертви. Це може призвести до погіршення здоров'я і мати такі прояви як, підвищення нервових, психологічних та порушення поведінкових розладів, може проявитися депресія, апатія, розлади сну а також з'явиться посттравматичний стресовий синдром. Часті прояви більш тривалого стресу можуть проявитися такі симптоми, безвихідь, почуття безнадійності, поведінка яка проявляється аутоагресивною і так далі.

Щоб не допустити такі негативні прояви, потрібно здійснювати системні профілактичні роботи, це здійснюється на попередження різновидів булінгу в шкільному середовищі.

1.3 Зарубіжний та вітчизняний досвід профілактики булінгу

Потрібно доцільно звернути увагу, для повної картини цілісності, для визначення профілактичного досвіду із за кордону. Профілактика булінгу, в яких переважає в наукових публікаціях, вона розглядається в загальній профілактиці булінгу це як по правилу, похідною формою для різновиду

форми булінгу. Також, у різних країнах, до законодавчих аспектах, було приділено особливу увагу. У боротьбі з булінгом, в більшості країнах було зроблено саме на правовому регулюванні. За прояву різновиду булінгу, в законодавстві передбачено відповідальність. За легку форму передбачувано адміністративну а за важку – відбудеться кримінальна відповідальність. Одним з елементів профілактики за розповсюдження цькування може бути застосовано покарання, агресор буде усвідомлювати про це і завдяки цьому вони будуть стримуватися. Завдяки цьому, сприяє підвищенню почуття безпеки у жертви, завдяки наявності законодавчих механізмів, це в свою чергу, це успішно впливає на їхні активність у соціумі та позитивну мотивацію у навчанні. Однак, ті аналізи які були проведені в зарубіжних досвіді, вказує, що не завжди є достатньо ефективними правові заходи. У країн які перебувають у Європейському союзі, є регулювання питання булінгу з нормативно-правової бази, яка не в повній мірі не відповідає сучасним викликам, через це це явище було зумовлене для розвитку у соціальному середовищі.

У Європі кримінальна відповідальність, передбачувана найбільш небезпечні прояви булінгу, на окремі кримінальні провадження, такі як: фізичне насильство (Німеччина, Франція, Італія), переслідування «сталкерство» (Австрія, Швеція, також в Німеччині), кібербулінг (Франція, Польщі). У багатьох країнах ЄС тенденції за криміналізацію булінгу «нульова тенденція». Ніяк не розрізняється соціальна-педагогічна профілактика булінгу окремо. Відомо, що у всіх країнах ЄС є відповідальність за булінг. Саме тому в цих країнах булінг вважається злочином. Якщо говорити за кібербулінг, то в деяких європейських країнах це не вважається злочином і воно не криміналізується, без не являється ефективним. За допомогою превентивних заходів цю проблему намагаються вирішити. Сигватинмвнцію людини сприяє покарання, але суспільству непотрібні злочинці але їх потрібно перевищувати.

Досвід соціально-педагогічної профілактики булінгу, був проаналізований в англійських джерелах який здійснювався в Греції під час економічної кризи. Було зазначено що ця криза прям негативно вплинула на

підліткове середовище, а саме: батьки змушені були більше працювати, щоб був забезпечений добробут в сім'ї, через це був зменшений виховний вплив на дітей. У результаті такого становища серед підлітки були високі прояви булінгу через те що дорослі мало приділяли увагу їм. У соціально-економічному дослідженні в цій роботі важливо жорстокі прояви булінгу, та не застосовувати такі ярлики як: "агресор", "жертва", "кривдник". З часом, можуть відбуватися зміни в поведінці підлітків, через те, що роль учасників в конфлікті можуть змінюватися, і тому воно не являється фіксованим, і тому це змінюються не залежно від контексту. Прикладом являється тим, що підліток в своєму середовищі відчуває велику перевагу, а коли переходу до другого середовища то він цю перевагу втрачає і є шанси того що цей підліток може стати жертвою. Саме тому, не варто клеймити учасників насильства, це ще більше призводить до віктимізації.

На теперішній час, в школа впроваджуються різновиди програм по профілактиці булінгу, це відбувається в різних країнах. В себе воно включає такі складові: у шкільному середовищі для учнів проводяться анонімні опитування щоб виявити випадки цькування в класах, на шкільних зборах чи класних годинах обговорювати проблему булінгу, розробити шкільний кодекс і залучити всіх учасників освітнього процесу до цієї участі, зробити посилення щоб більш точніше наглядати за учнями, а також вчителі мають навчитися виробляти стратегії і ефективно вичисляти і знешкоджувати прояви булінгу у класі, це також зумовлюється для підвищення кваліфікації у вчителів.

Д. Ольвеус, став першим науковцем який розробив експериментальну програму для профілактики булінгу. Ця розробка була випробування у 42 шкільних закладах, де зафіксованим результатом було у два рази зменшено випадки насильства. Поглянувши на позитивні результати, цю програму удосконалили та провели у Норвегії п'ять масштабних проєкти, згодом цю програму вели на національному рівні і стала вона пріоритетною у 2001 році. Завдяки цьому інші країни перейняли досвід з Норвегії. У 1997 році дослідник Д. Таттум з Британії як була складена з трьох етапів і вона була подібною до

тої, що була вище сказаною, це: проведення профілактичних занять, для старших класів була "шевствова" підтримка, а також, накладати санкції на агресора, щоб була реакція на цю кризу. Булінг визначається як виникає систематичний насильство у психологічному та фізичному плані, з боку однолітків які свою жертву принижують, переслідують і через це вона ізолюється від всіх [4].

Наукова програма Дена Ольвеус, була зумовлена тим, що мають бути надані комплексні дії для профілактики булінгу, а також має бути надана інформаційне консультування, діагностика, корекційна та організаційну роботу з усіма учасниками освітнього процесу. У Британських школах, учасники освітнього процесу, зобов'язані самостійно розробляти правила анти-булінг, визначати різноманітні способи контролю, заключати правоохоронні органи, батьків, різні освітні установи, а також ставити відповідного фахівця, педагога або психолога з питань булінгу а по можливості ще й кібербулінгу. Ще проводять таку ефективну форму компанії, як анти-булінговий тиждень – тип заходів а саме тренінги, бесіди, виставки та відео-лекторії, щоб підлітки мали підвищенні знання що до різновиду булінгу.

У деяких країнах Європи та у США, правила анти-булінгової поведінки розміщена перед входом в заклад, щоб ці правила могли побачити, вся шкільна спільнота. Ігри, різноманітні завдання, вправи які спрямовані на закріплення цих правил серед учнів і тому вони проводяться на початку року [35, с.57]. Найбільш розвиненою, соціально-профалактика булінгу є США та Канада, і це варто було зазначити, також саме ці країни демонструють високий рівень протидії цьому явищу.

Акцентують увагу на морально-етичних та нормативних засобів запобігання булінгу, саме на цьому закордоні дослідники звертають увагу. Не вважають основні детермінанти, і тому виникнення булінгу у соціальному середовищі, через ці чинники являється недостатнім розвитком здатності виражати емпатію та не здатності розуміти причинно-наслідкової зв'язку. Підлітки, навіть не усвідомлюють ту шкоду, яку вони можуть зробити в

шкільному та навколишньому середовищі [40, с. 146]. Саме тому, дослідники пояснюють, що роль педагогів та психологів у профілактиці булінгу чи кібербулінгу, проявляється у підлітків соціальним труднощами і складним соціальним зв'язком. Цей тип агресивної поведінки, частот зумовлене тим, що агресор хоче самоствердитися за рахунок жертви чи інших. За допомогою своєчасних заходів і ефективно реагують, та здійснюють ефективні профілактичні заходи, на можливу наявність прояви булінгу, а також моделі на регулювання в соціальному середовищі [40].

Якщо говорити про кібер-булінг, а це той самий білінг тільки другий вид, то можна позначити, що в Штатах статистика свідчить про те, що цей вид булінгу як кібер булінг дуже часто трапляються серед підлітків середніх та старших класах, а цей показник в унів початкової школи дуже малий. Політику "нульової толерантності" запровадили в шкільних закладах після трагічної події а саме стрілянини в школі яку прозвали "Колумбайн", і це вели до всіх виду булінгу. На практиці було засвідчено одне, що вона недуже дієва, саме через адміністрацію яка давала надмірні суворі санкції, це не допомагало вирішувати проблема, а напроти лише тільки погіршувало її, спричиняло додатково психологічні проблеми для підлітків і цим ще більше ускладнюючи шкільне навчання. Ця жорстока модель, вкрай суперечить правилам і принципам соціальної педагогіки, яка має орієнтир на виховання, підтримку та створення довірливого і безпечного шкільного середовища. Шкільна дисципліна і Конституція США, яка зазначає, що «право на свободу і вільне вираження», іноді вони конфлікту між собою. Учні, порушують правила поведінки і частото спираються на цей принцип, але адміністрацію часто підтримують шкільні суди. В Штатах, розроблена і діє багаторівнева система протидії булінгу, які включає різні рівні ініціатив. В кожному штаті є своя законодавчість яка не суперечить законодавству самої країни, але вони самостійно визначають поняття вид булінгу «кібербулінг», проте в штаті Каліфорнія додатковою формою розглядається «кібер-сексуального» виду булінгу. Кожний шкільний округ зобов'язаний мати чітку систему запобігання

булінгу, санкції а також допомога постраждалим, це є найефективнішим нормативні акти, які були запроваджені в Каліфорнії та Нью-Джерсі. В Україні, відсутня національна стратегія протидії булінгу. Такі заходи як, виховні години, лекції та зустрічі, вони здійснюються за ініціативою окремих вільних закладах. Вітчизняне законодавство, на думку дослідників [10, с. 32], потребує криміналізації кібербулінгу, зважаючи на його серйозні наслідки для жертв.

Держави, які ратифікували на міжнародному рівні конвенцію ООН про права дитини, обов'язково зобов'язанні дотримуватися цих статей а саме: друга стаття по недискримінації, шістнадцята – на недоторканість приватного житла, та дев'ятнадцята – по захисту від всіх форм насильства. В Раді Європи, великим пріоритетом виступає захист прав дітей не тільки від булінгу ай від кібер-булінгу в інтернет середовищі. По приводам впровадження законодавча та адміністративних заходів протидія булінгу щодо підлітків, Україна в цьому відстає.

Отже, європейським країнам являється характерно провадити різновиди превентивних програм, протидії цькуванню в мережевому середовищі і не схильні водити кримінал но являється винятком в деяких випадках. В США та Канади політики в уряді вважають це дуже серйозно і значущою проблемою.

У шкільних закладах в Україні, поширеною профілактикою різновиду булінгу являється, проведення тематичного тижня для ознайомлення цієї проблеми. Це робиться для того, щоб було обізнане суспільство і в подальшому брало участь у вирішенні цієї проблеми, цим являється основна мета.

Висновки до розділу

Був здійснений теоретичний аналіз основ соціально-педагогічної профілактики булінгу у шкільному середовищі серед підлітків, адже це стало

підгрунття для висновків відповідно формувань.

Отже, з аналізу всього вище зазначеного можна затвердити те, що булінг являється основною проблемою в сучасності для підлітків, з якою характеризується з систематичних нападів, може відбуватися різні прояви фізичної агресії, соціальних, вербальних та психологічних. Основана мета нападу є спричинити страждання інших осіб для власного емоційного задоволення або для страждання жертви.

Аналіз наукових праць та нормативно-правова база в Україні підтверджує, що наукове явище як булінг набуває великого поширення в соціальному середовищі, це може зачіпати не тільки окремих людей а навіть все суспільство в цілому і для того, щоб його подолати потрібні комплексні підходи.

Зазначити потрібно те, що наявність структури булінгу складається з трьох основних учасників: агресор це та особа, яка здійснює агресивні дії та акти цькування проти жертви; жертва – особа, яка потерпає від цькування та насильства від агресора; спостерігачі – особи які не займають активну участь у цькуванні чи насильстві, але мають малий вплив на цей перебіг.

У процесі аналізу було теоретично обґрунтовано особливості індивідуально-психологічні основи для підлітків та були встановлені, специфічні характеристики для підліткового віку, що відрізняють від антогенетичного розвитку та від етапів життя.

У ході дослідження, ми з'ясували, що провідною метою соціально-педагогічної профілактики булінгу проявлення навичок додання агресивних дій та також контролювати власні емоції та не допускати їх. Шкільні середовища мають забезпечити профілактичні заходи та наскільки вони мають систематичні та послідовність, а не характер епізодних впроваджень.

РОЗДІЛ 2 ДІАГНОСТИКА РІВНЯ ПРОЯВУ БУЛІНГУ В УЧНІВСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ ТА ЙОГО СОЦІАЛЬНО- ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА

2.1 Опис методик діагностики рівня прояву булінгу в закладі середньої освіти

Проведені результати терористичного аналізу соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому віці в умовах шкільного середовища, за допомогою чого було дозволено зануритися в саму сутність цього феномену. У результаті профілактичних заходів, серед підлітків у закладах освіти щоб запобігти агресивній поведінці. За допомогою цього дослідження, нас дало змогу підкреслити основні компоненти ефективної соціально-педагогічної профілактичної системи серед підлітків. Ті результати які ми отримали, дало нам змогу створити наукове підґрунтя для подальшому дослідженню в цьому напрямку.

Відповідно до визначених дослідницьких завдань, яка була спрямована на попередженні, профілактиці та на запобіганні профілактиці булінгу в підлітковому віці, нами було проведено обстеження у вигляді діагностики. Базою для експериментального етапу проведення дослідження було вибрано заклад Полонський ліцей №3 імені Максима Свинціцького, місто Полонне, Шепетівський район, Хмельницька область, який був створений для того щоб учасники освітнього процесу здобули повну загальну середню освіту. В експериментальних рамках 24 учнів 8-9 класів було задіяно. Така кількість учасників являється цілком достатньою до проведення діагностичної експериментальної роботи, з метою визначення рівня обізнаності учнів з проблемою булінгу та визначити їх схильність да агресивної поведінки.

Варто зазначити, якісне проведення діагностичного етапу дослідження, впровадження та підбір інструментаріїв, забезпечити в умовах шкільного

середовища, ефективного підґрунтя для ефективної реалізації заходів соціально-економічної профілактики булінгу в підлітковому віці.

В дослідженні нами були використані такі методики: Опитувальник дослідження виявлення випадків булінгу в шкільному середовищі за методикою Ден Ольвеус, методика «Визначення рівня емпатії» Мішель Борба, методика К. Томаса «Стиль поведінки у конфліктній ситуації», використовувалися якісні та кількісні методи обробки даних.

Опитувальник дослідження рівня соціальних навичок за методикою Ден Ольвеус, отримати дані про провідні показники агресивності підлітків.

Методика «Визначення рівня емпатії» Мішель Борба, дозволяє нам отримати дані про рівень агресивності, конфліктності та рівень емпатії підлітків.

Методика «Стиль поведінки у конфліктних ситуаціях» була створена К. Томасом з метою визначення типових моделей реагування на конфлікти, та надає нам змогу якісно визначити поведінкову характеристику підлітків для регулювання конфліктних ситуаціях.

З урахуванням вимог діагностичних інструментарій було обрано:

1. Визначеного відповідність методик вікових характеристик учасників дослідження.

2. Визначення до виявлених відповідності інструментарію, що застосовується діагностичних критеріях для вивчення і дослідження проявів булінгу.

3. Здатність діагностувати інструментарії та забезпечити діагностику, та виконати аналіз рівня агресивності й конфліктності у підлітків в умовах закладу освіти (ліцею).

Після встановлення звітності в документації та облікових журналів було встановлено, що у закладі освіти (гімназії) проводять різноманітні заходи, спрямовані на запобігання проявам цькування. Серед основних заходів для профілактичної роботи ми виокремили такі бесіди: заняття з тренінгу, інформаційно-просвітницькі та час спілкування це види заходів. Водночас

нами було виявлено, що ця діяльність не має чіткої системного визначення.

Для здійснення діагностики з метою визначення рівня соціальних навичок у підлітків, які можуть проявляти схильність до агресивної та конфліктної поведінки, був вибраний опитувальник науковця Д. Ольвеус (Додаток А). Метод був створений таким чином, щоб здійснити огляд на його ефективність, тому що метод анкетування і опитування являється найшвидшим та більш точним способом діагностики та виявлення особистісних характеру. Методика Д. Ольвеуса є найбільш популярною у дослідженні, і також веде на визначення рівня агресивності та соціальних навичок у підлітків.

Опитувальник Д. Ольвеуса являється психологічним опитувальник інструментом, призначення рівня поширеності булінгу серед підлітків. Методика базується системі які являються спіралью сформованих запитаннях, і дозволяє виявити двох факторів, як агресорів так і жертв булінгу. Сам науковець остаточно до кінця розробив опитувальник у 1993 році і рамках програми профілактики шкільного насильства серед підлітків. У наукових літературах цей інструментарій часто називали "Ольвеусівський опитувальник про цькування серед школярів".

Ден Ольвеус, у процесі створення свого опитувальника дав чітке поняття та розмежував поняття "агресії" та "ворожості". Він розробив інструментарій для виявлення основних показників та форм агресивної поведінки серед підлітків:

1. Фізична агресія – штовхання, удари, завдання тілесних ушкоджень.
2. Вербальна агресія – приниження словесно, насмішки, образати нецензурною лексикою.
3. Соціальна агресія – ізоляція від всіх, ігнорування, замкнутість, виключення із групи в якій він перебував.
4. Кібербулінг – агресивне цькування в інтернет середовищі.
5. Почуття провини – відчуває провину за те що не може допомогти.
6. Вербальна агресія – вираження агресивних почуттів.

Дослідник користувався кілька принципів:

1. Анонімність і конфіденційність опитування, вона забезпечує правдивість відповідей, респонденти повинні бути впевнені, що їхні відповіді не дізнаються інші учні, вчителі та батьки. Це дозволяє виявити булінг та агресію в класі і який його рівень в цьому середовищі.

2. Урахування системності та повторюваності поведінки булінгу, Ольвеус розрізняв систему цькувань та одноразовий конфлікти. Тому опитувальник зорієнтований на виявлення навмисних чи регулярних актів цькувань, де переважають сили між агресором і жертвою.

Повна версія опитувальника складається із 50 питань, і за допомогою цього, можна визначити рівень агресивності та конфліктності у підлітків. 6 основних шкал та 2 інтегральні шкали, містить у собі ця методика. 24 учнів з 8-9 класі саме ця аудиторія була задіяна.

Відповідь на дані запитання аналізується за допомогою статистичних методів, які дозволяють мати змогу виявити та мати вплив на окремі особистісні характеристики людини. Визначення провідну агресивну реакцію у шкалі (у %) повинні відповідати наступним вимогам: 20-40% – показники в нормі, більше 40% – підвищення рівень агресивності, менше 20% – не береться до уваги.

Результати діагностики наведено на рис. 2.1

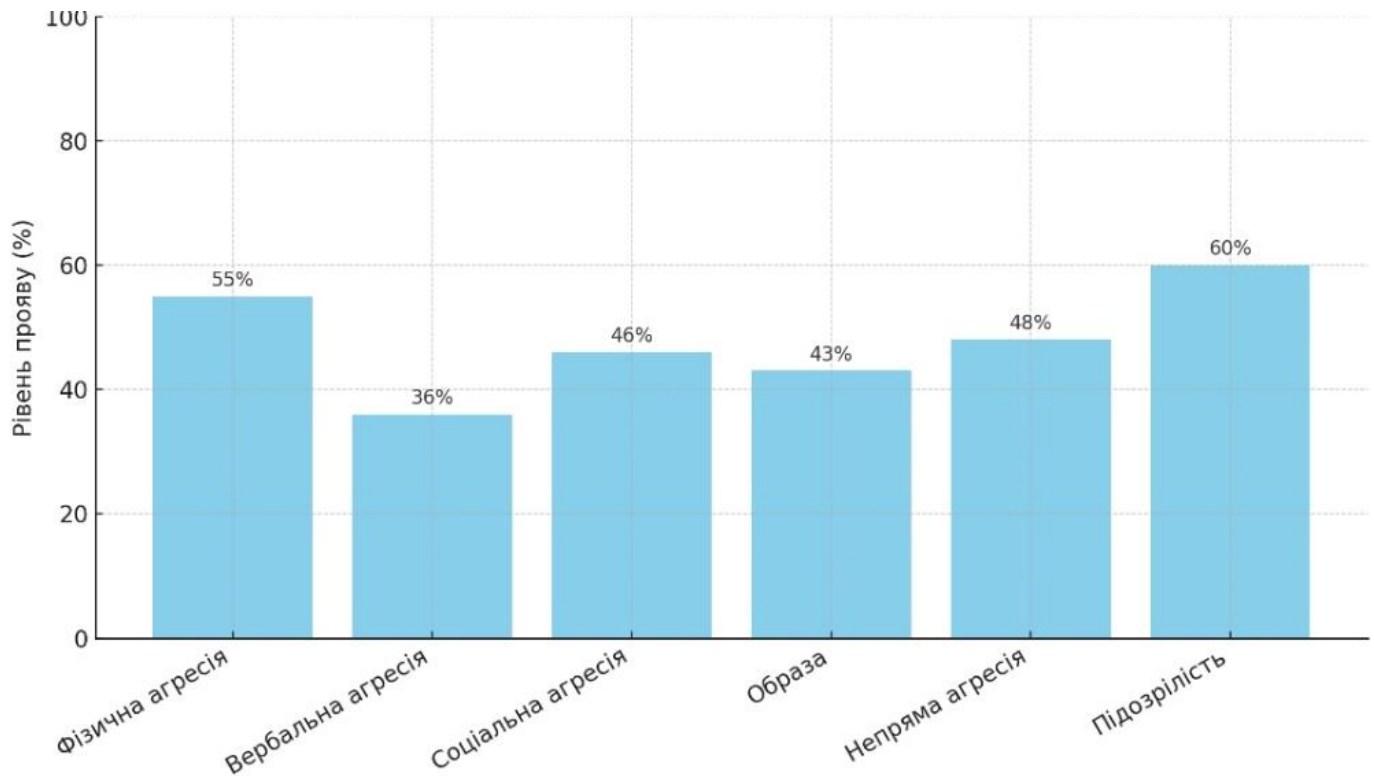


Рисунок 2.1. – Середні показники форм прояву агресії за методикою Дена Ольвеуса, (у %)

Після обробки даних отримали таку тенденцію проявів агресивних форм:

1. Підозрілість – 60%, вище норми. Це свідчить, що в 14 учнів зафіксовано рівень недовіри і тривожності.
2. Фізична агресія – 55% показник вище норми, зафіксований у 13 учнях.
3. Непряма – 48% показник в нормі, зафіксовано у 12 учнях.
4. Соціальна – 46% показник в нормі.
5. Образа – 44% показник в нормі.
6. Вербальна – 36% показник низький.

Коли ми проаналізували данні, то нами було визначено, що показники агресивної поведінки у групи підлітків. Високі показники були: підозрілість, фізична агресія. Показники у нормі: непряма агресія, соціальна агресія, образа, вербальна агресія.

Для більш чіткої діагностики, нами було порівняно результати між чоловічою і жіночою статтю і результати наведено у табл. 2.1.

Таблиця 2.1 – Показники форм прояву агресії у підлітків чоловічої статі

Види агресії	Рівні			
	Низький рівень	Середній рівень	Підвищений рівень	Високий рівень
Фізична агресія	10%	35%	45%	20%
Вербальна агресія	40%	35%	20%	10%
Соціальна агресія	25%	30%	10%	35%
Образа	40%	15%	30%	10%
Непряма агресія	20%	25%	20%	15%
Підозрілість	10%	20%	50%	20%

Дані які були проаналізовані показують, що підлітки чоловічої статті мають низький рівень вербальної агресії - 40%. Це свідчить, що словесна агресія менш виражена для почуттів і не являється характерно для хлопців. Також за цим зафіксовано низку форму образи яка зазначає 40%. Для опитувальних підлітків чоловічої статті не є притаманним для відчуття образи на інших.

Рівень визначеності для середньої форми, фізичної та не прямої агресії становить 35%, показник форми агресії у підлітків чоловічого полу в нормі.

Форма високої агресії були зафіксовані у формах: фізична агресія опитуваних становить 50% а підозрілість становить 45% опитаних. Вони потребують профілактики, бо вони свідчать що це вище норми.

35% досліджуваних у формі соціальної агресії, визначено на високому рівні, цей показник являється найвищим у підлітків чоловічої статті. Для цього, потрібно втручання фахівців для проведення профілактики.

Таблиця 2.2 – Показники форм прояву агресії у підлітків жіночої статі

Види агресії	Рівні			
	Низький рівень	Середній рівень	Підвищений рівень	Високий рівень
Фізична агресія	15%	10%	35%	35%
Вербальна агресія	55%	5%	45%	20%
Соціальна агресія	15%	10%	30%	20%
Образа	50%	25%	60%	15%
Непряма агресії	20%	55%	15%	45%
Підозрілість	30%	15%	25%	65%

Аналіз даних, які ми отримали свідчать про те, що більшість опитуваних підлітків жіночої статі, 55% низький рівень «вербальної агресії», низький рівень «образа» – 50%.

Середній рівень агресивності зафіксовано у формі: «непряма агресія» – 55% являється характерним показником і знаходиться в нормі.

Рівень підвищеного показника агресивності було виявлено у таких проявах : «образа» – 60%, «вербальна агресія» – 45%.

Характерно найвищий рівень агресивності являється зафіксованим «підозрілості» яка проявляє собою 65% це зазвичай — для дівчат. Цей показник потребує уваги фахівців і потребує профілактичних робіт, бо є найбільш вираженим.

Рівень підвищеного показника агресивності було виявлено у таких проявах : «образа» – 60%, «вербальна агресія» – 45%.

Характерно найвищий рівень агресивності являється зафіксованим «підозрілості», яка проявляє собою 65% це зазвичай — для дівчат. Цей показник потребує уваги та участі фахівців і потребує профілактичних робіт, тому що він є найбільш вираженим.

Тому, залежно від гендерної приналежності підлітків, що засвідчують

результати аналізу, бачимо різні прояви агресії.

У осіб чоловічої статі ми виявили, що для них являються такі форми агресії: фізична агресія підозрілість. А у жіночої статі поширена така форма агресії: вербальна агресія, образа, непрямая агресія та підозрілість.

Ми виявили, що у підлітків чоловічого полу були такі форми агресії: «фізична агресія», «вербальна агресія», «образа» і «підозрілість». Проте у підлітків жіночого полу, найбільш поширені такі форми агресії: «вербальна агресія», «образа», непрямая агресія та «образа».

Застосований даний метод, ми можемо визначити який індекс ворожості та агресивності у підлітків. Отримані результати даної діагностики зображення на рис.

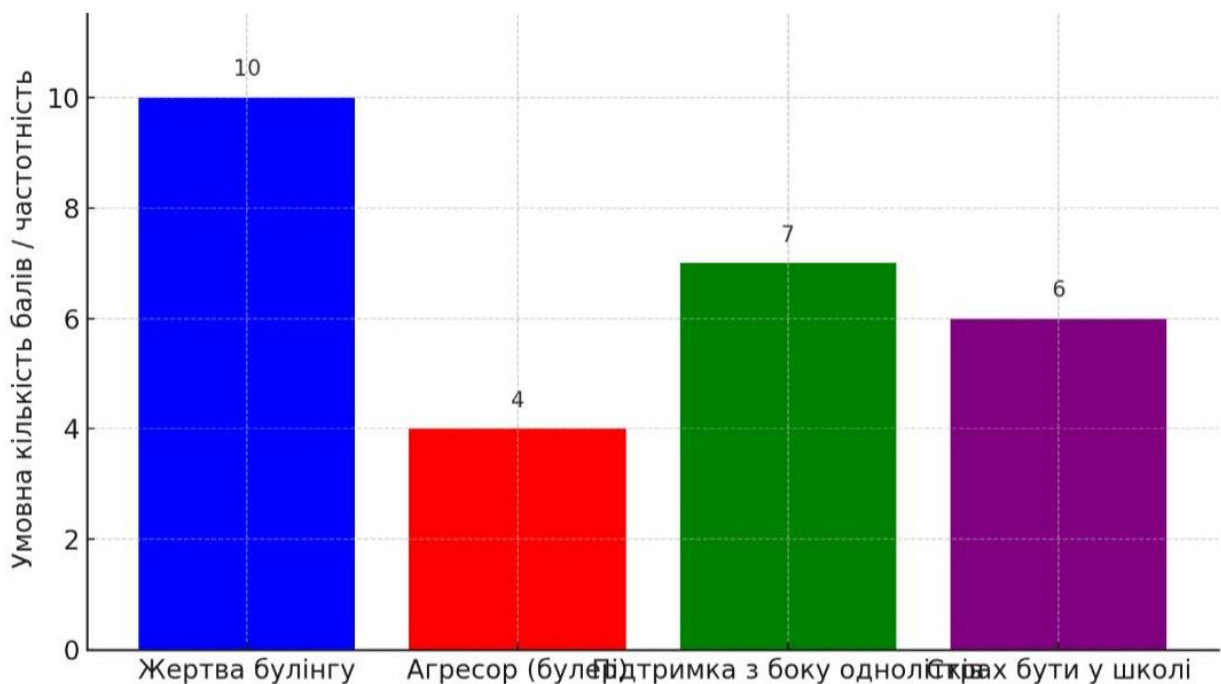


Рис. 2.2 – Діагностика за методикою Дена Ольвеуса

Аналіз даних свідчать про те, що за критерієм шкали індексів бачимо: норми становить 5 – балів, 6-8 – має підвищений рівень, а від 9 і вище має високий індекс. А особливо потрібно звернути увагу на індекс «жертва булінгу» який має 10 балів, на цей випадок свідчить про те, що потрібна цілеспрямована профілактична робота.

Рівнева діагностика, за допомогою якої формується толерантна поведінка підлітка за допомогою обраної методики «Рівень соціальних

навичок» (Ден Ольвеус), наведена в Додатку Б.

Ця методика містить у собі в розширену версію 50 (40) запитань, призначені для виявлення факторів булінгу серед учнів, а також визначення їх ролей як агресорів або жертв. Формуються у таких шкалах результати методики такі як: «жертва булінгу», «булер». А ще можуть бути додаткові шкали: «соціальна підтримка», «безпека у школі» та «спостереження за булінгом».

Також методика Дена Ольвеус дає змогу виявити рівень залучень підлітка до ситуації булінгу а межах шкільного середовища – як у ролі агресора, так і роль жертви. Опитувальник спрямований на виявлення частоти характеру проявів та тривалості булінгу, форми та реалізації оточення на ці ситуації.

Аналіз результатів методики потрібно здійснити за наданими показниками за відповідями учнів, що продемонстровано на рис. 2.3

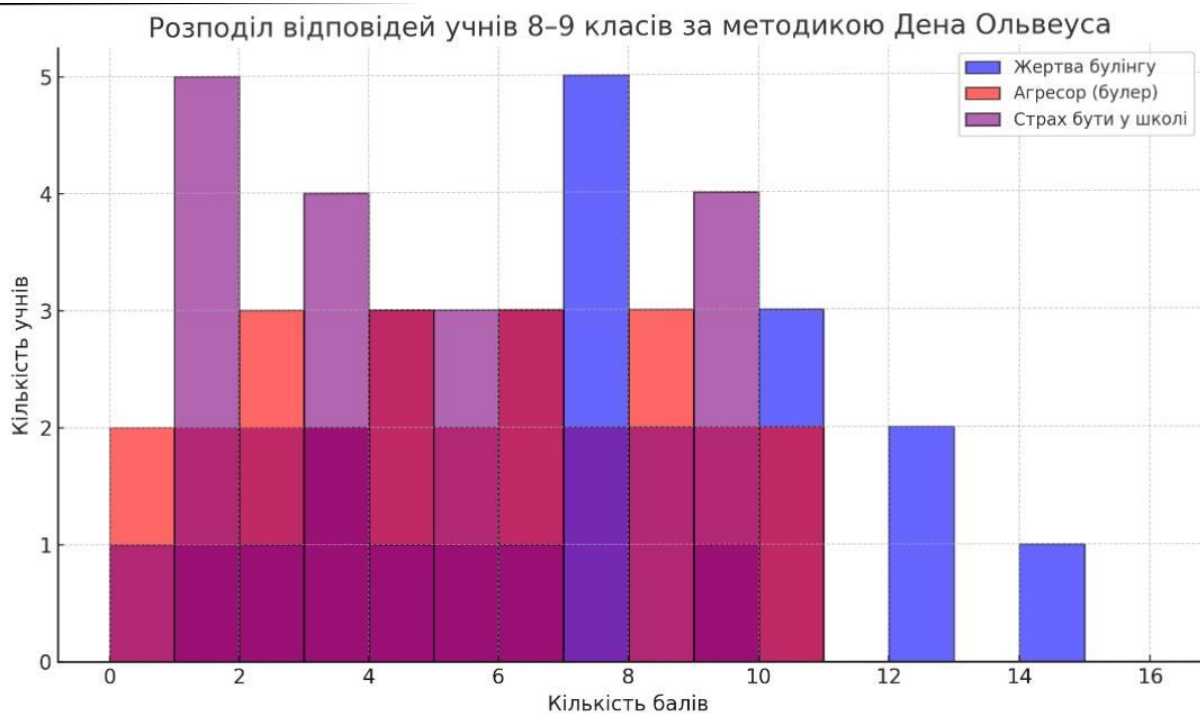


Рисунок 2.3 – Діагностика рівня залучення підлітків проявів булінгу у шкільному середовищі.

Аналіз наведених даних на рис свідчить про те, що 70% а це 17 учнів мають низькі бали (від 0 до 4) агресії і не демонструють агресивну поведінку. Водночас 30% це 7 учнів маю здебільшого середні чи високі бали (від 5 до 12),

що свідчить про те що являються чи беруть участь в агресії чи булінгових ситуаціях.

Також показник «агресори» свідчить про те, що 75% а це 18 учнів мають низькі бали (0-4), що свідчить про те що більшість підлітків не проявляють агресивної поведінки. Но 25% приблизно 6 учнів, що мають високі (5-12) бали показує те, що вказує на те що вони беруть участь в булінгових ситуаціях.

Результати показують, що «страх бути в школі» показують низькі результати в 80% а це 19 учнів не відчують страх у перебуванні в школі тому із бали, від 0 до 4. Проте приблизно 5 учням а це 20% які мають середні та високі бали, від 5 до 12, що свідчать що в них проявляється страх в шкільному середовищі, який пов'язаний з цькування чи іншими факторами.

Проаналізувавши результати методики «виявлення випадків булінгу в шкільному середовищі» (Ден Ольвеус), можна зазначити що підлітки до інших, найчастіше демонструють неприємні думки. Найменш поширеними є підступність у діях яких можна характеризувати безкомпромісність. Це свідчить, що необхідно робити профілактичну роботу емоційного та толерантної поведінкової регуляції.

Нами було обрано заключним етапом діагностичної методики, яку пропонує К. Томас, воно заключалося в «стиль поведінки у конфліктних ситуаціях» (Додаток В).

За допомогою використання методики яку ми обрали, нам надає змогу визначити, наскільки особа може бути схильною до конкретних взаємодій а саме: суперництво або як вона може досягти співпраці в команді, прагне в знаходженні будь якого компромісу в конфліктних ситуаціях, схильна до того щоб уникати будь який конфлікт або, навпаки, вона може пристосуватися до конфлікту.

Застосована методика у дослідженні була розроблена американським вченим К. Томасом у 1973 році, спочатку вона була призначена, щоб за допомогою неї можна було на індивідуальних способів реагувати на конфліктні ситуації. В організаційній психології, конфліктології та сфері

управління конфліктами, вона набула для широкого визнання та для використання. Ця концентрація методики ґрунтується на двох ключових вимірах такі як: орієнтація на інтереси інших сторін та на організацію власних інтересів. Відповідно науковець К. Томас, за допомогою цієї моделі виокремлює такі основні стилі поведінки на різновиди конфліктних ситуацій:

1. Суперництво (конкуренція) – за рахунок інших осіб, передбачає відстоювання своїх позицій. Особи які цілеспрямовано демонструють цей стиль, то вони намагаються досягнути своїх цілей, наполегливість, охоче виявляють рішучість до будь яких дій, та іноді проявляють жорстокі дії. Такі стратегічні методи, являються найбільш ефективними в різноманітних ситуаціях, коли потрібно миттєво прийняти важливе рішення, або його правота переважає за іншу. Проте це може і бути зворотнім ефектом, при довгому застосуванні своєї позиції то більш помітно зростають ризики погіршення стосунків між особами або навіть загострення конфліктів.

2. Співпраця – характеризується тим, що цей стиль має зацікавити інтереси двох осіб щоб вирішити конфліктну ситуацію. Цей стиль вважається найбільш конструктивним, оскільки найбільш ґрунтується на відкритих довірених комунікаціях, взаєморозуміння, довіри та більш глибокого розуміння проблеми. В процесі співпраці різні сторони не лише висловлюють свої проблеми ай вислуховують проблеми один одного, щоб досягти взаємно вигідних результатів один для одного. Такий вид стратегії сприяє на якісного формування позитивного психологічного клімату, ефективного вирішенні конфліктів та доброзесних партнерських стосунків. Цей стиль потребує значного застосування інтелектуальних та емоційних зусиль, щоб був конструктивних діалог між двома сторонами.

3. Компроміс – це стиль регулювання на різноманітні конфліктні ситуації, щоб заради досягнення задоволення їхніх інтересів потребується взаємно поступки між двох сторін. Така методика базується на пошуку основного "середнього" вирішенню варіантів проблем, коли жадна із сторін не отримала те чого хоче, але обидві сторони отримують ті результати які вони

хотіли. Компроміс являється найменш глибоким ніж з співпрацею, однак має значну практичну цінність у різновидах ситуації, коли одна сторона не поступається другій, або щоб не викликати ескалацію потрібно швидко врегулювати суперечку між собою. За допомогою цього стилю сприяє тимчасові або короткочасні стабільні відносини та зберігає на базовому рівні конструктивні взаємодії. Через те що не задовольнили потреби жодної із сторін, ці компроміси не зможуть усунути глибокі причини конфліктів, що в майбутньому спричиняє його виникнення.

4. Уникнення – це стиль поведінки характеризується на конфліктних ситуаціях, що свідомо уникає від різних конфліктів або способу його вирішення. Особа, відкидає розв’язання проблеми або ігнорує її існування, тобто вона обрала цю стратегію щоб не демонструвати активність у протистоянні в конфліктній ситуації. Ця стратегія може бути виправданою у випадках, коли конфліктна ситуація потребує більше часу коли це може призвести до ескалації або сторони потребують відпочинок що емоційно відпочити. Особа є бажання бути в нейтралітеті щоб уникати додаткових які йому не потрібні фізичні навантаження. Про те, якщо часто використовувати цей стиль то воно не буде сприяти вирішенню проблеми з агресією і також буде накопичуватися внутрішня напруга, та як наслідок, цього буде ускладнюватися між особові відносини або буде виникнення ще більш широкого конфлікту у найближчому майбутньому.

5. Пристосування – це поведінковий стиль в конфліктних ситуаціях, яке передбачає свідоме просування власних інтересів, завжди прагне уникати конфлікти, протистування для того щоб зберегти гармонійні відносини або для задоволення потреба інших сторін. Такий вид стратегії є повсякденним, які прагнуть уникати різні види конфліктів, вважають, що емоційна напруга то не для них, і роблять акцент на стабільності та взаєминах навіть якщо це буде ціна власного дискомфорту. Питання у ситуаціях може бути доцільним, коли конфлікт стосується питань які не дуже важливі які не варті витрачених ресурсів, або коли збереження добрих стосунків являється головним

пріоритетом в таких як: міжособистісних чи ієрархічний взаємодії. Може мати негативний вплив, якщо використання цього стилю буде дуже часто застосовуватися такі як: самобулін або зниження рівня самоповаги, внутрішнє напруження, накопичення емоційного невдоволення та виникнення прихованих конфліктів, які будуть ускладнювати подальшу взаємодію між сторонами.

Методика науковця К. Томаса включає в себе понад 30 пір тверджень, які відображають альтернативні варіанти поведінки в різноманітних конфліктних ситуаціях. Учасник обирає той варіант який йому підходить за реакцією у подібних ситуаціях. Коли ми застосовуємо цю методику то нам дозволяє визначити домінуючий стиль який будуть реагувати на види конфліктів, до якого більш схильна особа, а також оцінити її спроможність на процеси в міжособистісних взаємодії.

Згідно з отриманих даних і їх інтерпретації здійснюється відповідно до ключа, до здійснення передбаченою методикою. 12 це максимальна кількість балів яку можна набрати за шкалою. Якщо у респондента високий бал яка була отримана за певною шкалою, тим більша в нього стратегія більш виражена поведінка в конфліктних ситуаціях. За допомогою п'яти стилів, результати цього визначення, з різноманітних конфліктних ситуаціях для особи є найбільш характерним.

Ми провели аналіз результатів даного дослідження і отримали інформацію, яка була представлена на рис. 2.4.

Аналіз отриманих даних свідчить про це, що домінуючим стилем конфліктних ситуаціях серед респондентів є винятковий стиль суперництва, яке зафіксоване у 30% опитаних. Досить часто досить часто підлітки обирають пристосування, уникнення та компроміс які характеризуються 25% і 15% учасників дослідження. Найменш поширеним типом є тип поведінки співпраця всього 10%. Змішаний тип передбачає поєднання кількох стратегій для регулювання на конфлікт, всього опитаних кореспондентів 5%.

Розподіл стилів поведінки у конфліктній ситуації (за методикою К. Томаса)

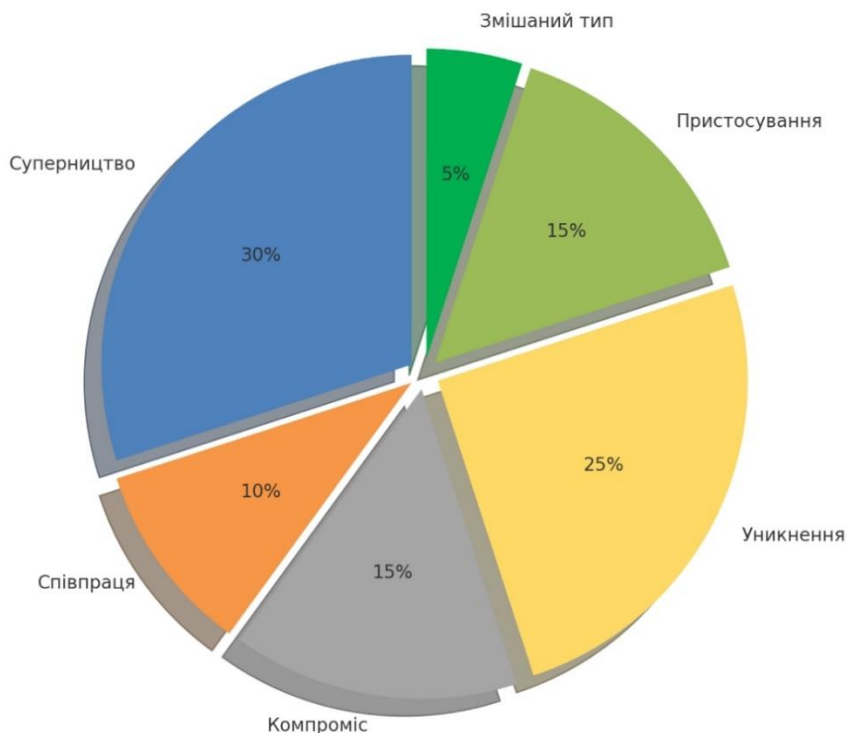


Рисунок 2.4 – Стилі вирішення конфліктів за методикою К. Томаса
«Стиль поведінки у конфліктній ситуації»

Таким чином, для досліджували них підлітків, які брали участь у дослідженні в проявах конфліктних ситуації є характерним стилем суперництво, воно проявляється коли за будь якими способами досягти конкретного результату, без урахування потреб або інтересів других сторін. Як правильно, учасники конфлікту які орієнтовані на перемогу, вони намагаються нав'язати свою позиції опоненту щоб її відстояти., що свідчить про високий рівень напруженої ситуації та суперництво щоб взаємодіяти у міжособистісних стосунках. Уникнення конфліктних ситуаціях притаманна підліткам, що проявляється у небажанні брати участь як у опосередкований, так і у активній формі. Ця поведінка часто зумовлюється тим, що агресор має високий статус або навіть головою в групі, і за допомогою цього спонукає інших підлітків уникати відкритого протистояння. Однак деякі учасники обирають стиль протистування, вони жертвують власними інтересами та потребами задля уникнення конфліктних ситуаціях і жертвують своїм

спокоєм, навіть якщо це лишить в них самообмеження або дискомфортом.

Модель поведінки компроміс та на декілька відсотків нижче співпраця, являються наймен вираженими серед підлітків у конфліктних ситуаціях. Проте, не всім підліткам притаманна поступатися власним інтересам щоб досягнути взаємопов'язаних рішень, що будуть враховувати позицію двох сторін. Рідко зустрічається щоб з'являлося бажання шукати компроміси і бажання приймати поступки від опонента. Ми спостерігаємо низький рівень схильності до співпраці, яка заделегідь вимагає від опонентів активного обговорення, також вимагає активного обговорення, щоб було відкрито для відстоювання своєї позиції, конструктивного діалогу та результати на досягнення спільного результату, щоб вона задовольняло всі сторони конфлікту.

Дані які ми узагальнили подано в табл. 2.3.

Таблиця 2.3 – Тип поведінкових стилів у конфліктних ситуаціях з підлітками, за допомогою використаної методики К. Томаса.

№ з/п	Стиль поведінки	Кількість учнів (n = 24)	Відсотки %
1	Суперництво	7	30%
2	Співпраця	2	10%
3	Компроміс	4	15%
4	Уникнення	6	25%
5	Пристосування	4	15%
6	Змішаний тип	1	5%
7	Усі	24	100%

Таким чином, ті результати які узагальнили за допомогою проведеного дослідження, ми можемо зробити висновок про доцільність і необхідність тренінгової програми з профілактики булінгу у умовах закладу Полонського ліцею №3 імені Максима Свінціцького м. Полонне, Шепетівського району,

Хмельницької області. Основною метою проведення такої програми являється підвищення рівня обізнаності учнів щодо булінгу та його наслідки, розвинути емпатію, формування навичок конструктивного діалогу, а також сприяння для створення безпечного освітнього середовища, яке буде засноване за принципом взаємоповаги, толерантності та гуманного ставлення один до одного. Реалізація такої програми може допомогти сприяти запобіганню проявів агресії та насильницьких дій у підлітковому середовищі, а також в закладах освіти покращення соціально-психологічного клімату.

2.2 Програма соціально-педагогічної профілактики булінгу в умовах закладу середньої освіти

Аналіз даних за допомогою якого здійснювалося емпіричне дослідження, ми виділили об'єктивну проблему в провадженні наукової програми соціально-педагогічної профілактичної програми серед підлітків для протистояння булінгу в умовах навколишнього закладу Полонського ліцею №3 імені Максима Свінціцького, м. Полонне, Хмельницької області. (Додаток Г).

Методика програми: Метою програми є створення безпечного освітнього середовища шляхом впровадження системної профілактики булінгу серед підлітків на прикладі навчального закладу Полонського ліцею №3 імені Максима Свінціцького.

Завдання включають формування в учнів толерантного ставлення до інших, розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктів, виявлення і допомогу жертвам булінгу.

Завдання:

1. Діагностувати рівень обізнаності учнів щодо явища булінгу, а також його форм та наслідки.
2. Методи формування у підлітків особливе ставлення до себе та до інших як основу без конфліктних взаємодій.

3. Розробити навички емпатії, додання агресивної поведінки та за допомогою діалогу мати змогу вирішити конфліктні ситуації.

4. Підвищення рівня обізнаності та інформативності у підлітків у правовій основі засад до протидій булінгу.

5. Надати та ознайомити з алгоритми підлітків у разі виникнення конфліктних ситуації

6. Впровадити співпрацю між усіма учасниками учасниками освітнього процесу з учнями, педагогами та батьками, щоб були вирішення питання для запобіганню насильства.

7. Створити сприятливе соціально-психологічне середовище в класному колективі для профілактики агресивності поведінки.

8. Здійснити моніторинг ефективності реалізації програми на основі повторного анкетування.

Програма розрахована на 6 занять, тривалість одного заняття становить 45 хвилин. Інтенсивність занять – 1 раз на тиждень. Основною формою роботи у програмі є групова. Програмою підтримується вікові особливості підлітків. Загальний обсяг роботи – 4 години 30 хвилин.

Очікуваний результат:

1. Спроможність підвищити рівень знань про форми, причини та наслідки проявів булінгу.

2. Формування конструктивних моделей різновиду поведінки в конфліктних ситуаціях, та зниження агресії у спілкуванні з іншими.

3. Між учасниками освітнього процесу, сприйняти розвитку емпатії, толерантності і так далі.

4. Сформувати у підлітків розвиток навичок самоконтролю а також сформувати відповідного ставлення до власної поведінки.

5. Зменшення проявів булінгу, агресії а також соціального пригнічення серед підлітків у шкільному середовищі.

6. Покращення в шкільному середовищі соціально-педагогічного відношення.

Основні нормативно-правові документи для профілактичної програми:

- Конституція України (1996).
- Закон України «Про освіту» (від 05.09.2017 №2145-VIII).
- Закон України «Про охорону дитинства» (від 26.04.2001 №2402-III).
- Закон України «Про повну загальну середню освіту» (від 16.01.2020 №463-IX).
- Закон України «Про запобігання та протидії домашньому насильству» (від 07.12.2017 №2229-VIII).
- Конвенція ООН «Про права дитини» 27.02.1991 року була ратифікована Україною.
- Соціальний педагог і педагогічний працівник, їх професійний стандарт визначає основні вимоги до їхньої діяльності з реалізації освітніх програм.

Принцип реалізації програм тренінгової профілактики булінгу, елементи включає в себе:

1. Принцип посилення уявлення про феномен булінгу: програма надає формування учасників повного усвідомлення про саму сутність булінгу і ось види, психологічна, фізична, економічна, кібербулінг, і так далі, причини цього виникнення, ознаки та можливі наслідки. Акцент робиться на різновиді булінгу як системне насильство від різноманітних конфліктних ситуацій, що спонукає більш краще усвідомлювати проблему та розвиток для профілактичної відчуття.

2. Принцип розвитку комунікативної компетентності: Мережа, яка здійснює тренінгову програму дає змогу здійснювати розвиток навичок, які являються ефективними для міжособистісною взаємодією, також може надавати активне слухання, конструктивним методом виражати емоції, думки, не насильницькими методиками вирішувати конфлікт, а також підтримка особистих кордонів.

3. Принцип формування емоційного інтелекту: програма здійснена на розвиток здатності розпізнавати, розуміння і керувати власним емоційним станом, що також призводить до формуванні поваги та емпатії до емоційного почуття до інших. Саме цей принцип являється ключовим у профілактичних

формах агресивної поведінки, та сприяє здійсненню формування дружньої поведінки до однолітків.

4. Принцип створення позитивного соціально-психологічного клімату: учасники тренінгу приєднуються до до активної взаємодії в груповій роботі, на основі цього ґрунтується на повазі один до одного, підтримці, толерантності та допомагати одне одному. Діагностика програми передбачає створення безпечного простору, де кожний учасник не буде боятися чи соромити висловлювати свою думку та почуттів, та щоб не думав, що його осудять.

5. Принцип активної участі: принцип ефективності програми залежить участі учасників до освітнього процесу. До практичної частини тренінгової роботи залучені інтерактивні методи роботи (ігри з методом ролі, дискусії в групах, ситуації з різними моделями, тощо), що дозволяє нам закріпити через практику теоретичні моделі. Учасники можуть своїм враженням та досвідом, вступити в дискусію, та використовувати здобуті навички в тренінгу у повсякденному житті.

У рамках програмі реалізації соціально-педагогічної профілактики використовуються вправи та методи які спрямовують на зниження реакції проявів агресії у підлітків та учнів. Основною метою цього, підлітка мають змогу ділитися ефективними способами для конструктивних навичок за допомогою яких можна вирішити конфліктні ситуації і направити свою агресію в потрібну сторону. Основна мета цих вправ з тренінгових форм полягає в тому, що мають велику користь, тому що підлітковий вік являється дуже нестабільним на конфлікти через те, що в цьому віці відбуваються вікові, психологічні та особистості зміни, які не обійдуть стороною конфліктні ситуації між іншими особа і навіть між собою. Оскільки соціально-педагогічна профілактика булінгу, являється дуже необхідною для того, щоб людська особистість була повністю сформована.

Структура програми

Програма реалізується у три етапи:

1. Підготовчий етап – аналіз ситуації в школі (анкетування, інтерв'ю,

спостереження).

2. Основний етап – проведення тематичних тренінгів, інтерактивних уроків, психолого-педагогічних занять.

3. Завершальний етап – оцінка результатів, корекція програми, розробка індивідуальних планів підтримки.

Профілактична програма булінгу серед підліткового середовища включає в себе такі етапи:

1. Навчання та інформування здобувачів освіти щодо самого поняття булінгу, що таке булінг, його основних ознак та відмінності від других форм поведінкових форм агресії.

2. Спільна розробка з учнями, щоб вони знали які правила потрібні в колективі та визначить які межі можуть бути дозволені при взаємодії з метою для запобігання булінгу.

3. Формування та розвиток емоційної грамотності і компетентності для розвитку соціальних навичок.

4. Підтримка задовільного соціально психологічного клімату у класному середовищі, а також дотримуватися принципів рівності, поваги для взаємної підтримки.

5. Проведення відкритої дискусії та тематичних обговорень, щоб спілкуватися з підлітками про наслідки і різновидність форм булінгу, а також розробити механізм задля якого ефективно реагувати на подібні ситуації.

Таблиця 2.4 - План проведення програми.

Етапи	Загальна кількість годин	Теоретичн і години	Практичн і години	Форми контролю
Підготовчий	4	3	1	Співбесіда, анкетування
Основний	10	3	7	Спостереження, використання вправ
Підсумково-рефлексивний	4	1	3	Анкета, тестування, обговорення
Всього	18	7	11	

Далі було розроблено тренінгову програму, яку наведено у табл. 2.5.

Таблиця 2.5 - Зміст тренінгової програми.

№	Тема заняття	Ключові моменти
1	Вступ, ознайомлення, правила роботи в групі	Знайомство зі всіма учасників, встановлення правил, створення безпечного середовища.
2	Поняття булінгу та його види	Визначення булінгу, його форм (фізичний, психологічний, кібербулінг), учасники процесу.
3	Причини та наслідки булінгу	Аналіз причин винесення, вплив на агресора, свідків та жертву.
4	Розвиток емпатії та співчуття	Вправи на виділення емоцій, рольові ігри, рефлексії.
5	Стратегії та протидії булінгу	Безпечні способи реагування, підтримка однолітків, звертання до дорослих за допомогою.
6	Відповідальність та підтримка	Формування відповідальності за власну поведінку, значення підтримки в колективі.
7	Підсумкове заняття та рефлексія	Обговорення результатів, зворотній зв'язок, анкетування.

Програма профілактики булінгу:

Заняття 1

«вступ, ознайомлення, правила роботи в групі»

Мета: формування позитивної атмосфери в групі, ознайомити учасників тренінгу з метою завдання програми, встановити правила між особистісної взаємодії, налагодити перші контакти між учасниками цього процесу.

Хід заняття:

1. Привітання, налаштування на роботу.
2. Вступне слово, ознайомлення з метою програми.
3. Вправа на знайомство «промінь знайомства».
4. Вправа «скарбничка очікувань».

5. Становлення правил в роботі з групою.

6. Підбиття підсумків, рефлексія.

Заняття 2

«Поняття булінгу та його види»

Мета: ознайомити учасників з поняттям булінгу, його основними ознаками та видами, формувати вміння для розпізнавання ситуації булінгу, розвинути критичне мислення та емпатію.

Хід заняття:

1. Актуальність знань та мотивація.
2. Елементи бесіди з застосуванням міні-лекцій.
3. Вправа «це булінг чи ні».
4. Вправа «з лицем булінгу»
5. Підсумок.

Заняття 3

«Причина та наслідки булінгу»

Мета: розкрити основні причини виникнення проявів булінгу серед підлітків, допомогти учасникам усвідомити прояв булінгу для всіх учасників, досягти розвитку емоційної врівноваженості та мати відповідальність за свої вчинки.

Хід заняття:

1. Актуалізація теми.
2. Міні-лекцій: причини булінгу.
3. Вправа «хто постраждав».
4. Вправа «дерево наслідків».
5. Підсумок.

Заняття 4

«Розвиток емпатії та співчуття»

Мета: сприяти розвитку емпатії, здатності до співпереживання та розуміння почуттів однолітків, понизити рівень агресії та відчувати байдужість до булінгу.

Хід заняття:

1. Привітання. Налаштування на роботу.
2. Міні-обговорення «що таке емпатія?».
3. Вправа «У чужих черевиках».
4. Вправа «малюнок серця».
5. Вправа «почути один одного».
6. Підсумок.

Заняття 5

«Стратегії та протидії булінгу»

Мета: учасники мають ознайомитися з ефективними стратегіями реагування на булінг, сформувати корисні навички безпечної поведінки у конфліктних ситуаціях, вдосконалювати у себе відповідальність та впевненість у відстоюванні себе і підтримувати інших.

Хід заняття:

1. Вступне слово. Актуалізація теми.
2. Міні-лекція «стратегії реагування».
3. Вправа «Що робити, якщо ...».
4. Рольова гра «ми проти булінгу».
5. Підсумок.

Заняття 6

«Відповідальність та підтримка»

Мета: формувати в учасників тренінгу усвідомлення особистої відповідальності за свої вчинки в конфліктних ситуаціях, розробити навички щоб допомогти іншим, мати активну позицію у протидії булінгу.

Хід заняття:

1. Обговорення теми
2. Міні-бесіда «особиста та спільна відповідальність».
3. Вправа «ланцюжок відповідальності».
4. Вправа «рука підтримки».
5. Підсумок.

Заняття 7

«Підсумкове заняття та рефлексія»

Мета: підсумувати отримані знання, які були запроваджені в процесі тренінгу, увімкнути особисті зміни та усвідомлення відповідальності та безпечне середовище, дати можливість учасникам тренінгу висловити власні думки та емоції, остаточно закріпити почуття єдності та підтримки в групі.

Хід заняття:

1. Вільне коло «я тут і зараз».
2. Вправа «скриня знань».
3. Вправа «моє відкриття».
4. Вправа «коло підтримки».
5. Рефлексія «сходинки змін».
6. Завершення.

Протипоказання та обмеження до учасників тренінгу:

Участь у тренінгу може бути обмежена для підлітків із порушенням психіки або дуже виражена агресивною поведінкою. Також, не відпускається і протипоказані з емоційною нестабільністю, що буде заважати в безпечній та конструктивній груповій взаємодії. Серед учасників з такими поведінковими проявами немає.

Гарантійні способи забезпечення прав учасників тренінгу:

Учасники тренінгу мають повноцінне право, щоб відмовитися від участі в окремих вправах чи обговоренні, якщо у них виникає емоційний дискомфорт.

Будь-яке збирання чи використання особистої інформації проводить з виключно особистого дозволу учасників або його представників.

У ході програмної реалізації створюють для рівноправної участі учасників незалежно від статі, гендеру, національності, кольору шкіри, соціального статусу або інших особистостей.

Відповідно до «Етичного кодексу фахівця» соціальний педагог діє відповідно до гідності, прав і свобод людини, яка є гарантованою в Конституції України та конвенції ООН в міжнародних правозахисних актах.

2.3 Практичні рекомендації соціальним педагогам та педагогічним працівникам щодо соціально-педагогічної профілактики булінгу в підлітковому середовищі

Школа являється важливим місцем серед державних інститутів, які здійснені на запобіганні та профілактиці негативних проявів булінгу серед учнівського середовища. В кордонах цієї системи соціальний педагог виконує ключову роль, адже саме він працює з підлітками, визначаючи які заходи проводити, спрямована на попереджені складних чи агресивних соціальних процесів, а саме, булінг, цькування та насильство. Основним завданням соціального педагога в шкільному середовищі є створення безпечного середовища для підлітків, а також впровадження у них відповідальності у ставленні до власної поведінки та взаємодія з оточенням. Робота соціального педагога з профілактичних норм є пріоритетною в вимагає з його тісної співпраці з директорією та колективом школи, батьками, та з іншими фахівцями, що забезпечує комплексну вирішення проблеми і підтримувати позитивний психологічне середовище у навчальному закладі.

Програма запобігання для соціального педагога, що має на меті перешкоджання шкільному цькуванню, мусить відбуватися за допомогою різних правил та основ. Вона мусить проводитись увесь час перебування дитини в школі. Коли програма проваджується, важливо давати точні та досить конкретні дані про цькування, насильство, як вони впливають на фізичний та духовний добробут. Дані про булінг і його типи мають бути ясними та показувати негативні наслідки для суспільства. Також потрібно зосередитись на рекламі здорового способу життя на створених життєвих умінь, що потрібні для опору бажанням невиникненням насильства у часи стресу або особистих проблем.

Для впровадження інформаційних програм у шкільне середовище соціально-педагогічних технології являється необхідністю для умов підвищення виховного процесу. Та дотримуватися належної доктрини для

соціального педагога та підлітків з'являється можливість суттєвої трансформації в підлітковому середовищі систем для міжособистісних взаємин.

В умовах освітнього середовища діяльність соціального педагога є одним із найважливіших процесів для профілактики булінгу. Попередня булінгу серед підлітків являється важливими завданням для фахівців з метою розроблення та впровадження ефективних рекомендації для того, щоб підвищити результати профілактичних робіт.

Для підвищенню ефективності профілактики булінгу здійснюються такі рекомендації:

1. Проводити просвітницькі роботи на систематичному рівні. Виконувати ефективну профілактичні роботи з метою унеможливити негативного явища як булінг щоб було сформовано обізнаність підлітків, педагогів і батьків, щодо цих проявів, причин і наслідків. Для того, щоб підвищити рівень інформаційної обізнаності потрібно проводити тренінги, інтерактивні заняття, круглі столи, лекції на тематичні зустрічі, щоб не було проявів насильства в будь яких його проявах.

2. Профілактика як система діяльності. Профілактична робота соціального педагога має здійснювати систематично та безперервно. Важливою є командна робота для всіх учасників освітнього процесу: класного керівника, психолога, адміністрації школи а також соціального педагога. На випадок булінгу, необхідно розробити стратегію для швидкого його реагування.

3. Формування культури ненасильної комунікації. Рекомендовано регулярно проводити заняття з розвитку емоційної компетентності для учнів: вміння висловлювати своє невдоволення без на то агресії, контролювати власні емоції, формування навички активного слухання. Профілактика агресивної поведінки займає важливе місце у пізня поза шкільного середовища.

4. Взаємодія з родинami учнів. Соціальним педагогам варто налагодити

партнерську взаємодію з батьками, проводити консультації, тренінги для підвищення педагогічної компетентності батьків у сфері виховання ненасильницької поведінки. Також варто розробити інформаційні буклети, пам'ятки, ресурси для самостійного ознайомлення.

5. Формування сприятливого мікроклімату в шкільному середовищі. Для того, щоб не допустити булінг потрібно активно створювати позитивний соціально-психологічний клімату в шкільному середовищі. Класні керівники, психологи та соціальні педагоги мають бути залученими до цього процесу для розвитку взаємоповаги та підтримки між учнями, щоб проводити спільні організаційні заходи, які будуть спрямовані на розвиток колективу.

6. Моніторинг ефективності профілактичної діяльності. Щоб вдосконалити профілактичну роботу необхідно здійснювати їх оцінювання для їх вдосконалення. Реалізувати це можна через анкетування, фокус-групи або через аналіз поведінкових змін, анкетування серед підлітків. Завдяки отриманих результатів нам дозволено вчасно виявити проблемні аспекти та вносити необхідні корективи до профілактичних програм.

Для профілактики булінгу серед підлітків, соціальні педагоги можуть використовувати різні стратегії та підходи. Необхідно дотримуватися таких рекомендацій для того щоб їх застосовувати:

1. Соціальний педагог враховувати психологічні, вікові та соціальні особливості кожного підлітка, для того, щоб обирати найбільш ефективні методи і форми для впливу на конфліктні ситуації. Індивідуальний підхід сприяє точному виявленню проблеми у підлітків в шкільному середовищі.

2. Ігрові технології, дискусії, тренінги, рольові ігри та моделювання різноманітних соціальних ситуації, це створення умови для розвитку навичок не насильного спілкування, самоусвідомлення, емпатії, та командної роботи. Це допомагає учасникам тренінгу сприяти формуванню позитивного соціального досвіду.

3. Співпраця з адміністрацією, вчителями та батьками у шкільному середовищі являється важливою умовою для запобігання булінгу. Проводити

регулярні зустрічі, обговорювати спільних дій, підвищити підтримку та результати профілактичних робіт.

4. Соціальний педагог має допомогти сприяти формуванню атмосфери довіри, взаємоповаги та відкритості для шкільного колективу. Підтримка з боку дорослих та нульова толерантність є важливим вимогам для зниження булінгу.

5. Профілактична діяльність має бути чітко спланованою або тривалою і поступальною. Важливо, щоб всі заходи які будуть проводитися мають бути заздалегідь обґрунтованими, інтегрованими та методично продуманими в загальну систему виховної роботи в освітньому процесі.

Висновки до розділу

Емпіричне дослідження для рівня обізнаності учнів за таке явище булінгу та рівень схильності підлітків до агресії та схильності до цькування інших учасників за діагностичних методик Опитувальник дослідження рівня соціальних навичок» (Ден Ольвеус), методика «Визначення рівня емпатії» (Мішель Борба) та (К. Томаса) «Стиль поведінки у конфліктній ситуації».

У цьому дослідженні взяли участь 24 учня з 8-9 класів Полонського ліцею №3 імені Максима Свінціцького м. Полонне, Шепетівського району, Хмельницької області.

Було використано три види психодіагностики методи у ході емпіричного дослідження: опитувальник Дена Ольвеус для виявлення проявів булінгу, методика Мішель Борби для визначення рівня емпатії, а також методика К. Томас для визначення стилю поведінки у конфліктних ситуаціях. Результати дослідження за методикою Дена Ольвеус свідчать про наявність у деякої частини підлітків ознаки агресивної поведінки, зокрема фізичної 55% та підозрілості 60%, яка перевищує норму. Також було виявлено, що 25% підлітків демонструють агресивну поведінку, а 20% мають страх перебування

в школі і це вказує на жертв булінгу. За методикою Мішель Борби встановлено, що середній рівень емпатії мають більшість учасників цього процесу, проте більшість підлітків мають знижений рівень емпатії до інших. Таке може сприяти агресивним і байдужим діям у стосунках один з одним.

Поведінковий аналіз стилей у конфліктних ситуації за методикою К. Томас показало, що найбільш є стиль «суперництво» 30% з опитаних, «уникнення» 25% з опитаних, «компроміс» і «протистування» маю по 15%, співпраця мають тільки 10% які були опитані, а змішаний стиль має найменше всього 5%. Це вказує на те, що взаємодії між домінування ідентичності і конфіденційної стратегії, саме тому це ускладнює соціальне клімат у підлітковому середовищі у закладі освіти.

Саме тому, результати даної діагности підтверджують те, що соціально-педагогічна робота з розвитку емпатії та формування навичок комунікації та не насильницької поведінки має вирішувати конфлікти. Завдяки отриманим даним ми розробили програму для профілактики булінгу в учнівському середовищі.

ВИСНОВКИ

У ході дослідження було проведено дослідження теоретичного осмислення проблем та запровадження інноваційних підходів та їх розв'язання. Це було відображено в теоретичному обґрунтуванні та в експериментах для специфічних норм соціально-економічного запобігання булінгу серед підлітків у шкільному середовищі. Ті результати які ми отримали мають ефективність досягнення цілей які ми поставили і вони стали підґрунтям для формування ставлення один до одного.

За результатом аналізу наукових джерел, було підтверджено важливість проблеми соціально-педагогічної профілактики для запобігання булінгу в шкільному середовищі.

Вітчизняні дослідники мають узагальнені думки щодо підліткового булінгу, він може бути не тільки на фізичним, а навіть і психологічним тиском з боку інших осіб, які його спричиняють, а жертва являється беззахисною, що потребує комплексу соціальних, психологічних та педагогічних заходів протидії та профілактики.

Були виявлені характерні риси підлітків, що відчують прояви агресії та конфліктних ситуації в групі. До таких форм належать, агресія, низький рівень чутливості та тривожності, негативізм, замкнутість, прагнути затвердити себе, яскраве вираження власної особистості також можна додати інтерес до фемітивних ідей, протести проти назування комусь гендерної ролі, будь яка захисна реакція на пережите насильство та відчуття неповноцінності в собі.

Теоретичне здійснення в основних даних емпіричного дослідження, щоб визначити їх рівень схильності до цькування та агресію і обізнаності щодо явища булінгу був проведений аналіз серед 24 учасників здобувачів освіти Полонського ліцею №3 імені Максима Свінціцького м. Полонне, Шепетівського району, Хмельницької області. Виявлення аналіз результату дослідження було виявлено малий рівень обізнаності учнів щодо такого явища

як булінг, про те спостерігається, що у підлітки відбуваються прояви агресії та цькування. Було визначено ключові умови соціально-педагогічних результатів профілактики підліткового булінгу серед яких було такі види: поглибленні знання підлітків про явище булінгу та агресивних дій до оточуючих, навчити підлітків як вони можуть ефективно розв'язувати агресивні прояви, формувати дружню атмосферу толерантності та гуманності в стосунках одне з одним, у шкільному середовищі запобігання прояви булінгу між підлітками.

На основі отриманих результатів дослідження в умовах Полонського ліцею №3 імені Максима Свінціцького, місто Полонне, Шепетівського району, Хмельницької області, за допомогою емпіричних методів, ми запропонували соціально-педагогічну програму профілактики булінгу, певні методики, які були використані на тренінгу. Ця програма складається із 6 занять, кожне з них триває по 45 хвилин, де для кожного заняття було визначено мету та технологію проведення.

За результатами дослідження були розроблені практичні рекомендації для соціальних педагогів та педагогічних працівників щодо підвищення ефективності профілактики булінгу в шкільному просторі, які вони зможуть використовувати в своїй професійній діяльності.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Беженар Г. Булінг: підліткове насильство в школі. 2012. №2. С. 75–79.
2. Божович Л. І. Особистість та її формування у дитячому віці / Л. І. Божович. 1968. С. 365.
3. Васильєва Н., К. Бондар. Як захистити учнів від небезпеки? Кінолекторій профілактики правопорушень. Школа. 2018. №6. 42–52 с.
4. Гончаров В., Жорстока поведінка в підлітковому середовищі. Соціальний педагог 2009. № 11. С. 59-61
5. Гончарук Н. М., Онуфрієва Л. А. Психологічні засади булінгу в юнацькому віці. Psychological Journal. 2019. №2. С. 25–39.
6. Гутгенбюль А. Зловісна чарівність насильства: Профілактика дитячої агресивності та жорстокості. М.: "Когіто-Центр", 2006. С. 176
7. Дубровська Є. Я. Насильство в школі: аналіз проблеми та допомога, якої потребують діти та вчителі у її розв'язанні, ВГО «Жіночий консорціум України». Київ, 2019. С. 34.
8. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / за ред. І. Д. Зверєвої. Київ; Сімферополь: Універсум, 2012. С. 536
9. Єкимова В. І., 2015. Жертви і кривдники в ситуації булінгу. Сучасна зарубіжна психологія, Том 4, №4, с.5-10
10. Єфремова Г. Причини та наслідки шкільного булінгу. Педагогічна майстерня. 2018. № 1. С. 37–42
11. Журавко Т. В. Булінг як соціально-психологічна проблема в освітньому Середовищі–2019. – № 6. – Т. 1. – С. 47–50.
12. Закон України „Про соціальні послуги” від 19 черв. 2003 року №N66 IV URL: <https://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/966-15>. (дата звернення: 21.05.2023).
13. Закон України „Про соціальну роботу з дітьми та молоддю” від 21 червня 2001 року № 2558-III URL: <https://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2558-14>. (дата звернення: 21.05.2023)

14. Катеринчук К., Мацюк О. Булінг: правові та соціально-психологічні Аспекти. Слово Національної школи суддів України. 2020. № 3 (32). С. 113-124.

15. Конвенція ООН «Про права дитини» від 20.11.1989. Ратифікована Постановою ВР України 27.02.1991.

URL:https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_021. (дата звернення: 20.05.2023)

16. Кігічак-Борщевська А. Булінг у школах як чинник психічного нездоров'я. Школа. 2018. № 6. С. 8–16.

17. Конституція України : чинне законодавство зі змінами та доповненнями станом на 12 березня 2015 року. Київ : Паливода А. В., 2015. 61 с.

18. Куценко Я. М. Роль емоцій у сфері людських взаєностосунків. Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження (PPMSRPR), 20 квітня 2018: Матеріали XX Міжнародної конференції молодих науковців / За ред. І. В. Данилюка, С. Ю. Пашенко. К.: Логос, 2018. С. 146–149.

19. Кучук А. М. Булінг: перший український досвід. Актуальні питання взаємодії суб'єктів, які мають здійснювати заходи з реагування та профілактики на випадки насильства у закладах освіти : матеріали I Міжрегіональна наук.-практ. форуму, м. Дніпро, 27 трав. 2020 р. Дніпро : ДГУ, 2020. С. 95-98.

20. Лейн Д. А. Шкільне цькування (булінг), СПб 2001. С. 26

21. Лушпай Л. І., 2017. Булінг як соціально-педагогічна проблема та шляхи її вирішення (на прикладі досвіду середніх загальноосвітніх шкіл Великої Британії), Київ, Перун, 131 с

22. Маланцева О. «Булінг» у школі. Що ми можемо вдіяти? Соціальна Педагогіка 2007. № 4. С. 90-92.

23. Мальцева О. А., 2019. Профілактика жорстокості і агресивності в підлітковому віці. Педагогіка та психологія, № 7, с. 51-54.

24. Мар'яновська В. Булінг вітчизняний та закордонний досвід 2019.

URL: <https://pte.diit.edu.ua/article/view/190706> (дата звернення: 15.05.2023)

25. Опитувальник ризику булінгу (ОРБ). А. А. Бочавер, В. Б. Кузнєцова, Є. М. Біанки та ін. Питання психології. 2015. № 5. С. 146-157.
26. Лейн Д. А. Шкільне цькування (булінг), СПб 2001. С. 26
27. Олексієнко Т. Явища мобінгу і булінгу у взаєминах особистості та колективу. Управління освітою. 2019. № 4 (412). С. 46–53.
28. Плутицька К. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія «Юриспруденція». 2017. № 2. Т. 2. С. 78–80
29. Поляруш С. Боротьба з харасментом: історико-правовий аспект // Наукові записки. – Серія: Історичні науки. – 2012. – Випуск 15. – С. 161-166
30. Про булінг (цькування) та як його подолати. Дітям, молоді та дорослим про важливе. Київ : ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2020. 40 с.
31. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню): Закон України від 18.12.2018.
URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19>. (дата звернення: 16.05.2023)
32. Протидія булінгу URL: <https://mon.gov.ua/ua/tag/protidiya-bulingu> (дата звернення: 16.05.2023)
33. Семенюк Л. К., 2018. Психологічні особливості агресивної поведінки підлітків, Київ, Флінта, 185 с.
34. Смазнова І. С. Діалектика категорій «агресія» і «толерантність» в умовах глобалізації. Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Юридичні науки. Одеса, 2018. Т. 29, №5. С.123–129.
35. Соболев Є. Ю., Корнійченко А. О. Булінг в освітньому середовищі детермінанти та форми. Наукові записки Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія: Право, 2020. № 8. С. 4–9.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

МЕТОДИКА «ОПИТУВАЛЬНИК ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ СОЦІАЛЬНИХ НАВИЧОК» (ЗА Д. ОЛЬВЕУСОМ)

Мета: вивчення поширеності та форм булінгу в підлітковому середовищі, визначення ролі підлітків у ситуаціях булінгу (жертва, агресор, спостерігач).

I. Досвід жертви булінгу

1. Як часто тебе цькували за останні 2 місяці?
2. Які форми булінгу ти пережив(-ла)?
3. Хто найчастіше тебе ображав (вказати роль у класі: лідер, однокласник, старшокласник)?
4. Як довго триває цькування щодо тебе?
5. Як ти почуваєшся після ситуацій булінгу?
6. Чи звертався(-лася) ти за допомогою після таких ситуацій?
7. Якщо так – до кого саме ти звертався(-лася)?
8. Якщо ні – чому не звертався(-лася)?
9. Чи боїшся ти ходити до школи через можливість цькування?
10. Чи був(-ла) ти у ситуації, коли тебе ображали групою?

II. Агресивна поведінка

11. Чи бували випадки, коли ти сам(-а) цькував(-ла) когось?
12. Якщо так – як саме ти це робив(-ла)?
13. Чи вважаєш ти свою поведінку нормою?
14. Як часто ти ображаєш інших?
15. Чому ти це робиш (якщо таке траплялося)?
16. Як інші реагують на твої дії?
17. Чи почував(-ла) ти себе винним(-ною) після таких ситуацій?
18. Чи отримував(-ла) ти зауваження за свою поведінку від дорослих?
19. Чи пробував(-ла) ти вибачитися перед тими, кого образив(-ла)?

20. Як ти вважаєш, що змушує інших ображати слабших?

III. Спостерігач

21. Чи був(-ла) ти свідком ситуацій булінгу в школі?

22. Як часто ти бачиш, як когось цькують?

23. Як ти реагуєш на такі ситуації?

24. Чи намагався(-лася) ти зупинити булінг?

25. Якщо ні – чому?

26. Чи розповідаєш ти дорослим про такі випадки?

27. Як ти думаєш, чому інші учні мовчать, коли бачать булінг?

28. Чи підтримуєш ти тих, кого ображають?

29. Як у вашому класі реагують на булінг?

30. Як часто ситуації булінгу залишаються без уваги вчителів?

IV. Соціальний клімат класу

31. Чи довіряєш ти своїм однокласникам?

32. Чи відчуваєш ти себе в безпеці у своєму класі?

33. Чи є у вашому класі неформальні лідери, які цькують інших?

34. Як часто вчителі проводять розмови про булінг?

35. Чи є у вашій школі куточок психологічної допомоги?

36. Чи звертався(-лася) ти до шкільного психолога?

37. Як часто учні звертаються за допомогою до вчителів?

38. Яке ставлення вчителів до проблеми булінгу?

39. Як реагують дорослі, якщо їм повідомити про булінг?

40. Чи вважаєш ти, що в школі існує ефективна профілактика булінгу?

V. Психоемоційний стан та самосприйняття

41. Як часто ти відчуваєшся пригнічено через поведінку однолітків?

42. Чи є у тебе друзі, яким ти можеш довірити особисте?

43. Як часто ти відчуваєш страх або тривогу у школі?

44. Як ти реагуєш на критику чи образу з боку однолітків?

45. Наскільки впевненим(-ною) ти себе відчуваєш серед однокласників?

46. Як ти оцінюєш свою роль у колективі: лідер, посередник,

аутсайдер?

47. Як ти зазвичай реагуєш у конфліктних ситуаціях?

48. Що для тебе означає «бути сильним(-ною)» в школі?

49. Чи хочеш ти, щоб тема булінгу обговорювалася частіше на уроках/годинах спілкування?

50. Які зміни ти хотів(-ла) б бачити в школі, щоб вона стала безпечнішою?

При аналізі відповідей учнів у звичайних умовах допускається об'єднання відповідей «ТАК» та «МОЖЛИВО, ТАК» — вони інтерпретуються як позитивна відповідь («ТАК»).

Аналогічно, відповіді «НІ» та «МОЖЛИВО, НІ» розглядаються як негативна відповідь («НІ»).

КЛЮЧ 1

Інструкція для обробки результатів опитувальника

Критерії виявлення ролей (приклад):

Роль учасника Ознаки (якщо $\geq 50\%$ відповідей у відповідному блоці = 1)

Жертва Питання 1–10

Агресор Питання 11–20

Спостерігач Питання 21–30

Соціальна тривожність Питання 41–50

КЛЮЧ 2

Бланк аналізу результатів опитувальника Дена Ольвеуса

1. За кожною відповіддю "ТАК" або "МОЖЛИВО, ТАК" виставляється 1 бал.

2. За відповіддю "НІ" або "МОЖЛИВО, НІ" — 0 балів.

3. Неоднозначні чи порожні відповіді — не враховуються.

4. Підраховується кількість "1" у кожному з 5 блоків:

ДОДАТОК Б

МЕТОДИКА «ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ЕМПАТІЇ» (МІШЕЛЬ БОРБА)

Метою методики є виявлення рівня розвитку емпатії у підлітків. Опитувальник містить 20 тверджень, до яких респондент має висловити свою згоду або незгоду.

Інструкція для учня:

Ознайомся з кожним твердженням і обери відповідь, яка найточніше відображає твої відчуття. Відповідай чесно – тут немає правильних або неправильних відповідей.

№Твердження Так Ні

1. Мене турбує, коли інші люди засмучені.
2. Я легко розумію, коли хтось почувається самотньо.
3. Я вмію слухати інших, коли вони говорять про свої проблеми.
4. Я намагаюся допомогти, коли бачу, що хтось у біді.
5. Мені байдуже, коли хтось почувається погано.
6. Я легко розумію почуття інших людей.
7. Я рідко звертаю увагу на настрій інших людей.
8. Я люблю піклуватися про інших.
9. Мені важко уявити себе на місці іншої людини.
10. Я часто думаю про те, як мої дії впливають на інших.
11. Я відчуваю себе винним, коли ненавмисно засмучую когось.
12. Мене не цікавить, чому люди поводяться так, як поводяться.
13. Я часто помічаю, коли хтось переживає.
14. Я рідко замислююсь про почуття інших.
15. Я можу зрозуміти, коли хтось приховує свої справжні емоції.
16. Я відчуваю радість, коли інші щасливі.
17. Я можу уявити, як почувається людина, що потрапила в складну

ситуацію.

18. Мене дратує, коли інші діляться своїми проблемами.

19. Я переживаю, коли бачу, що хтось самотній чи покинутий.

20. Я вважаю, що важливо розуміти інших людей.

Обробка результатів:

1. Позитивні твердження (1, 2, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 17, 19, 20):

– відповідь «Так» — 1 бал, «Ні» — 0 балів.

2. Негативні твердження (5, 7, 9, 12, 14, 18):

– відповідь «Так» — 0 балів, «Ні» — 1 бал.

Максимальна кількість балів – 20.

Інтерпретація результатів:

17–20 балів – Високий рівень емпатії.

13–16 балів – Достатній рівень емпатії.

9–12 балів – Середній рівень емпатії.

5–8 балів – Низький рівень емпатії.

0–4 бали – Дуже низький рівень емпатії, потребує розвитку.

ДОДАТОК В

МЕТОДИКА К. ТОМАСА «ВИЗНАЧЕННЯ СТИЛЮ ПОВЕДІНКИ В КОНФЛІКТНІЙ СИТУАЦІЇ»

Методика призначена для виявлення переважного стилю поведінки особистості в умовах конфлікту. Вона складається з 30 пар тверджень, у кожній з яких представлено два варіанти поведінки (а та б).

З кожної пари потрібно вибрати лише одне твердження – те, що найбільшою мірою відповідає вашій звичній поведінці в конфліктній ситуації.

1. а) Іноді я йду на поступки, щоб зберегти відносини.
б) Я намагаюся добитися свого.
2. а) Я уникаю зайвого обговорення питань, що викликають конфлікти.
б) Я намагаюся знайти компроміс.
3. а) Я наполягаю, щоб усе було за моїм.
б) Я намагаюся заспокоїти іншого та зберегти наші відносини.
4. а) Я намагаюся знайти рішення, яке задовольнить усіх.
б) Я відкладаю вирішення проблеми, сподіваючись, що вона сама зникне.
5. а) Часто поступаюся заради збереження гармонії.
б) Я відстоюю свою позицію.
6. а) Я прагну співпраці.
б) Я іноді уникаю конфліктних ситуацій.
7. а) Я намагаюся переконати іншого у правильності своєї позиції.
б) Я готовий частково поступитися, якщо й інша сторона поступиться.
8. а) Я відкрито обговорюю всі суперечності, щоб знайти найкраще рішення.
б) Я часто уникаю з'ясування стосунків.
9. а) Я дотримуюся своєї думки.
б) Я готовий пристосуватися до ситуації.
10. а) Я намагаюся знайти спільну мову.
б) Я уникаю прямих суперечок.
11. а) У складних ситуаціях намагаюся враховувати інтереси обох сторін.
б) Я іноді поступаюся, щоб не зіпсувати стосунки.
12. а) Я наполягаю на своєму, навіть якщо це викликає напруження.
б) Я часто йду на компроміс.
13. а) Я уникаю конфліктів.

- б) Я намагаюся співпрацювати з іншими.
14. а) Я завжди шукаю варіант, який влаштує всіх.
б) Іноді я поступаюся, щоб не загострювати ситуацію.
15. а) Я відкрито відстоюю свою точку зору.
б) Я намагаюся знайти золоту середину.
16. а) Я готовий слухати та шукати взаємне рішення.
б) Я іноді відкладаю вирішення конфлікту.
17. а) Я не люблю суперечки й намагаюся уникати їх.
б) Я готовий поступитися, аби не сваритися.
18. а) Я прагну бути об'єктивним і враховувати всі сторони.
б) Я наполягаю на своєму, бо впевнений у своїй правоті.
19. а) Я віддаю перевагу компромісам.
б) Я уникаю суперечливих тем.
20. а) Я погоджуюсь, якщо це допоможе уникнути конфлікту.
б) Я наполягаю на своєму.
21. а) Я обираю тактику взаємних поступок.
б) Я уникаю з'ясування стосунків.
22. а) Я намагаюся співпрацювати з іншими.
б) Я поступаюся, якщо це допоможе зберегти гармонію.
23. а) Я дотримуюсь своєї думки.
б) Я йду на компроміс.
24. а) Я намагаюся вирішити конфлікт разом з іншими.
б) Я іноді не вступаю у конфлікт, навіть якщо маю власну думку.
25. а) Я вважаю, що суперечки допомагають знайти істину.
б) Я намагаюся не сваритися.
26. а) Я легко йду на поступки.
б) Я готовий боротися за свою думку.
27. а) Я шукаю взаємовигідне рішення.
б) Я уникаю загострення ситуації.
28. а) Я йду на поступки заради спокою.
б) Я наполягаю на своїй правоті.
29. а) Я намагаюся знайти найкраще рішення разом.
б) Я іноді жертвую своїми інтересами.
30. а) Я обираю компроміс.
б) Я уникаю участі в конфлікті.

Бланк для відповідей

№	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
1	Б				А
2			Б	А	
3	А				Б
4		А		Б	
5	Б				А
6		А		Б	
7	А		Б		
8		А		Б	
9	А				
10			А	Б	
11		А			Б
12	А		Б		
13				А	
14		А			Б
15	А		Б		
16		А		Б	
17					Б
18	Б	А			
19			А	Б	
20	Б				А
21			А	Б	
22		А			Б
23			Б		
24		А		Б	
25			А		
26	Б				А
27		А			
28	Б				А
29		А			Б
30			А	Б	

ДОДАТОК Г

ТРЕНІНГОВА ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ

План-конспект заняття №1

«Вступ, ознайомлення, правила роботи в групі»

Мета заняття: Створити доброзичливу атмосферу в групі; Ознайомити учасників із програмою тренінгів; Визначити спільні правила взаємодії та поведінки під час тренінгів; Стимулювати відкритість, повагу та довіру в групі.

Очікувані результати: Учасники познайомилися один з одним; Засвоїли поняття «тренінг»; Сформували правила безпечної роботи в групі.

Форма проведення: тренінгове заняття

Тривалість: 45 хвилин

Методи: вправа-знайомство, бесіда, мозковий штурм, робота в групах, творче моделювання

Хід заняття:

1. Привітання. Налаштування на роботу. Вітання, створення дружньої атмосфери, коротка розминка. 5 хв
2. Вступне слово Ознайомлення з темою та метою тренінгової програми. 5 хв
3. Вправа «Промінь знайомства». Учасники передають уявний «промінь» (предмет), називаючи своє ім'я та інфо. 10 хв
4. Вправа «Скарбничка очікувань». Учасники озвучують свої очікування і прикріплюють стікери до «скриньки». 10 хв
5. Встановлення правил роботи. Обговорення правил безпечної взаємодії в групі, створення плакату «Правила» 10 хв
6. Підбиття підсумків. Рефлексія. Коло вражень: «Що мені сподобалось?» або «Що запам'яталось?». 5 хв

Необхідні матеріали: Картки з прикладами ситуацій. Плакати або аркуші для групової роботи. Маркери, стікери

План-конспект заняття №2
«Поняття булінгу та його види»

Мета: ознайомити учасників з поняттям булінгу, його основними ознаками та видами, формувати вміння для розпізнавання ситуації булінгу, розвинути критичне мислення та емпатію.

Хід заняття:

1. Актуалізація знань, мотивація

Запитання: «Що ви знаєте про булінг?». Обговорення, вступ до теми. 5 хв

2. Міні-лекція + бесіда. Ознайомлення з поняттям булінгу, його ознаками, учасниками, видами. 10 хв

3. Вправа «Це булінг чи ні?». Учні аналізують різні ситуації (з карток) і визначають: булінг чи конфлікт. 10 хв

4. Вправа «З лицем булінгу». Робота в парах/групах: опис портрету жертви, агресора, спостерігача. 10 хв

5. Підсумок і рефлексія. Обговорення, що нового дізналися, як можуть допомогти іншим. 10 хв

Матеріали: Картки з описами ситуацій (для вправи «Це булінг чи ні?»). Аркуші А4, фломастери (для вправи «З лицем булінгу»); Дошка або ватман для запису ознак булінгу.

План-конспект заняття №3
«Причина та наслідки булінгу»

Мета: розкрити основні причини виникнення проявів булінгу серед підлітків, допомогти учасникам усвідомити прояв булінгу для всіх учасників, досягти розвитку емоційної врівноваженості та мати відповідальність за свої вчинки.

Очікувані результати: Учасники знають типові причини виникнення булінгу. Розуміють негативні наслідки булінгу для жертви, агресора, спостерігача. Формують навички емоційного самоконтролю та соціальної відповідальності.

Тривалість заняття: 45 хвилин

Форми і методи: міні-лекція, групова робота, вправа-рефлексія

Хід заняття:

1. Актуалізація теми. Запитання для обговорення: «Чому, на вашу думку, люди починають булити інших?». 5 хв
2. Міні-лекція: причини булінгу. Обговорення основних чинників: домашнє середовище, самооцінка, вплив оточення. 10 хв
3. Вправа «Хто постраждав?». Робота з прикладом або кейсом. Учасники визначають, хто і як постраждав. 10 хв
4. Вправа «Дерево наслідків». Групова робота: малюють дерево, де «коріння» — причини, «стовбур» — дія, «гілки» — наслідки для всіх учасників. 15 хв
5. Підсумок, рефлексія. Вправа «Я усвідомив...» або обговорення: «Що мене здивувало/зворушило?». 5 хв

Матеріали: Ватмани, фломастери, кольорові аркуші (для дерева наслідків). Роздаткові матеріали з кейсами для вправи «Хто постраждав?». Стікери або картки для рефлексії.

План-конспект заняття №4

«розвиток емпатії та співчуття»

Мета: сприяти розвитку емпатії, здатності до співпереживання та розуміння почуттів однолітків, понизити рівень агресії та відчувати байдужість до булінгу.

Очікувані результати: Учасники розуміють значення емпатії в міжособистісному спілкуванні. Уміють ставити себе на місце іншого. Демонструють готовність підтримати однолітків у складних ситуаціях.

Тривалість заняття: 45 хвилин

Форми і методи: бесіда, вправи на емоційне переживання, творча діяльність

Хід заняття:

1. Привітання. Налаштування на роботу. Вітальне коло, короткий

настрій на роботу, позитивне звернення. 5 хв

2. Міні-обговорення «Що таке емпатія?». Запитання: «Як ви розумієте це слово? Як проявляється емпатія?». 5 хв

3. Вправа «У чужих черевиках». Учасники отримують роль і розповідають, що б відчували на місці жертви, агресора, спостерігача. 10 хв

4. Вправа «Малюнок серця». Діти малюють символічне серце і записують у нього добрі вчинки, слова, емоції. 10 хв

5. Вправа «Почути один одного». Робота в парах: один розповідає історію, інший активно слухає, потім міняються. 10 хв

6. Підсумок, рефлексія Обговорення: «Що я відчув під час вправ?», «Що нового дізнався про однокласників?». 5 хв

Матеріали: Аркуші А4, кольорові олівці чи фломастери (для «малюнка серця»). Картки з ролями (для вправи «У чужих черевиках»). Картки або наліпки для рефлексії.

План-конспект заняття №5

«Стратегії та протидії булінгу»

Мета: учасники мають ознайомитися з ефективними стратегіями реагування на булінг, сформувати корисні навички безпечної поведінки у конфліктних ситуаціях, вдосконалювати у себе відповідальність та впевненість у відстоюванні себе і підтримувати інших.

Очікувані результати: Учасники знають варіанти реагування на булінг. Уміють діяти безпечно в небезпечній ситуації. Готові відстоювати себе й підтримувати однокласників, які зазнали утисків.

Тривалість заняття: 45 хвилин

Форми і методи: інтерактивне обговорення, робота в групах, моделювання ситуацій, рефлексія

Хід заняття:

1. Привітання. Налаштування на роботу. Коротке привітання, створення робочої атмосфери. 3 хв

2. Міні-обговорення: «Як можна зупинити булінг?». Обговорення

можливих дій у разі свідчення або участі в ситуації булінгу. 7 хв

3. Вправа «Сигнал небезпеки». Робота з жестами, фразами й діями, які можуть сигналізувати про потребу в захисті. 10 хв

4. Вправа «Що робити, якщо...». Робота з картками-ситуаціями: обговорення реакції у групах. 10 хв

5. Вправа «Я – захисник». Рольова гра: учасники вчаться захищати, підтримувати, звертатися по допомогу. 10 хв

6. Підсумок, рефлексія. Вправа «Сходинок допомоги» — записати свої можливі дії у випадку булінгу. 5 хв

Матеріали: Картки з ситуаціями булінгу. Папір, маркери для фіксації «сходинок допомоги». Таблиця «Реакції на булінг» (можна підготувати заздалегідь як пам'ятку).

План-конспект заняття №6

«відповідальність та підтримка»

Мета: формувати в учасників тренінгу усвідомлення особистої відповідальності за свої вчинки в конфліктних ситуаціях, розробити навички щоб допомогти іншим, мати активну позицію у протидії булінгу.

Очікувані результати: Учасники розуміють, як їхні дії або бездіяльність можуть впливати на інших. Демонструють готовність допомагати тим, хто потребує підтримки. Формують власну позицію щодо неприйняття булінгу.

Тривалість заняття: 45 хвилин

Форми і методи: міні-бесіда, інтерактивні вправи, робота в групах, творча робота, рефлексія

Хід заняття:

1. Обговорення теми. Вступне питання: «Що для вас означає бути відповідальним?». 5 хв

2. Міні-бесіда: «Особиста та спільна відповідальність». Розгляд прикладів відповідальної та байдужої поведінки. Чим відрізняються? 7 хв

3. Вправа «Ланцюжок відповідальності». Учасники по черзі називають дії, які можуть зупинити булінг, створюючи «ланцюжок». 10 хв

4. Вправа «Рука підтримки». На контурах своєї руки учні записують, чим вони можуть підтримати інших. 15 хв

5. Підсумок, рефлексія. Вправа «Світло мого серця» — кожен ділиться одним важливим висновком. 8 хв

Матеріали: Аркуші з контурами рук або чисті аркуші й маркери (для вправи «Рука підтримки»). Наліпки, фломастери, кольоровий папір (для творчого оформлення). Листки для індивідуальної рефлексії.

План-конспект заняття №7

«Підсумкове заняття та рефлексія»

Мета: підсумувати отримані знання, які були запроваджені в процесі тренінгу, увімкнути особисті зміни та усвідомлення відповідальності та безпечне середовище, дати можливість учасникам тренінгу висловити власні думки та емоції, остаточно закріпити почуття єдності та підтримки в групі.

Очікувані результати: Учасники усвідомлюють власний особистісний розвиток у межах програми. Відчувають підтримку однолітків і дорослих. Готові застосовувати отримані знання у щоденному житті.

Тривалість заняття: 45 хвилин

Форми і методи: коло рефлексії, інтерактивні вправи, емоційна підтримка, творча робота.

Хід заняття:

1. Вільне коло «Я тут і зараз». Кожен учасник ділиться своїм станом, думкою, готовністю до завершального заняття. 5 хв

2. Вправа «Скриня знань». На аркушах учасники записують, що корисного вони дізналися, і складають у «скриню». 8 хв

3. Вправа «Моє відкриття». Обмін інсайтами — що здивувало, надихнуло, змінило. 7 хв

4. Вправа «Коло підтримки». Учасники передають у колі символ підтримки (м'яку іграшку, м'ячик тощо) й кажуть слова вдячності. 10 хв

5. Рефлексія «Сходинок змін». Кожен малює/пише 3–4 свої «сходинок» — внутрішні або поведінкові зміни. 10 хв

б. Завершення. Підсумкове слово ведучого, вручення сертифікатів (за наявності), спільне фото. 5 хв

Матеріали: Папір, маркери, «скриня» (коробка). Символ довіри/підтримки (іграшка, стрічка тощо). Листівки для індивідуального висловлення вдячності (за бажанням).