

# БУЛІНГ В СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

Абрамович Тетяна Вікторівна,  
методист навчально-методичного  
кабінету психологічної служби,  
кандидат педагогічних наук

# Статистика в Україні



STOP

25%

школярів  
зазнали  
цькувань



67%

українських дітей  
були жертвами,  
або кривдниками,  
або свідками  
булінгу



48%

дітей нікому  
не розповіли  
про пережите



Дані: ЮНІСЕФ за 2017 рік

**БУЛІНГ** – це діяння (дії або бездіяльність) 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 та (або) такою особою щодо інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

# ВИДИ БУЛІНГУ

ПСИХОЛОГІЧНИЙ

ФІЗИЧНИЙ

ЕКОНОМІЧНИЙ

СОЦІАЛЬНИЙ

СЕКСУАЛЬНИЙ

КІБЕРБУЛІНГ

A decorative graphic at the bottom of the slide consisting of overlapping, semi-transparent blue and grey geometric shapes, including triangles and polygons, creating a modern, abstract background.





# ТИПОВІ ОЗНАКИ ЦЬКУВАННЯ

- системність (повторюваність) діяння;
- наявність сторін – кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі (за наявності);
- дії або бездіяльність кривдника, наслідком яких є заподіяння психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страх, тривога, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника, та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого

# ХАРАКТЕРНІ РИСИ ПЕРЕСЛІДУВАЧІВ

- Вони відчувають сильну потребу панувати й підпорядковувати собі інших учнів, переслідуючи власні цілі.
- Вони імпульсивні й легко шаленіють.
- Часто зухвалі та агресивні в ставленні до дорослих (передусім батьків і вчителів).
- Не виявляють співчуття до своїх жертв.
- Якщо це хлопчики, вони зазвичай фізично сильніші за інших.





## ОЗНАКИ ЖЕРТВИ

- високо тривожна, синсетивна, невпевнена у собі, схильна до депресивних переживань;
- має проблеми у спілкуванні з однолітками, не має друзів, або має мало;
- тримає проблеми в собі;
- може мати незвичайну зовнішність (помітні шрами, косоокість, інший колір шкіри, розріз очей тощо);
- має ознаку через яку відбувається цькування: зріст, вага, окуляри, етнічне походження, вади в розвитку, соціальний або фінансовий статус, інтелектуальні здібності.



# НАЙПОШИРЕНІШІ ФОРМИ БУЛІНГУ

- Словесні образи, глузування, обзивання, погрози.
- Образливі жести або дії, наприклад, плювки.
- Залякування за допомогою слів, загрозливих інтонацій, щоб змусити жертву щось зробити чи не зробити.
- Ігнорування, відмова від спілкування, виключення з гри, бойкот.
- Вимагання грошей, їжі, речей. Умисне пошкодження особистого майна жертви.
- Фізичне насилля (удари, щипки, штовхання, підніжки, викручування рук. Будь-які інші дії, що завдають болю і навіть тілесних ушкоджень).
- Приниження за допомогою мобільних телефонів та інтернету (смс-повідомлення, електронні листи, образливі репліки, коментарі в чатах), поширення чуток і пліток.

**Строк розгляду справи судом – 15 днів з дня отримання ним протоколу про адміністративне правопорушення та матеріалів справи.**

**Доказами у справах про факти цькування можуть бути:**

- пояснення особи, яку притягують до відповідальності;
- пояснення потерпілого та свідків;
- висновок експерта (якщо в результаті вчинення правопорушення була завдана фізична чи психологічна шкода);
- речові докази у вигляді зіпсованих особистих речей потерпілого;
- письмові документи;
- матеріали листування, в тому числі – переписки в соціальних мережах, відеоматеріали, на яких зафіксовано процес цькування.

# МЕТОД ФАРСТА (4 кроки)

## Крок 1

- поговорити з інформаторами;
- розпитати жертву;
- підтримати її;
- зібрати точну інформацію.

## Крок 2


- залучіться підтримкою, заплануйте час;
- знайдіть приміщення для бесіди;
- попередьте колег;
- подумайте про необхідність протоколу.

(продовження)

### **Крок 3**

- викличте булера з уроку;
- підготуйтеся до бесіди;
- говоріть спокійно і зрозуміло;
- зробіть агресора своїм партнером.

### **Крок 4**

- порадійте своєму успіху;
  - подякуйте колегам за співпрацю.
- 
- A decorative graphic at the bottom of the slide consisting of overlapping, semi-transparent blue and white geometric shapes, including triangles and polygons, creating a modern, abstract design.

# АНКЕТА ДЛЯ БЕСІДИ З БУЛЕРОМ (за методом Фарста)

- Чи знаєш ти, про що я хочу з тобою поговорити?
- \_\_\_\_\_ (*ім'я жертви*) потрапив у дуже неприємну ситуацію. Ти щось про це знаєш?
- Я наю, що ти брав участь у булінгу. \_\_\_\_\_ (*дата, час*) ти зробив таке: 1..., 2..., 3... Такі дії неприпустимі. І ти знаєш, що це не нормальна поведінка, а цькування! Булінг – це умисний замах на фізичне та душевне здоров'я людини! У нашій школі це неприпустимо! Що ти можеш зробити, щоб припинити цькування проти \_\_\_\_\_ (*ім'я жертви*)? Що ти можеш зробити, якщо помітиш, що інші знущаються? Протягом \_\_\_\_\_ (*вказати проміжок часу*) ми будемо спостерігати за тобою. Потім ми поговоримо знову з тобою (та іншими булерами). Ти згоден?

**ВАЖЛИВО!** Ніхто з викликаних учасників блінгу не повинен розповідати в класі, про що з ним розмовляли



# ЩОДЕННИК БУЛІНГУ

Що відбулося? Коли це відбулося?

Про що йшла мова? Чому стався конфлікт?

Хто і як себе вів? Хто і що сказав?

Чи були якісь особливі обставини? Як я себе при цьому почував/ла? Як я себе поводив/ла?

Чи міг би/могла б я поводитися якимось інакше?

Чи був хтось, хто мені допоміг, мене підтримав?

Чи є свідки або докази?

Чи був хтось, хто не допоміг?

# КОМАНДА ЗВ'ЯЗКІВ (LINK CREW )


- Створюється «Команда зв'язків» з найбільш позитивних, усміхнених, активних з лідерськими рисами учнів школи. Їх відбирають і спеціально готують, щоб стати «шефами» хлопців з класів молодшого віку. Особлива увага - новеньким. На кожного шефа - 3-5 осіб підшефних. Що потрібно робити? Хоча б раз на день на перерві підійти до кожного, привітатися, усміхнутися, запитати: «Як справи?», «Все в порядку?», «Є проблеми?» І дати зрозуміти, що готовий допомогти йому у вирішенні цих проблем. Старшокласники краще адаптовані до школи і, звичайно, зможуть допомогти майже у всіх проблемах. І про можливе цькування вони дізнаються першими. У школах, де є шефство, затяжний цькування практично не буває.
- Працює із «Командою зв'язків» шкільний психолог. Або просто найпривабливіший педагог в школі, якою б предмет він ще не вів. Одна година в тиждень всі члени Команди проводять за заняттями, теми яких: Як правильно слухати, коли недостатньо часу? Як познайомити дітей? Як допомогти вирішити конфлікти? Що робити, якщо зіткнувся з цькуванням? І т.д.

# МЕТОДИКА “БЕЗ ЗВИНУВАЧЕНЬ”

Питання інтерв'ю:

- Скільки часу вже триває ця ситуація?
- Що тобі довелося пережити? В якій формі здійснювалися утиски? Що конкретно відбувалося? Що тебе вразило найбільше?
- Хто в цьому брав участь?
- Як ці нападки вплинули на тебе? Що ти відчував/ла?
- Яким було твоє життя упродовж цього періоду?
- Чи намагався/лася ти протидіяти цьому? Як і коли?
- Розкажи про свій апетит, сон, сновидіння, здоров'я?
- Оцінку міру свого розпачу (почуття безнадії, своєї безпорадності): [0 --- 5 --- 10]
- Наскільки ти впевнений/на в собі / віриш у краще: [0 --- 5 --- 10]
- Чи думав/ла ти про те, що більше не можеш це витримувати? Які думки у тебе були про те, що ти міг би/могла б в цій ситуації зробити?
- Чого б ти хотів/ла (твоє бажання)? За якими ознаками ти міг би/могла б визначити, що тобі стало краще?
- Що мало б статися, щоб в школі, в гардеробі, в класі, на перервах, по дорозі в школу тобі стало краще?
- Як ти думаєш, що ти сам/сама міг би/могла б зробити, щоб змінити свою ситуацію на краще?
- Чи є ще щось важливе, про що ти хотів би/хотіла б сказати?

# Через тиждень проводяться індивідуальні бесіди з усіма членами групи:

- Як у тебе пройшов цей тиждень?
  - Що тобі вдалося зробити з того, що запланував/ла?
  - Як ти думаєш, як себе зараз відчуває ... (ім'я жертви)?
  - Що ти можеш сказати про інших помічників з групи?
  - Які у тебе ще є спостереження щодо цієї ситуації?
  - Що можна було б ще покращити?
  - Чи хочеш ти продовжувати участь в цій акції і далі?
- 

# ЯК ПОДОЛАТИ БУЛІНГ?

Редагувати правила школи щодо випадків булінгу і неухильно виконувати прийняті правила.

**Принцип: жоден випадок булінгу не залишається безкарним.**

- Навчити педагогів, перш за все, класних керівників, програмами роботи з випадками булінгу в класі.

**Принцип: раннє втручання має свої переваги.**

- Включити в план роботи психолога систематичну роботу з жертвами булінгу і їх батьками.

**Принцип: учень не повинен залишитися один на один з насильством.**



# КНИГИ НА ТЕМУ ЦЬКУВАННЯ

Стельмах С. **«Булінг у школі та його наслідки»** — рекомендовано для викладачів, шкільних психологів та соціальних педагогів.

Богословський А. **«Верочка»** — коротке оповідання російською мовою про випадок цькування з погляду дитини-спосетрігача.

Джоді Піколт **«Дев'ятнадцять хвилин»** — історія, заснована на реальних подіях, та розповідає про учня старшої школи в містечку Стерлінг (США), який прийшов у школу зі зброєю і впродовж 19 хвилин вбивав дітей та викладачів. Рекомендовано для обговорення з учнями старших класів та студентами.

Бел Кауфман **«Вверх по сходах, що ведуть вниз»** — роман майже повністю складається із записок, шкільних творів, листів та документів та описує прагнення молодої вчительки вплинути на думки та серця учнів.

Гевин Екстенс **«Всесвіт проти Алекса Вудса»** — курйозний роман про 10-річного героя, в якого влучив метеорит. Як це вплинуло на його життя і чи є спосіб щось змінити?

Панас Мирний **«Хіба ревуть воли, як ясла повні»**.

# ФІЛЬМИ

- **«Опудало»** (1983), режисер Ролан Биков — відомий радянський фільм про шкільне цькування, жорстокість і зраду товаришів.
- **«Міст в терабітію»** (2007), режисер Габор Чупо. Він піднімає проблеми дорослішання, спроби захиститися від зовнішнього жорстокого світу.
- **Клас** (2007), режисер Ільмар Рааґ. Сюжет стрічки засновано на реальних подіях, які відбулися в американській школі «Колумбайн», коли двоє підлітків застрелили у своїй школі 13 осіб, а потім покінчили з життям самогубством. У 2010 році знято продовження фільму у вигляді серіалу «Клас. Життя після».
- **«Володар мух»** (1963), режисер Пітер Брук. Це екранізація відомого роману Вільяма Джеральда Голдінґа у якому група підлітків опиняється на острові, вони намагаються вижити та обирають різні стратегії для цього, що розколює групу і призводить до трагедії.
- **«Говори»** (2004) режисерка Джессіка Шарзер — історія про те, як популярна учениця зазнає цькування. Фільм досліджує табуйовані теми, булінґ.
- **«Чудо»** (2017) режисер Стівен Чбоскі. Фільм про роль батьків у ситуаціях, коли їх дитина зазнає цькування, про особливу дитину і способи вирішення конфліктів у навчальному закладі.
- Серіал **«13 причин чому»** (1-2 сезони), автор Брайан Йоркі — гучний серіал про причини самогубства молодій дівчині — школярки.