

**Міністерство освіти і науки України**  
**Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя**  
**Факультет педагогіки, психології, соціальної роботи та**  
**мистецтв**

**Кафедра загальної та практичної психології**

Освітня програма: Психологія. Практична психологія

Спеціальність: 053 Психологія

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

на здобуття освітнього ступеня *магістр*

**ПСИХОЛОГО – ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИКИ**  
**БУЛІНГУ В ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

студентки Карпіної Валентини Лаврентіївни

**Науковий керівник:**

Ковтун Алла Юріївна,

кандидат психологічних наук, доцент

**Рецензенти:**

Папуча Микола Васильович,

доктор психологічних наук, професор;

Горянська Анжела Михайлівна,

кандидат психологічних наук, доцент

Допущено до захисту: \_\_\_\_\_ 2023 р.

Завідувач кафедри:

Проф. \_\_\_\_\_ **Папуча М. В.**

Ніжин-2023

## ЗМІСТ

Вступ.....	3
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ БУЛІНГУ.....</b>	<b>9</b>
1.1. Булінг як психологічний феномен.....	9
1.2. Психологічні особливості прояву булінгу в навчальному середовищі..	22
1.3. Особливості профілактики булінгу в навчально-виховному процесі.....	25
<b>РОЗДІЛ II. ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ БУЛІНГУ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ.....</b>	<b>34</b>
2.1. Підбір та обґрунтування психологічно-діагностичного інструментарію.....	34
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів психолого-педагогічних особливостей булінгу в підлітковому віці.....	43
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>56</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>60</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>65</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Дослідження поняття булінг є актуальним для України. Поведінка неповнолітніх нині значно змінилася, почастишали прояви як фізичного, так і морального насильства над молодшими дітьми та однолітками. Це явище спостерігається в школах, технікумах, училищах, де створюються заклади соціалізації особистості, моралі та психології неповнолітніх. Часто родина і вчителі не звертають уваги на дитячі пустощі, така реакція дорослих призводить до сприйняття та дозволу дітей на нові протиправні дії.

Крім того, нерегульований інформаційний простір в Інтернеті, доступ до якого має кожен, в тому числі будь-які веб-сайти, може мати негативний вплив на психічне здоров'я неповнолітніх, оскільки вони ще розвиваються, це може призвести до плутанини або неправильних уявлень щодо тієї чи іншої інформації, або способ його вираження. Все це позначається на поведінці дитини, може призвести до агресії по відношенню до інших людей, тварин, навколишнього середовища.

Значні зміни в економічній сфері та соціальній політиці, криза сучасної сім'ї, низький соціальний статус, безробіття, впровадження ідеології споживання, відмова суспільства від моральних цінностей, характерних для сучасного світу, перехід до нових умовностей сприяють поширенню цього явища – шкільного булінгу – в навчальних закладах. Це серйозна проблема як глобальна, так і локальна: насильство, агресія, культура насильства, які є симптомами проблеми, а також низький рівень освіти учнів «групи ризику», їх незацікавленість школи та негативний вплив, який вони мають на суспільство, кіно, телебачення, інші засоби масової інформації тощо.

Вони часто замовчують про булінг у школі, дбаючи про власну репутацію, не обговорюють це питання, але це не усуває явище, а навпаки, посилює його інтенсивність і жорстокість. Як наслідок, дана соціально-педагогічна проблема серед дітей загальноосвітніх навчальних закладів є

актуальною і потребує додаткового дослідження та вирішення. Конфліктом між агресією та насильницькою поведінкою у дітей займаються вчителі, психотерапевти, соціальні терапевти, судді та інші фахівці. Перші писання про проблему цькування в школах датуються 1905 роком.

Більш масштабні дослідження проводяться вченими з інших країн, зокрема скандинавського та британського регіонів. Серед учасників Д. Олвеус, А. Пікас, П. Рендалл, Д. Лейн, Е. Мунте, Д. Таттума та ін. На початку 90-х років ХХ ст. Проблему булінгу вивчали і в США. Центром теорії розвитку булінгу було очолено зусиллями Д. Олвеуса. Створена автором модель булінгу стала основою для додаткового дослідження теми. Дослідження українських науковців ґрунтуються передусім на закордонних прикладах. Зокрема, питанням насильства в освітньому середовищі на сучасному етапі займаються науковці С. Бурова, М. Дмитренко, О. Лавриненко, В. Панок, В. Синьов та інші. Знаковим є також подвиг Л. Лушпая.

Вагомий внесок у вивчення теоретичних і практичних аспектів булінгу зробили Є.С. Ілларіонова, К.С. Шалагінова, А.І. Авер'янов, Т.В. Докукіна, Д.А. Лейн, Л.І. Лушпай, І.С. Бердишев, М.Г. Нечаєва, І.С. Кон та ін. Водночас поняття булінгу докладно не розглянуто.

**Метою** дипломної роботи є встановлення психологічних характеристик булінгу в шкільному середовищі.

**Об'єктом дослідження** є булінг як психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** особливості проявів булінгу в підлітковому віці

Відповідно до предмету та мети дослідження було запропоновано таку **гіпотезу:** рівень агресивності підлітків пов'язаний з тривожністю в ситуації булінгу.

Для перевірки гіпотези та мети були поставлені такі **задачі:**

1. Здійснити теоретичний аналіз булінгу як психологічного феномену;
2. Підібрати психодіагностичний інструментарій для дослідження булінгу в шкільному середовищі;

3. Провести діагностичну процедуру дослідження психологічних булінгу серед підлітків;
4. Проаналізувати результати експериментального дослідження;
5. Здійснити аналіз результатів дослідження, сформулювати висновки;

Для розв'язання теоретичних та практичних завдань використано комплекс теоретичних та емпіричних методів:

1. Метод аналізу та узагальнення даної психологічної літератури з даної теми;
2. Метод теоретичного порівняння.

Для проведення дослідження використовували такі методи дослідження:

1. Методика діагностики показників та форм агресії А.Басса-А.Дарки .
2. Проективна методика дослідження особистості «Неіснуюча тварина»
3. Методика Томаса «Поведінка в конфліктній ситуації»;
4. Метод статистичної та математичної обробки даних.

**Практичне значення:** дані емпіричного дослідження можуть мати значення для досліджуваних; комплекс методів визначення особистісних особливостей, пов'язаних з проявом агресії у підлітків, може бути використаний практичними психологами у роботі з підлітками.

**Публікації.** Результати роботи апробовані та впроваджені в XIII Міжнародній науково-практичній конференції «Психологічні особливості переживання ситуації невизначеності», 16-17 березня 2023 року, м. Ніжин та Збірнику наукових праць студентів, магістрантів і аспірантів «Вісник» студентського наукового товариства, №29.

Результати роботи апробовані та впроваджені в XIII Міжнародній науково-практичній конференції «Психологічні особливості переживання ситуації невизначеності», 16-17 березня 2023 року, м. Ніжин та Збірнику наукових

праць студентів, магістрантів і аспірантів «Вісник» студентського наукового товариства, №29.

**Структура роботи.** Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків та списку літератури. Загальний обсяг роботи – 61 сторінка.

## АНОТАЦІЯ

Магістерську роботу присвячено вивченню психологічних характеристик підлітків, учасників булінгу в шкільному середовищі, а також розробці на їх основі практичних рекомендацій щодо запобігання ситуації булінгу в шкільному середовищі.

Об'єкт дослідження – булінг як психологічний феномен.

Предмет дослідження – особливості проявів булінгу в підлітковому віці.

Мета – встановлення психологічних характеристик булінгу в шкільному середовищі.

Практичне значення: дані емпіричного дослідження можуть мати значення для досліджуваних; комплекс методів визначення особистісних особливостей, пов'язаних з проявом агресії у підлітків, може бути використаний практичними психологами у роботі з підлітками.

У вступі визначено актуальність теми, об'єкт, предмет, мету дослідження, гіпотезу та методи дослідження. Окреслено теоретичне та практичне значення, наукову новизну дослідження. Подано інформацію щодо бази проведення експерименту та короткий опис апробації результатів.

У першому розділі здійснено аналіз фундаментальної психологічної літератури з проблеми булінгу в зарубіжній і вітчизняній психології, психологічна характеристика і особливості прояву булінгу у підлітковому віці, методи і способи профілактики булінгу серед підлітків.

У другому розділі представлено процедуру та результати проведеного експериментального дослідження психолога – педагогічних особливостей булінгу серед підлітків.

**Ключові слова:** булінг , агресія , шкільне середовище , підлітки .

## ABSTRACT

The master's thesis is devoted to the study of the psychological characteristics of teenagers, participants of bullying in the school environment, as well as the development of practical recommendations on the basis of them to prevent the situation of bullying in the school environment.

The object of research is bullying as a psychological phenomenon.

The subject of the study is the peculiarities of the manifestations of bullying in adolescence.

The goal is to establish the psychological characteristics of bullying in the school environment.

Practical significance: the data of an empirical study can have meaning for the researched; a set of methods for determining personal characteristics associated with the manifestation of aggression in adolescents can be used by practical psychologists in working with adolescents.

The introduction defines the relevance of the topic, object, subject, research method, hypothesis and research methodology. The theoretical and practical significance, scientific novelty of the research are outlined. Information about the base of the experiment and a brief description of the results approval are provided.

In the first chapter, an analysis of the fundamental psychological literature on the problems of bullying in foreign and domestic psychology, psychological characteristics and peculiarities of the manifestation of bullying in adolescence, methods and methods of bullying prevention among adolescents is carried out.

The second section presents the procedure and results of an experimental study of psychological and pedagogical features of bullying among teenagers.

**Key words:** bullying, aggression, school environment, teenagers.



## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ БУЛІНГУ

#### 1.1. Булінг як психологічний феномен

Практика агресивної поведінки, як правило, є цілісною поведінкою, яка потребує виявлення цілісності на системному рівні. У результаті природа агресивної поведінки не розглядається як відокремлена від психологічної формації, якості чи властивості, а натомість є частиною структури єдиної структурованої людської системи.

Слово «агресія» часто асоціюється з негативними емоціями, такими як гнів, з цілями, такими як образа чи заподіяння шкоди, і навіть з негативним ставленням, таким як расові чи етнічні упередження. Незважаючи на те, що всі ці фактори, безсумнівно, впливають на поведінку, яка призводить до шкоди, їх присутність не є обов'язковою для виникнення такої поведінки.

Агресія – це будь-яка поведінка, яка має на меті образити або заподіяти шкоду іншому виду, не пов'язаному з самим собою. У словнику психіатричних термінів слово «агресія» вказано як один із механізмів психологічного захисту (у поєднанні з неофрейдизмом) [3], а в довіднику-словнику соціальної активності воно розглядається як форма деструктивного поведінка у сфері суб'єкт-суб'єктних відносин. Тому в довідниках та енциклопедіях існує широкий спектр визначень слова «агресія» – від стилю поведінки до емоційної реакції.

У соціодинамічній теорії агресивність підлітка розглядається як форма невротичного захисту, яку відчуває людина, коли відчуває загрозу своїм потребам, цінностям і гідності, вважає себе ізольованою та неповагою.

Агресивність підлітка вважається однією з вроджених установок, яка проявляється в прагненні до насильницьких або деструктивних дій, спрямованих на пошкодження або знищення об'єкта.

Дослідники Р. Чалдіні та Д. Кенрік вважають, що агресивна поведінка підлітка завдає шкоди жертві і її слід знеохочувати. У зв'язку з цим В. Аверін підкреслив, що агресивна поведінка в підлітковому віці є як спланованою, так

і цілеспрямованою, свідомою поведінкою кожної особистості. У результаті ми можемо зробити висновок, що агресія є результатом агресивної поведінки, і що агресивна поведінка виникає в результаті.

Однак гнів не є необхідним для насильницької поведінки по відношенню до інших; агресія також виражається в стані повної холонокровності і більшою мірою емоційності. Реакції насильства засвоюються та підтримуються шляхом особистої участі в умовах, за яких проявляється насильство, а також шляхом простого спостереження за вираженням насильства. Інстинктивний або керований погляд на агресію припускає, що люди змушені насильницько вчинити злочин або внутрішніми силами, або зовнішніми стимулами, які є постійними (такими як розчарування). Теорії соціального навчання припускають, що насильство з'являється лише у відповідних середовищах, тобто, на відміну від інших теорій, теорії цього напрямку найбільш оптимістичні щодо можливого запобігання насильству чи контролю над ним.

Тому що більшість досліджень про початок агресивної поведінки стосується того, як маленькі діти дізнаються про агресивну поведінку. Однак ми не обговорюємо еволюцію агресивної поведінки протягом життя, натомість ми обговорюємо появу та зростання агресивних реакцій.

Які складові способу життя, сімейного та раннього дитячого досвіду можна віднести до подальшої схильності до насильства? Багато досліджень продемонстрували зв'язок між негативним вихованням і жорстоким поводженням з дітьми. Документально підтверджено, наприклад, що якщо дитина має негативні стосунки з одним або обома батьками, якщо розвиток її самооцінки та концепції не підтримується оцінками її батьків, або якщо дитина не має батьківської підтримки чи піклування, то ймовірність злочинної поведінки, в тому числі протиправної, значно зростає. Порушуються стосунки з однолітками, у батьків погана репутація, вони більш агресивні до власних батьків.

Аспектом сім'ї, який найбільше цікавить психологів, є природа сімейного лідерства, тобто дії батьків, які спрямовують своїх дітей на правильний шлях або змінюють їх поведінку. Деякі батьки не бажають втручатися: коли вони виховують своїх дітей, вони дотримуються політики невтручання, тобто дозволити дитині діяти відповідно до її бажання або просто не звертати на неї уваги, жоден із цих варіантів не вважається прийнятним. Інші батьки часто беруть участь або у заохоченні (за поведінку, яка відповідає суспільним правилам), або в покаранні (за неприйнятну агресивну поведінку).

Іноді батьки заохочують до агресивної поведінки або дорікають прийнятій соціальній поведінці. Навмисно чи ненавмисно, але заохочення відіграє значну роль у розвитку агресивної поведінки. Дослідження зв'язку між сімейним лідерством і агресивною поведінкою в діти стосувалися характеру та суворості покарань, а також ступеня контролю батьків за поведінкою дітей. Загалом помічено, що суворі покарання пов'язані з високим рівнем агресії у дітей, а відсутність контролю та нагляду за дітьми – з високим рівнем асоціальної поведінки, яка часто супроводжується насильством.

Разом із прямою допомогою та покаранням батьки вселяють своїм дітям урок про агресивний характер прямої реакції на винагороджені дитиною стосунки. Ситуаційні нормальні реакції агресії можуть стати порушеннями, якщо дитина супроводжується агресивною поведінкою з боку батьків, тоді дитина «заражається» їхньою агресією, якщо дитина живе в оточенні, яке їй викликає огиду, неприязнь до неї, то вони розвивати почуття небезпеки та ворожості до навколишнього світу. Якщо деякі потреби дитини не задовольняються часто або протягом тривалого часу, то вони стають порушеннями. Як видно з вищесказаного, тенденція до агресивної поведінки, яка зберігається у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, походить від стосунків із дорослими, які мають вплив на дитину, наприклад, батьки, а потім вчителі.

У цьому випадку критично важливою є поведінка дорослих. Тут беруть участь два фактори: поблажливість, яка є ступенем готовності дорослого пробачити поведінку, і суворість покарання, пов'язана з агресивною поведінкою дитини, визначає поведінку дітей. Найефективніша поведінка дорослих тут – докорити дитині за жорстокість, але без надмірного покарання за поганий вчинок.

Наступною важливою складовою розвитку агресивної поведінки є спілкування з іншими однолітками. Діти розвивають різні моделі поведінки (як прийнятні, так і неефективні в суспільстві) під час взаємодії з іншими дітьми. Інші випадки агресивної поведінки також присутні під час спілкування з іншими. Гра з іншими дозволяє дітям навчитися агресивних реакцій (наприклад, підняті кулаки або грубі слова) [24].

Гучні ігри, в яких діти змагаються між собою, зустрічаються з іншими та намагаються завдати шкоди один одному, можна вважати відносно безпечними в навчанні агресивної поведінки. Дітям зазвичай подобається мати партнерів, які граються з ними, коли вони галасливі, і вони рідко страждають від ігор. Інші дані отримують дослідження дітей, які відвідували дошкільні заклади, які свідчать про те, що часті контакти з однолітками можуть бути пов'язані з пізнішою агресією, звіт про те, що діти, які регулярно відвідували дитячий садок протягом п'яти років перед школою, вчителі оцінювали як більш агресивних, ніж ті, хто відвідував менше часто.

Можна очікувати, що діти, які брали участь у більш агресивній поведінці зі своїми однолітками в молодші роки (наприклад, у дитячому садку), матимуть більший успіх у навчанні подібних реакцій і з більшою ймовірністю будуть застосовувати ці реакції в інших ситуаціях (наприклад, у школі). Теорія соціального навчання, спілкування та гри з іншими полегшує дітям можливість навчитися агресивних реакцій. Цей метод також підтверджується інформацією, отриманою під час обстеження дітей, які відвідували дошкільні заклади. Як наслідок, одне дослідження задокументувало, що діти, які брали участь у регулярному відвідуванні дитячого садка протягом п'яти років перед

навчальним роком, вважалися вчителями більш жорстокими, ніж діти, які брали участь у менш регулярному відвідуванні [24].

Ці статистичні дані зазвичай інтерпретуються відповідно до теорії соціального навчання: діти, які брали участь у більш агресивній поведінці зі своїми однолітками в дитсадкові роки, вони успішніше засвоювали подібні реакції, і вони швидше вміли застосовувати ці реакції в інших ситуаціях. (школа). Не заперечуючи проти такої інтерпретації отриманої інформації, ми визнаємо, що інша можлива інтерпретація також життєздатна. Можна припустити, що більш агресивна поведінка дітей, які регулярно відвідують дитячий садок, пов'язана з їх емоційною депривацією, розлукою з матір'ю в ранньому віці та розвитком базового почуття безпеки.

Загалом це пояснення відповідає теорії прихильності. Важливим компонентом засвоєння дитиною моделей насильницької поведінки є засоби масової інформації, особливо кіно та телебачення. Досить суттєвими є дані експериментального дослідження впливу сцен насильства на схильність до агресивної поведінки, висловлені Р. Бероном і Д. Річардсоном. Тому ми не будемо зупинятися на конкретних результатах окремих експериментів, натомість наведемо модель Гюїсмана, яка описує вплив телевізійних програм на розвиток агресивної поведінки.

Ще одна з причин агресивної поведінки дітей вплив рівня агресивності вчителя на емоційний стан класу. Учитель як би індукує агресивний фон поведінки учнів своєю дратівливістю і підозрілістю по відношенню до дітей. Учитель подає приклад агресивної поведінки дітям, звикати до того, що агресія є нормальний шлях подолання фрустрації. Але причини агресії не можуть бути тільки зовні, у взаєминах з іншими людьми. Характерологічні особливості самої дитини, маючи часом біологічну детермінацію, також обумовлюють її агресивність.

Гіперзбудливість, схильність до афектних спалахів, що виникають з незначного приводу, роздратування, часто виливається на випадкову людину, яка потрапила під руку, егоцентризм, упертість ось ті риси характеру, які

провокують акти агресії. Формування просоціальної, неагресивної поведінки особистості пов'язано не тільки з механізмами відсутності підкріплення або активного покарання, але і обов'язково (і може бути, навіть у першу чергу) з активним соціальним вченням неагресивним формам поведінки, конструктивним способам вирішення протиріч і реалізації різних мотивацій особистості [24].

Адже як встановлено, найбільш виражені відмінності між агресивними і неагресивними дітьми виявляються не в особистій перевазі агресивних альтернатив, а в незнанні конструктивних рішень. Таким чином, процес соціалізації неагресивного поведінки включає придбання системи знань і соціальних навичок, а також виховання системи особистісних диспозицій, установок, на основі яких формується здатність реагувати на фрустрацію щодо прийнятним чином [24].

Виявлення таємних патернів агресії, пов'язаних з різними характерологічними типами, не є вирішенням проблеми в повному обсязі. Важливе теоретичне і практичне значення має визнання певного типу зв'язку між агресивністю і специфічними (сензитивними) рисами характеру. Як відомо, основною ознакою збудливої особистості є імпульсивність поведінки. Весь їхній спосіб спілкування та поведінка значною мірою залежить від імпульсу, пристрасті або ненавмисної поведінки. У сфері соціальної взаємодії та спілкування вони мають дуже низьку толерантність.

На модель прояву різних видів агресії впливають як вікові, так і гендерні ознаки. У ранньому підлітковому віці фізична агресія більш поширена у чоловіків, однак жінки схильні виражати свою агресію словами, вони віддають перевагу вербальній формі агресії. Крім того, часткова самооцінка, така як оцінка їхніх лідерських здібностей і оцінка їхнього «фізичного Я», пов'язана з цією формою агресії. Як наслідок, опозиційна до влади та встановлених правил манера поведінки частіше зустрічається у підлітків із високою самооцінкою щодо свого лідерського потенціалу, а також у підлітків, які цінують свою фізичну привабливість та досконалість свого тіла. . Очевидно,

що найбільший ступінь підліткового негативізму проявляється тоді, коли обидві ці часткові самооцінки «узагальнюються» в одній особистості.

Для розуміння агресії підлітків важливо враховувати як самооцінку особистості, так і зовнішню оцінку особистості вчителем або однолітками. Якщо самооцінка підлітка не доповнюється зовнішнім соціальним простором, якщо оцінка підлітка значущими людьми з його найближчого оточення стабільно (або переважно) нижча за його самооцінку, то цю ситуацію слід розглядати як розчарування.

І навпаки, фрустрація не стосується чогось другорядного, оскільки відсутня одна з основних, фундаментальних потреб особистості, якою, звичайно, є потреба у визнанні, повазі та самоповазі. Будь-який фрустратор може викликати демонстрацію насильства. Спеціальні дослідження показали, що підлітки з нестійкою самооцінкою всупереч зовнішньому консенсусу суспільства (рейтинг нижчий і не відповідає самооцінці) мають суттєво інший профіль щодо агресивності, ніж їхні однолітки. Найбільші розбіжності спостерігаються за ступенем прояву непрямой агресії та негативізму.

Сьогодні Україна зіткнулася з новою формою соціальної шкоди всьому населенню – цькуванням у школі. Ми вважаємо, що поняття агресії не можна відокремити від поняття булінгу.

Більшість зарубіжних вчених сходяться на думці, що виділяють чотири основні ознаки булінгу: агресивна, негативна поведінка, яка повторюється або є постійною, відсутність влади чи рівноваги між учасниками, ця поведінка навмисна. Існує різниця між прямим і непрямим залякуванням. Пряме знущання передбачає: удари, штовхання, щипання, плювання, укуси, залякування, обзивання, сексуальні дотики та фізичний контакт. Непряме знущання в першу чергу характеризується емоційною та пасивною агресивною поведінкою, ця поведінка включає в себе самотність, відчуження, класифікацію як вище або нижче, ненависні заяви, непристойні дії, графіті, вимоги грошей або товарів і знущання. В Америці інші види шкільної

поведінки, які вважаються булінгом, це: сексуальне насильство, ostrакізм на основі сексуальних уподобань або іспит на першому курсі.

Булінг не обмежується жертвою та кривдником, але також є колективним явищем, яке залучає інших дітей. Особами, залученими в ситуацію булінгу, є жертва, кривдник, його помічники та додаткові учасники (публіка, яка сміється або підтримує кривдника). Перехожі можуть брати участь у знущаннях, намагатися допомогти жертві або, найчастіше, не намагатися зупинити кривдника, тим самим сприяючи продовженню знущань.

Дослідження учнів середньої та старшої школи виявили, що 88% з них стають свідками булінгу, але лише 10% насправді допомагають жертвам; більшість студентів, які знущаються над іншими, старші 30 років, тоді як більшість постраждалих вказують, що кривдник був молодшим за них.

Дослідження виявили, що стандарти поведінки в класі пов'язані з участю в булінгу. У класах, які визнають знущання як звичайну форму поведінки, решта їхніх однокласників ігнорують жертв. У класах, які мають історію знущань, що не є нормативним, учасники менш схильні уникати жертв. Погляд на злочинця також неправильно витлумачений. З одного боку, колектив нехтує агресивними дітьми, але з іншого боку, діти, які більш агресивні, мають більше друзів, менш агресивних і слабших. Групові норми виводяться з поведінки і соціального статусу індивіда.

Як наслідок, прояв насильства та агресії серед дітей ґрунтується не лише на їхній схильності до вчинення насильства, а й на структурному насильстві, яке існує, зокрема, у формі невідповідності статусу. Насильницькі та агресивні дії є частиною церемоніальної процедури форми вступу молодших підлітків і утвердження їх статусу в суспільстві. Насильницька, агресивна поведінка часто використовується як засіб отримання соціального схвалення. Механізми боротьби з дефіцитом соціально санкціонованих ресурсів у дитини, яка проявляє насильницьку поведінку для задоволення соціальних вимог, потребують додаткового наукового дослідження. подяка за планування комплексних захисних заходів.



Агресивна поведінка неповнолітніх зазвичай провокується однолітками, шкільними товаришами чи іншими колективними особами. Крім того, така поведінка, як правило, базується на інформації, знайденій в Інтернеті, оскільки діти в цьому віці мають нестійке мислення та сприйнятливі до жорстокості та агресії. Також важливо пам'ятати, що знущання має серйозні наслідки для жертви. Переглядаючи попередні дослідження, стає очевидним, що ризик суїцидальності багаторазово високий. Крім того, булінг може виражатися або як форма адміністративного правопорушення, або як форма булінгу (цькування), яка передбачає участь учня в навчальному процесі (ст. 173-4 КУпАП), що збільшує поширеність злочинної поведінки в цілому.

Все частіше в засобах масової інформації в нашій країні та за кордоном з'являється інформація про надзвичайний випадок, який стався у школі: там дівчата побили однокласницю, там учень постраждав від однолітків, після чого вирішив справу зі своїм життям, і там сталася трагедія з численними загиблими та перестрілкою. Як відомо, це лише верхівка айсберга великої соціальної проблеми, яку сьогодні в усьому світі називають булінгом. Слово «булінг» походить від англійського дієслова to bully. Кембриджський словник англійської мови визначає дієслово «to bully» як використання для залякування, залякування когось меншого чи меншого значення, ніж ви; це часто робиться шляхом примушування людини виконувати дії, які вони не хотіли б робити. Оксфордський словник описує дієслово «залякувати» як прагнення завдати шкоди, залякати або примусити вразливу особу або особу, яку вважають такою.

В Україні дієслово «знущатися» вважається знущанням, залякуванням. Булінг – це акт систематичної агресії та знущань, залякування за допомогою фізичної сили з метою примусу чи контролю [1, с. 248]. Ідея булінгу була задокументована в роботах дослідників як вітчизняних, так і зарубіжних, зокрема таких авторів, як Д. Лейн, Д. Олвеус, Е. Роланд, І. Бердишев, Т. Мерцалова та В.Р. Петросян, О.Л.Глазман. Праці І.С. Булінг характеризується залякуванням, фізичним або психологічним страхом дитини з боку однолітків.

Це форма насильства, яка залучає впливову людину чи групу, яка завдає фізичного чи психічного болю слабшій людині. Одним із перших, хто досліджував це питання, був скандинавський вчений Давид Олвеус, який у 70-х роках досліджував феномен булінгу серед хлопчиків. Відтоді його колеги присвятили свої дослідження всесвітній проблемі булінгу. Кілька країн визнали це національним пріоритетом, а також створили спеціальні програми для його вирішення. У нашій країні, однак, не робиться суттєвих дій щодо запобігання цьому явищу, хоча останнім часом почали з'являтися наукові публікації щодо булінгу, захищаються дисертації.

Д. Олвеус описує булінг як окрему форму насильства, яка передбачає фізичний напад або погрозу насильства щодо іншої особи (або групи). Останні зазвичай слабші і не можуть захистити себе ні фізично, ні морально. Особливості булінгу також присутні: а) поведінка, як правило, періодично повторюється; б) суб'єкт взаємодії («злочинець» і «жертва»), як правило, є представником однієї соціальної групи [2, с. 23]. Ці риси сприяють розрізненню знущань і випадкових суперечок або бійки, які виникають між людьми. Явище булінгу характеризується: 1) вираженням жорстокої, агресивної поведінки; 2) поведінка має довгострокову сферу дії; 3) поведінка спрямована проти особи, яка не здатна захистити себе; 4) поведінка повністю усвідомлена. Це вважається свідоме насильство, агресор усвідомлює і повністю усвідомлює, що він робить, чому він це робить, а також можливі наслідки, напр. булінг – це навмисне заподіяння болю та страждань іншій людині.

Таким чином, термін «булінг» тісно пов'язаний із такими поняттями, як насильство (застосування силових методів або психологічного тиску за допомогою погроз, свідомо спрямованих на слабких або тих, хто не може чинити опір; панування, влада людини над людиною [13, с. 247]), агресія (дії, спрямовані на порушення фізичної та психічної цілісності людини або групи людей) [14]. Агресія органічно пов'язана з насильством і є його природним підґрунтям. Поняття агресії ширше за поняття насильства, воно включає в себе

поняття насильства, третирування (виявляти зневагу до когось, поводитися безцеремонно, не зважати на чийсь думку [15, с. 248]), цькування (переслідувати кого-небудь різними нападами, клепами і т. ін., знущатися з когось [16, с. 259]).

Усі ці поняття відображають різні аспекти такого явища, як булінг. Тобто вищевказані поняття є більш обширними, але у розумінні поведінки агресора при вчиненні булінгу вони відображають діяння агресора. Як зазначає О.М. Ожисва, булінг – нове поняття в житті сучасної людини. З повсякденного визначення це слово перетворилося в міжнародний термін і містить ряд проблем: соціальних, психологічних, юридичних і педагогічних [5]. З висловом вченої ми не можемо повністю погодитися. Безумовно, булінг є великою проблемою у сучасному світі, що негативно впливає на молодь всього світу та нашої країни. Але ми не можемо вважати, що булінг – це щось нове. Новим терміном «булінг» охрестили старе, можна сказати, вікове явище – дитячу жорстокість. Тому що цькування, залякування осіб, які мають більш слабкий характер, було й раніше. Все це призводить до самогубства, вчинення кримінальних правопорушень проти життя та здоров'я, проти власності.

Тобто це додатковий напрям до зростання злочинності проти людей і держави, адже найцінніше що є у державі – це її суспільство. Саме тому необхідно підіймати це питання не тільки на рівні своєї держави, а й на міжнародному рівні. За визначенням Е.С. Іларіонової, булінг – залякування, психологічний або фізіологічний терор, агресія, спрямована на підпорядкування собі іншої людини або викликання у неї почуття страху [6]. На наш погляд, це визначення не має у своєму змісті наслідків такої поведінки агресора. Необхідно обов'язково зауважити, що такі дії мають негативні наслідки для жертви.

Крім того, першочергово визначається причинний зв'язок між діяннями агресора та настанням негативних наслідків щодо жертви. У свою чергу, А.І. Авер'янов розглядає булінг як особливий вид насильства, коли одна людина (або група) фізично нападає або загрожує іншій людині (групі), останній із

яких слабший і не може захиститися ні фізично, ні морально [7]. Вчений також не говорить про негативні наслідки щодо жертви та причинний зв'язок між діями та цими наслідками. На наш погляд, це є обов'язковим. Якщо до жертви вчиняється булінг із боку декількох сторін (наприклад, у колективі та вдома), то перед усуненням цієї проблеми слід зрозуміти початок таких дій, тобто необхідне встановлення та дослідження початку всієї ситуації та до самого завершення. Це дасть змогу скоріше виявити причину такої поведінки з боку агресора, її усунення та надання насамперед психологічної допомоги жертві.

Подібність цього твердження до явища можна простежити в роботі Леймана, який визначає булінг як соціальну взаємодію між однією особою (зазвичай лише чотирма) та іншою особою (зазвичай не більше ніж чотирма). Це призводить до того, що жертва відчуває безпорадність і виключається з групи, і те, і інше описано Х. Лейманом як поведінка. Л. Кишлі вважає, що основною ознакою булінгу є емоційне насильство, образа почуттів людини, що призводить до її виключення з групи. Дослідник визнає, що булінг – це поведінка, спрямована на те, щоб присоромити когось, виразити негативні емоції та зневагу до когось іншого. Булінг не вважається злочином, оскільки в кримінальному кодексі зазвичай немає відповідного закону, який би карав за таку поведінку.

Схожою є думка Т.В. Докукіної, котра розуміє булінг як агресивну поведінку однієї людини щодо іншої з метою заподіяння останній моральної або фізичної шкоди, приниження і в такий спосіб утвердження своєї влади [9]. Але вчена вказує лише на агресивну поведінку однієї особи щодо іншої, ми з такою позицією не згодні. Вивчивши практику, яка існує в Україні та у світі загалом, стверджуємо, що агресором може виступати як одна особа, так і група осіб, аналогічно і жертвою може виступати як одна особа, так і група. Найбільш розширене визначення, як ми вважаємо, створили британські вчені Д. Лейн і Е. Міллер. Вони визначають булінг як тривалий процес, який передбачає свідоме зловживання владою, фізичною чи психічною, з боку

злочинця або групи осіб проти жертви, яка не в змозі захистити себе в цій ситуації.

С. Арора (1994) задокументувала поширеність булінгу в шкільному середовищі, вона дійшла висновку, що булінг – це звичайна практика дій, які можна спостерігати та відбуватися під час спілкування між учнями в школі, це викликає почуття образи чи стресу [11, с. 14]. В. Бесаг (1989) також описав булінг як поведінку, яку можна охарактеризувати як серію фізичних, психологічних, соціальних або вербальних нападів, спрямованих на заподіяння болю та страждань з метою досягнення особистого задоволення. Ці напади спрямовані на заподіяння страждань і повторюються з метою досягнення особистого задоволення.

У результаті дослідження виявили, що знущання є багатогранною проблемою. Ми повинні спробувати пояснити симптоми булінгу: 1) це не ізольована поведінка, заснована на інших змінних, таких як влада, статус або конкуренція. Це соціальна поведінка, яка спостерігається у групах, які є відносно стабільними та мають здатність залучати інших; 2) емоційне приниження передбачає вживання слів (висловлювання негативного забарвлення, підвищені тони, крики, звинувачення в помилках, зневага до досягнень людей тощо); 3) продовження емоційно-образливої та образливої поведінки, тривале ігнорування колективу. Така систематична поведінка агресора призводить до посилення почуття ненависті до себе у жертви; 4) втручання в особисте життя потерпілого.

## **1.2. Психологічні особливості прояву булінгу в навчальному середовищі**

Аналізуючи літературні джерела та праці науковців [2; 5; 8], можемо стверджувати, що незвичний для нашого сприйняття термін «булінг» тісно пов'язаний із такими поняттями, як «насильство» (застосування силових методів або психологічного тиску за допомогою погроз, свідомо спрямованих

на слабких або тих, хто не може чинити опір; панування, влада людини над людиною), «агресія» (дії, спрямовані на порушення фізичної і психічної цілісності людини або групи людей). Агресія органічно пов'язана з насильством і є його природним підґрунтям. Поняття «агресія» є ширшим за поняття «насильство», адже воно включає в себе насильство, третирування і навіть цькування [1].

Усі ці поняття відображають різні аспекти такого явища, як булінг . Як показує практика, за своєю природою шкільний булінг є складним, системним та комплексним соціально-психологічним явищем, що розвивається в ситуації ворожості, страху, конфліктності. Він, як правило, проявляється в позаурочний час в тих місцях, де контроль з боку дорослих менший або взагалі відсутній. Це можуть бути шкільний двір, сходи, вбиральні, коридори, роздягальні, спортивний майданчик, навіть позашкільна територія. Цінною для нашого дослідження є думка науковця Ю. Савельєва, який зазначав, що булінгу можна навчитися: стати агресором або стати жертвою. Автор наголошує, що загрозливих масштабів можна було б уникнути, якби школярі не бачили моделей жорстокої поведінки серед дорослих, по телебаченню, у сім'ї, групі однолітків тощо.

В контексті дослідження важливо окреслити основні показники та характеристики, які вказують на можливість існування даного явища в освітньому середовищі сучасного закладу освіти. Насамперед, необхідно поспостерігати за взаємодією тих учнів, у яких при спілкуванні виникає та проявляється фізична чи психологічна агресія і при цьому постійно один із учасників провокує ситуації прояву агресії. Під його впливом жертва відчуває страх, невпевненість, демонструє зміни у поведінці та настрої, погіршення успішності в навчанні або втрату ентузіазму й інтересу до школи. Також варто слідкувати за змінами в поведінці учня, який піддається неодноразовим нападам агресії.

При спілкуванні з такими школярами відчувається напруженість, негативізм, образа. Проте, як показує практика, ці ознаки спостерігаються

комплексно або повторюються. За рольовою структурою булінг має три елементи:

– булер: переслідувач, агресор. Ними можуть стати учні, які відчують сильну потребу панувати й підпорядковувати собі інших, переслідуючи власні цілі. Вони здебільшого імпульсивні, не виявляють співчуття до своїх жертв. Агресором, зазвичай, виступає «найпопулярніша» особистість у класі;

– жертва. Ними можуть виступати діти, які активно не включені в групові процеси, тримаються одноосібно, менш товариські. Їх ще називають аутсайдерами;

– спостерігачі. Їхніми характерними рисами є відчуття провини та власного безсилля [5] В контексті досліджуваної проблеми нами було проведено опитування щодо поширення шкільного насильства та його видів серед дітей. У ролі респондентів виступали учні початкових та середніх класів закладів загальної середньої освіти м. Мукачева (всього 870 опитаних). Як засвідчують статистичні дані, 322 дітей шкільного віку (37%) зазнавали фізичного чи психологічного насильства.

На запитання «Чи доводилося вам брати участь або бути свідком подібної ситуації у вашій школі? Коли колектив учнів обирає жертву з іншим іменем, учні будуть дражнити, знущатися над обраною жертвою». Так відповів 391 учень (45%). 147 учнів (17%), для яких було підтверджено участь у булінгу, також брали участь у віктимізації, тоді як 87 учнів (10%), які фактично були залучені до булінгу, також брали участь у віктимізації. Як показує задокументована практика, жертвами булінгу в школі є перш за все діти з фізичними вадами, проблемами поведінки, проблемами зовнішнього вигляду, недостатніми соціальними навичками, хворобами та відсутністю досвіду життя в групі. Як правило, цькування в школі спричинене відсутністю турботи про життя, розвиток та умови дітей, що в свою чергу призводить до безініціативності та відповідальності.

Це явище негативно впливає на особистість дитини, внаслідок чого вона не засвоює поняття моралі як суспільного явища, тому під час діяльності

школярі не можуть усвідомити свою відповідальність один перед одним або перед колективом у цілому. Крім того, цькування може бути пов'язане з неуспішністю учня в школі, соціальними ситуаціями, тиском або жорстоким поведінням з боку батьків чи інших дорослих, що призводить до недостатньої уваги з боку дорослих.

Оскільки практика булінгу як тривалий систематичний процес викликає стрес, вона призводить до значних соціальних і психологічних наслідків для учасників: академічна неуспішність, психологічні проблеми, прив'язка до негативних уявлень про себе, низька самооцінка, проблеми соціалізації, соціальні дезадаптація, травма або самогубство. У результаті булінг у школі розглядається як складне психологічне явище, яке виникає в певному контексті та розглядається як конкретна ситуація, що виникає в групі. Воно походить від соціальних відносин, які порушено, і включає специфічну групову динаміку, таку як розподіл ролей, статутів, норм і цінностей.

На практиці розрізняють два основних типи булінгу: фізичний (навмисна агресія, покарання, удари ногами або ремінцями) та психологічний (насильство, погрози, примус чи шантаж). Атмосфера толерантності або нейтралітету, яку підтримує політика школи, толерантне або нейтральне ставлення адміністрації, сприйняття вчителями агресії учнів, насильства, поведінка самих вчителів, становить загальну атмосферу учнівського класу, як і всього класу. школа. Цей клімат має соціально-психологічний характер.

Оскільки булінг негативно впливає на психічний розвиток учнів у школах, це проявляється в емоційній сфері, соціальних взаємодіях, діяльності та успіхах, виникає нагальна потреба у фахівцях з конкретними теоретичними знаннями, спеціальними здібностями, практичними навичками та ідентифікацією, профілактикою.

### **1.3. Особливості профілактики булінгу в навчально-виховному процесі**

Проблема насильства у підлітковому середовищі свідчить про необхідність ретельного вивчення й розробки профілактичних заходів,



спрямованих на її вирішення, оскільки діти, з одного боку, є найнезахищенішою, найуразливішою й майже повністю залежною частиною суспільства, а з іншого, можуть самі ставати джерелом настання суспільно небезпечних наслідків.

Ситуація із поширенням булінгу призводить до низки педагогічних (шкільна дезадаптація, академічна неуспішність), психологічних (психологічні розлади, закріплення в свідомості негативних уявлень про себе, зниження самооцінки, порушення соціалізації), медичних (травматизація) наслідків. Як уже зазначалось, проблематика булінгу досліджувалась переважно західними науковцями. В Україні поки що не проводяться систематичні загальнонаціональні дослідження цього явища (наявні лише поодинокі роботи), а тому ще недостатньо запропонованих форм і методів профілактики та корекції цього явища

Вважаємо за необхідне використати досвід Канади. Зокрема, у країні на законодавчому рівні визначено поняття «булінгу». Так згідно із Законом про освіту провінції Квебек (частина 13, пункт 1.1), «булінг» (третирування) – це пряма або непряма поведінка, коментар, дія чи знак, у тому числі, здійснені за допомогою соціальних мереж, з метою завдати особі фізичної або психологічної шкоди, її приниження, залякування, соціального виключення.

Канадські школи надають важливого значення роботі зі свідками булінгу: працюють над підвищенням їхньої обізнаності про це явище та його наслідки, навчають свідків булінгу правильно реагувати на випадки булінгу, розвивають у них впевненість у необхідності захистити жертву [22, с. 127]. Іншою проблемою є те, що вчителі або персонал школи часто відсутні, коли відбувається інцидент булінгу, а також не завжди втручаються, щоб його 24 зупинити [23, с. 14]. Тому, по-перше, канадські освітяни визнають за доцільне організувати на перервах працівниками школи або старшокласниками моніторинг тих місць, де найчастіше трапляються випадки булінгу. Ефективним також є проведення спланованого та керованого дозвілля учнів у цей час [24]. По-друге, актуальним є підвищення компетенції вчителів та

шкільного персоналу у реагуванні на інциденти булінгу в школі. З цією метою проводяться конференції, дні підвищення кваліфікації, майстер-класи. Окрім свідків-однолітків та шкільного персоналу вагому роль у вирішенні проблеми булінгу покладено на батьків.

Дослідження канадських науковців (А. Чарач, Д. Пеплер, С. Зайглер) встановило, що більшість учнів розповідали про випадок булінгу батькам, а не вчителям [23, с. 15]. Відповідно, пріоритетним завданням у антибулінговій роботі Канади є налагодження спілкування та співпраці школи з батьками для допомоги учням-переслідувачам та учням-жертвам [22, с. 127]. Для батьків у канадських школах проводяться інформаційні вечори, на яких вони ознайомлюються із проблемою булінгу; вчать, як розпізнати, що їх дитина стала жертвою булінгу; отримують поради, як підтримати дитину, а також як діяти, якщо їхня дитина вчинила булінг. Крім того, представники батьків утворюють Консультативну раду батьків, яка бере участь у розробці загальношкільного антибулінгового плану [25, с. 21].

Безперечно, важливе місце у профілактиці та попередженні шкільного булінгу відведено роботі з учнями-кривдниками та учнями-жертвами. Оскільки науковці вказують, що ініціатори булінгу зазвичай мають обмежені навички вирішення конфліктів, розуміння почуттів інших та висловлення співчуття, керування емоціями, їм, у першу чергу, надають допомогу в оволодінні цими навичками [25, с. 10]. Жертви булінгу через свою вразливість і тривожність намагаються уникати конфліктів та вдаються до соціальної ізоляції. Тому робота з цією групою учнів передбачає підвищення їхньої самооцінки та впевненості в собі, оволодіння навичками керування страхом та вмінням захистити себе [25, с. 9].

Варто зауважити, що канадські школи відходять від принципу нульової толерантності у подоланні проблеми булінгу (поширений у 1990-х роках) до більш конструктивного превентивного принципу для подолання булінгу. Підхід нульової толерантності полягав у жорстких санкціях проти учнів, які ініціювали булінг (відсторонення від навчання або виключення зі школи). На

протипагу, превентивний підхід демонструє значно більшу ефективність. Він полягає у створенні загальношкільної культури поваги та розуміння; інтеграції антибулінгового компонента до навчально-виховного процесу та позакласної й позашкільної діяльності; врахуванні серйозності булінгової поведінки, факторів, які її спричиняють, для того, щоб здійснити адекватне втручання; проведенні постійного моніторингу та фіксації випадків булінгу; використанні відновної справедливості для відновлення стосунків між кривдником та жертвою, усуненні шкоди, заподіяної в результаті булінгу [26, с. 1].

Необхідною умовою профілактики та протидії булінгу в канадських школах є створення позитивної шкільної культури, яка ґрунтується на повазі та толерантності, а також чітко визначає очікування від учнів та персоналу школи стосовно правил поведінки. З цією метою в канадських провінціях діє політика безпечних та турботливих шкіл. Антибулінговим законодавством визначено процедуру покарань учнів, які ініціюють булінг (покаранню підлягають не лише переслідувачі, а й свідки булінгу, які не доповіли про випадок), передбачено щорічне проведення Тижня для підвищення обізнаності про булінг та його попередження, створення кодексів поведінки учнів та розробка антибулінгового й антинасильницького плану в школах.

Для створення, реалізації та моніторингу шкільного антибулінгового плану формується робоча група у складі вчителів, шкільних адміністраторів, інших працівників школи, батьків, учнів, шкільних медсестер, поліцейських та зацікавлених членів громади. Також створюється детальний план процедур стосовно реагування на випадок булінгу в школі, підтримки жертви, роботи зі свідками та агресором, моніторингу та оцінки ефективності плану. Антибулінговий план підлягає постійному перегляду, оновленню та вдосконаленню з боку школи. З метою попередження та профілактики булінгу використовується потенціал навчальних предметів, які вивчаються в середній школі. Зазначимо, що назви цих предметів різняться в канадських провінціях та територіях. Це предмети, які присвячені: 1) здоров'ю, здоровому способу

життя та фізичній культурі; 2) особистісному розвитку та плануванню кар'єри; 3) дослідженню сім'ї.

Учителі часто використовують метод кейс-стаді в цілях антибулінгової роботи. Наприклад, учитель пропонує учням кейси з випадками булінгу від вчителя або учні приносять на розгляд інциденти булінгу з особистого життя (що має бути конфіденційним) або зі ЗМІ. Завдання полягає в тому, щоб школярі в групах написали кращу кінцівку наданих сценаріїв. Виконана робота оцінюється вчителем та однокласниками за такими критеріями: вираження емпатії до жертви булінгу у сценарії; запропоновані стратегії для реагування на інцидент; визначені ресурси для допомоги та підтримки особи; надання реалістичних стратегій для допомоги створити школу, яка приймає та поважає відмінності [27, с. 90].

Особливістю антибулінгових програм є те, що вони дають можливість учасникам ділитися власним досвідом, спільно випрацьовувати шкільні стратегії подолання проблеми та реалізовувати проекти. З цією метою значно активізується учнівське самоврядування: школярі беруть участь у розробці та реалізації шкільного плану з попередження та протидії булінгу. Учні створюють комітети з позитивної шкільної культури, об'єднання «Сила однолітків», проводять антибулінгові програми для ровесників, роблять доповіді, презентації на засіданнях Батьківської ради про вплив булінгу на їхнє особисте життя, про інформацію стосовно булінгу, з якою вони ознайомлюються на уроках. Окрім того, молодь проявляє свою активну позицію через участь в антибулінгових форумах з експертами; конкурсах на кращу розповідь про булінг, шкільних театральних постановках на тему булінгу.

Таким чином, канадський досвід демонструє, що у протидії булінгу пріоритет надається насамперед превентивним заходам, а не каральним, оскільки такі заходи мають кращий та більш тривалий ефект.

В Україні запобігання вчиненню насильницьких злочинів стосовно дітей повинно стати пріоритетним напрямком діяльності всіх служб та органів у справах дітей.

Надаємо ряд практичних рекомендацій щодо протидії боулінгу, або коли акт насильства вже відбувся. Ця інформація допоможе в профілактичній роботі психологу школи та педагогічним працівникам.

### **Що робити, якщо ви стали жертвою булінгу?**

Жертвою булінг може стати кожен.

1) Постарайтеся розібратися, що відбувається, у кого яка роль. Хто винуватець, а хто просто “за компанію”. У кого є особиста думка, а хто слідує думку більшості.

2) Спробуйте вийти на діалог. Краще вести його з тим, хто призвів до акту агресії, або з тим, хто приймає рішення в групі.

Але для жертви цькування буде важливо правильно налаштуватися на цю розмову. Не принижуватися — з одного боку. Але і не налаштовувати себе ворожо і не дивитися зверхньо.

Постарайтеся відкрито запитати та зрозуміти — яка причина ситуації, що склалася? Які правила ви «порушили»? Чого саме домагаються кривдники? Чи знайдеться рішення, що влаштовує обидві сторони?

Також варто залучити керівництво школи й дати йому інформацію про те, що відбувається. Керівник може в такій ситуації або прийняти адміністративні заходи, або стати модератором у вашому діалозі з кривдником.

3) Вирішуємо, чи продовжувати боротьбу або піти з колективу.

Якщо у вас не вийшло ні знайти союзників, ні отримати допомогу керівництва, і діалог теж вести не виходить, то далі потрібно запитати себе — ви готові чекати та терпіти, або ви можете піти з цієї групи?

Якщо ви вирішили продовжити боротьбу, то для вас буде головним правилом максимально ігнорувати випадки проти вас. Якщо ви зможете з гідністю, без приниження і переходу в агресію витримати нападки іншого

боку, то булінг може зійти “нанівець”. Ваша емоційна реакція — як паливо, що розпалює інтерес кривдника.

### **Дії педагога, щоб уникнути ситуації появи аутсайдера в дитячому колективі**

1. Присікати глузувати над невдачами ровесників. Усі ми можемо помилятися, і кожен із нас має право на помилку
2. Уникати висміювання, перехвалювання, наклеювання ярликів та зайвого порівняння дітей, суворо припиняти їх, розбір помилок необхідно робити не називаючи прізвищ або індивідуально
3. Підтримувати дітей, що стали жертвами, дати їм можливість показати себе у вигідному світлі, підтримати їх досягнення
4. Заохочувати дитину брати участь у загальних заходах;
5. Продумувати вибіркокомандних ігор та заходів;
6. планомірно працювати з родинами, обов'язковоцікавитися в батьків про проблеми дитини заїкання, енурез, інші хвороби);
7. Підтримувати в учнів адекватну самооцінку;
8. контролювати ситуації виникнення цькування та невідкладно реагувати;
9. Учити учнів бути толерантними, емпатійними до однокласників, уміти допомагати та підтримувати одне одного ускладних ситуаціях, уміти регулювати власну поведінку, не піддаватися на провокації, уміти сказати «ні», не терпіти знущань, не соромитися привернути увагу до себе та своїх проблем, звертатися по допомогу до дорослих [10].

### **Пам'ятка для жертв булінгу**

1. Не протиставляй собі колективу. Намагайся бути доброзичливою людиною, навіть з агресивно налаштованими до тебе членами колективу.
2. Не принижуй інших: не обзивайся, не бийся, не погрожуй.

3. **Захищайся:** твердо, не переходячи в атаку, не дозволяй принижувати себе, показуй, що можеш постояти за себе.
4. **Наберися терпіння:** те, що відбулося, не триватиме довго.
5. **Розбирайся в причинах,** але не займайся самознищенням, не звинувачуй себе ні в чому.
6. **Говори впевнено,** але тактовно, коли розмовляєш із булером, стій прямо, поведься спокійно, не бійся, не кричи й тим більше не провокуй бійку.
7. **Кажі «НІ» й не почувайся винним.**
8. **Шукай підтримки в працівників школи, друзів, батьків.** Вони допоможуть тобі вистояти.
9. **Не мовчи!** Розповідай про знущання та насильство над собою. Це допоможе швидше припинити протиправні дії.
10. **Звертайся до компетентних органів,** що мають захищати твої права, отримуй інформацію щодо власного захисту [10].

### **Що робити, якщо ви стали свідком цькування**

Якщо цькують твого друга чи подругу, то **одразу звернись до дорослих:** вчителя, старших товаришів, родичів, батьків тощо.

Якщо твій **друг чи подруга** поділилися з тобою, що вони потрапили у ситуацію булінгу, обов'язково говори з ними про це — вони **потребують твоєї підтримки.**

У жодному разі **не слід приєднуватись до групи, що цькує,** та висміювати проблеми свого друга чи подруги.

Якщо ви дорослий, який потерпав від булінгу колись, то **не проходите повз.** Спробуйте захистити дитину, яку ображають. При цьому не слід ображати дітей, які цькують, адже деякі роблять це, тому що самі постраждали від насильства (вдома, у спортивній секції, в іншій школі тощо). У таких випадках вони можуть виміщати свій біль через знущання і приниження слабших за себе.

Деякі діти булять, щоб ловити на собі захоплені погляди оточуючих, а відчуття переваги над іншими приносить їм задоволення. До того ж, нападаючи на когось вони захищаються від цькування. Іноді такі діти дуже імпульсивні і не можуть контролювати свій гнів. У таких випадках справа нерідко доходить і до фізичного насильства.

Спробуйте повідомити про булінг людей зі школи, де це відбувається, або батьків дитини.

Профілактичні програми, призначені для проведення групових занять з учнями та дорослими, можуть містити психотехніки з розвитку комунікативних навичок, профілактики асоціальної поведінки з основами правових знань, а також вправи, спрямовані на допомогу в досягненні позитивних життєвих цілей тощо. Досвід інших країн у подоланні булінгу в освітньому середовищі свідчить про наявність певних успіхів у реалізації тих чи інших антибулінгових програм [3]. С. Панасевич вказує, що профілактика булінгу передбачає роботу за такими напрямками :

ознайомлення шкільної громади з особливостями поширення масових–негативних явищ серед учнів загальноосвітніх навчальних закладів та загальноприйнятими у світі поняттями;

формування правосвідомості та правової поведінки учнів, відповідальності за своє життя, розвиток активності, самостійності, творчості учнів, створення умов для реалізації особистості школярів;

формування у педагогів та батьків навичок ідентифікації насильства як у своїй поведінці, так і в поведінці дітей із метою формування вмінь виокремлювати наявну проблему;

проведення бесід із підлітками з метою профілактики булінгу, виступи головних спеціалістів у системі профілактичної роботи щодо подолання різноманітних форм агресивної поведінки серед підлітків;

проведення конкурсів соціальної реклами та інформаційних буклетів із проблем профілактики негативних тенденцій у молодіжному середовищі та соціально-педагогічних тренінгових занять, відеолекторіїв.



Для здійснення превентивної діяльності та вирішення ситуації насильства чи булінгу важливо застосовувати командний підхід (класний керівник, практичний психолог, соціальний педагог, інші спеціалісти за потребою), працювати не лише з дитиною, яка стала жертвою, чи з переслідувачем, але й з усім класом.

Отже, профілактика боулінгу має стати невід'ємною частиною роботи практичного психолога та вчительства, а також батьківської громади.

## РОЗДІЛ 2

### ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ БУЛІНГУ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ

#### 2.1. Підбір та обґрунтування психологічно-діагностичного інструментарію

Дослідження проводилося на базі Шевченківської гімназії, Великодимерської селищної ради, Броварського району, Київської області. Дослідження проводилося в лютому-березні 2023 року і складався з трьох етапів:

1. На першому етапі (констатуючий експеримент) ми виявляли рівень агресивності у 76 підлітків: 7 класи – 41 уч.; 8 класи – 35 уч. Для вирішення цього завдання був застосований емпіричний психодіагностический метод, а саме стандартизовані психодіагностичні методики: опитувальник Басса-Дарки на виявлення особливостей агресії підлітків; проективна методика «Неіснуюча тварина» та методика Томаса-Килмана на виявлення провідної поведінки у конфліктній ситуації.,

В результаті даного етапу було сформовано вибірку респондентів з високим рівнем агресивності. Методом рандомізації дана група випробовуваних була розділена на дві підгрупи: експериментальну і контрольну.

2. На другому етапі (формуючий експеримент) здійснювалася реалізація в експериментальній групі спеціальної корекційно – розвиваючої програми, спрямованої на нівелювання агресивної поведінки підлітків.

3. Третій етап був присвячений організації та проведенню контрольного експерименту, де був використаний той же діагностичний інструментарій, що і на етапі констатуючого експерименту. Основна мета даного етапу – визначення ефективності корекційної програми за допомогою методів математичної статистики. Опис психодіагностичного інструментарію.

##### 1) *Опитувальник Басса-Дарки*

Мета: виявлення форм агресивних і ворожих реакцій.

Опитувальник Басса-Дарки (1957), розроблений А. Бассом та А. Дарки, призначений для діагностики агресивних і ворожих реакцій. Створюючи свій опитувальник, диференціює прояви агресії і ворожості А. Басс і А. Дарки визначили наступні типи реакцій:

- фізична агресія (ФА) – використання фізичної сили проти іншої особи;
- непряма агресія (КА) – обхідним шляхом спрямована на іншу особу або ні на кого не спрямована.
- роздратування (Р) – готовність до прояву негативних почуттів при найменшому порушенні (запальність, грубість).
- негативізм (Н) – опозиційна манера в поведінці від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв і законів.
- образа (О) – заздрість і ненависть до оточуючих за дійсні і вигадані дії.
- підозрілість (П) – в діапазоні від недовіри і обережності по відношенню до людей до переконання в тому, що інші люди планують нанести тобі шкода.
- вербальна агресія (ВА) – вираз негативних почуттів, як через форму, так і через зміст словесних відповідей.
- Почуття провини (ПП) – висловлює можливе переконання суб'єкта в тому, що він є поганою людиною, що надходить зло, а також відчуються їм докори сумління.

Опитувальник складається з 75 тверджень, на які випробовуваний повинен відповісти «так» або «ні». Відповіді оцінюються по восьми зазначеним шкалами. Обробка результатів проводиться за допомогою ключа. За кількістю збігів відповідей з ключем підраховуються індекси різних форм агресивності і ворожих реакцій, а також загальний індекс агресивності і індекс ворожості.

**Методика Томаса-Килмана**, на виявлення провідної поведінки у конфліктній ситуації. Даний опитувальник показує типову реакцію людини на конфлікт, її ефективність і доцільність, а також дає інформацію про інші можливі способи вирішення конфліктної ситуації.

Методика має 5 шкал : суперництво, пристосування, компроміс, ухилення, співробітництво.

Опитувальник складається з 30 пар тверджень, що відносяться до різних стилів поведінки людини в ситуації конфлікту. З кожної пари тверджень потрібно вибрати одне, яке найбільш вірно відображає ставлення випробуваного до конфліктної ситуації і відзначити його в бланку відповідей. Якщо відповідь співпадає з ключем, отримує 1 бал, якщо не збігається 0. Кількість балів набраних досліджуваним за кожною шкалою дає інформацію про виражені форми поведінки або вирішення конфліктних ситуацій.

### 3) *Проективна методика «Неіснуюча тварина»*

Мета: оцінити рівень агресивної поведінки дитини, підтвердити результати, отримані з спостереження. Тест «Неіснуюча тварина» – це одне з найбільш показових графічних проективних методів, що надає випробуваному безмежні можливості самовираження, що забезпечує повну реалізацію механізмів проекції.

Далі проведемо аналіз результатів, отриманих за допомогою діагностики. Результати діагностики рівня агресивності підлітків представлені в Додатку А, таблиці 2.1 і на рис. 2.1-2.4.

Таблиця 2.1

Таблиця середніх значень за показниками методик

Опитувальник Басса-Дарки								Неіснуюча тварина
ФА	КА	Р	Н	О	П	ВА	ПП	4,8
6,9	6,7	7,1	3,6	5,2	5,4	7,4	5,2	

Для початку проведемо аналіз результатів, отриманих за допомогою методики Басса – Дарки. Середні показники агресивності за опитувальником Басса-Дарки представлені на рис. 2.1.

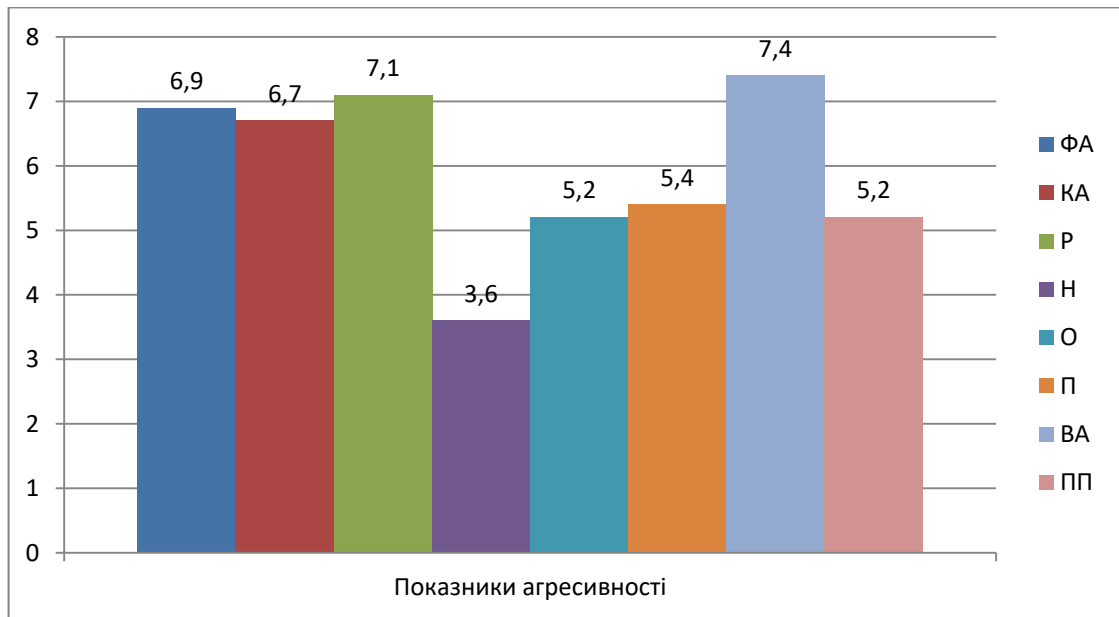


Рис. 2.1 – Результати діагностики за опитувальником Басса-Дарки

Шкали «образа» і «підозрілість» відносяться до індексу ворожості, а шкали «фізична агресія», «дратівливість» і «вербальна агресія» включені в індекс агресивності.

Результати діагностики рівня агресивності за індексом ворожості і індексу агресивності представлені на рис. 2.2.

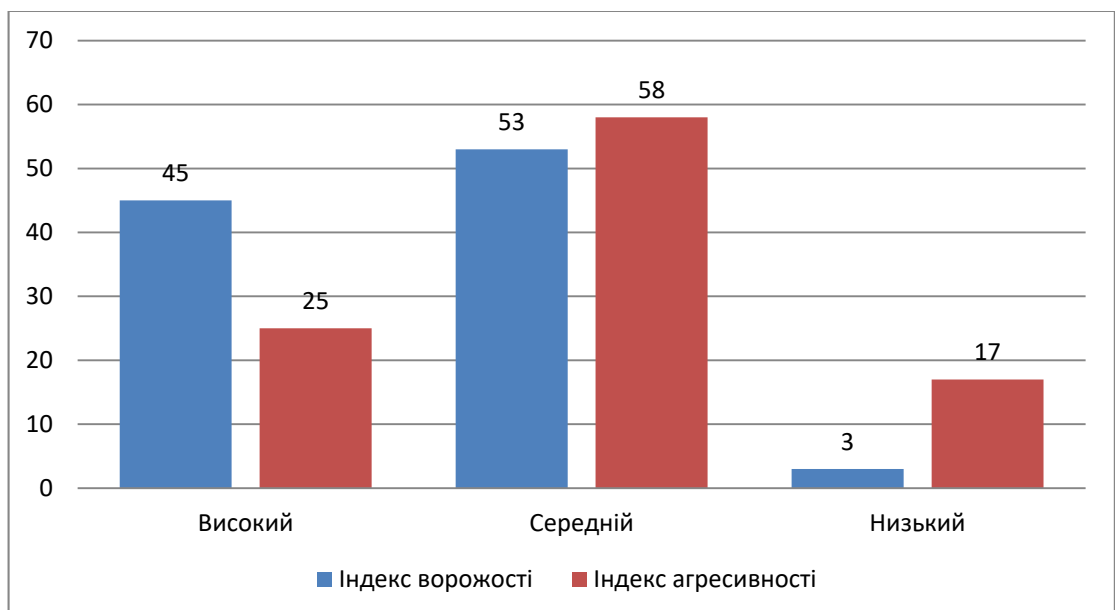


Рис. 2.2 – Результати діагностики за опитувальником Басса-Дарки, %

У піддослідних, за індексом ворожості, виявлено три рівня агресивних реакцій.

Високий рівень 45% (34 уч.). Підлітки зазначають, що легко подразливість і їх часто охоплює почуття люті. Часто не можуть впоратися з бажанням завдати шкоди іншим людям, з метою захисту своїх інтересів.

Середній рівень, виявлений у 53% (40 уч.) Свідчить про те, що підлітки в рідкісних випадках відчують заздрість і ненависть до оточуючих, не подразливі, не мають ворогів і кривдників.

Низький рівень у 3% (2 уч.) Вказує на те, що випробовувані не здатні образити кого-небудь, не зганяють зло на інших людях, їх важко образити, засмутити, вони не вступають в конфлікт. За індексом агресивності, так само виявлено три рівня агресивних реакцій.

Високий рівень 25% (19 уч.). Підлітки вказують на те, що відчують бажання завдати шкоди оточуючим, а також використовують фізичну силу проти іншої людини. Вони відзначають, що досить часто відчують злість, ненависть, роздратування до кривдників.

Середній рівень у 58% (44 уч.) Говорить нам про те, що підлітки не здатні вдарити людину, так як вважають, що все можна вирішити «мирним шляхом», без суперечок, конфліктів, роздратування.

Низький рівень у 17% (13 уч.) Вказує на те, що випробовувані не відчують почуття роздратування, злості. Підлітки не виражають негативні почуття через грубість, лихослів'я. Далі, розглянемо результати діагностики рівня агресивності підлітків за методикою «Неіснуюча тварина», представлені на рис. 2.3.

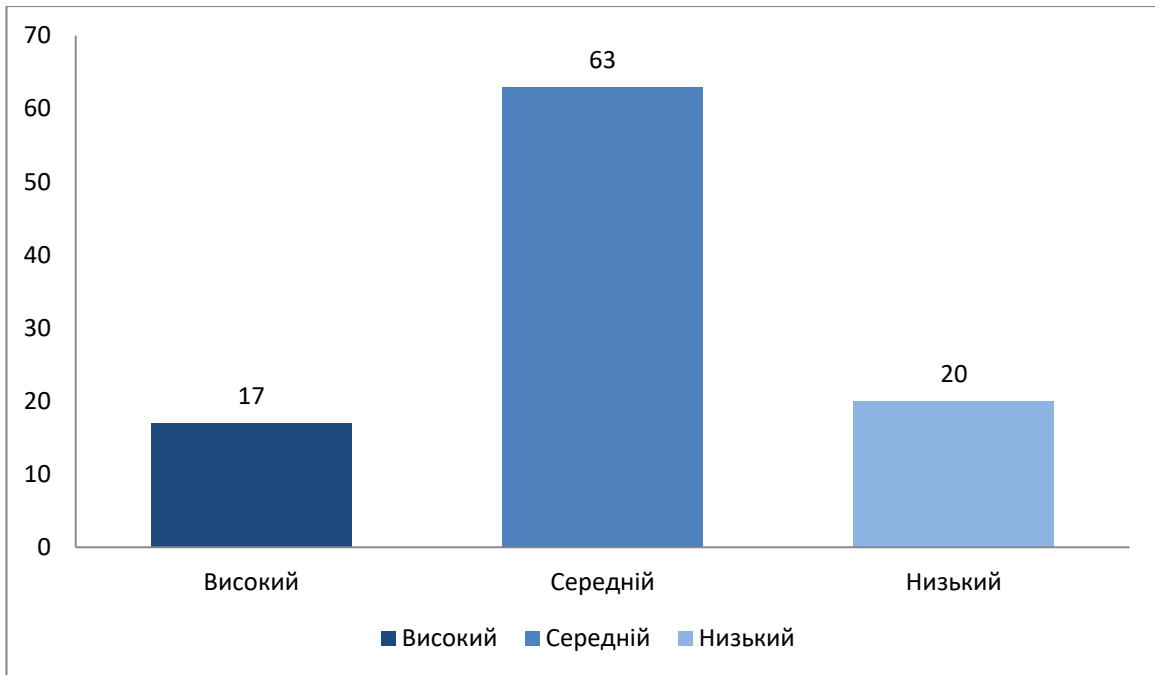


Рис. 2.3 – Результати діагностики за методикою «Неіснуюча тварина»

Високий рівень 18% (14 уч.). Підлітки в своїх малюнках відзначають такі агресивні деталі: рот з зубами, кігті, гострі кути, дзьоб. У малюнках підлітків відзначається також сильний натиск олівцем. Ці деталі вказують на високу ступінь агресивності.

Середній рівень 62% (47 уч.). У малюнках підлітків простежуються деталі несуть малу агресивну тенденцію. Відзначаються такі деталі: невеликі кігті, рот без зубів, кути в малюнках не використовуються. У своїх малюнках підлітки використовують легкий натиск олівцем, це говорить про те, що у підлітків недостатні енергетичні ресурси. А так же використовують легку або мінімальну штрихування – це говорить про відносному спокої підлітків.

Низький рівень 20% (15 уч.). У малюнках підлітки не відзначають деталі, що вказують на агресивні тенденції. В основному використовуються такі деталі як неясні, різноманітні, мінливі штрихи дозволяють зробити висновок про те, що у підлітка недолік завзятості, наполегливості, а також незахищеність. Після проведення діагностики вихідного рівня агресивності підлітків ми отримали дані по всій групі випробовуваних.

З результатів склали процентне співвідношення підлітків з різними рівнями агресивності. Дані по всій групі випробовуваних представлені на рис. 2.4.

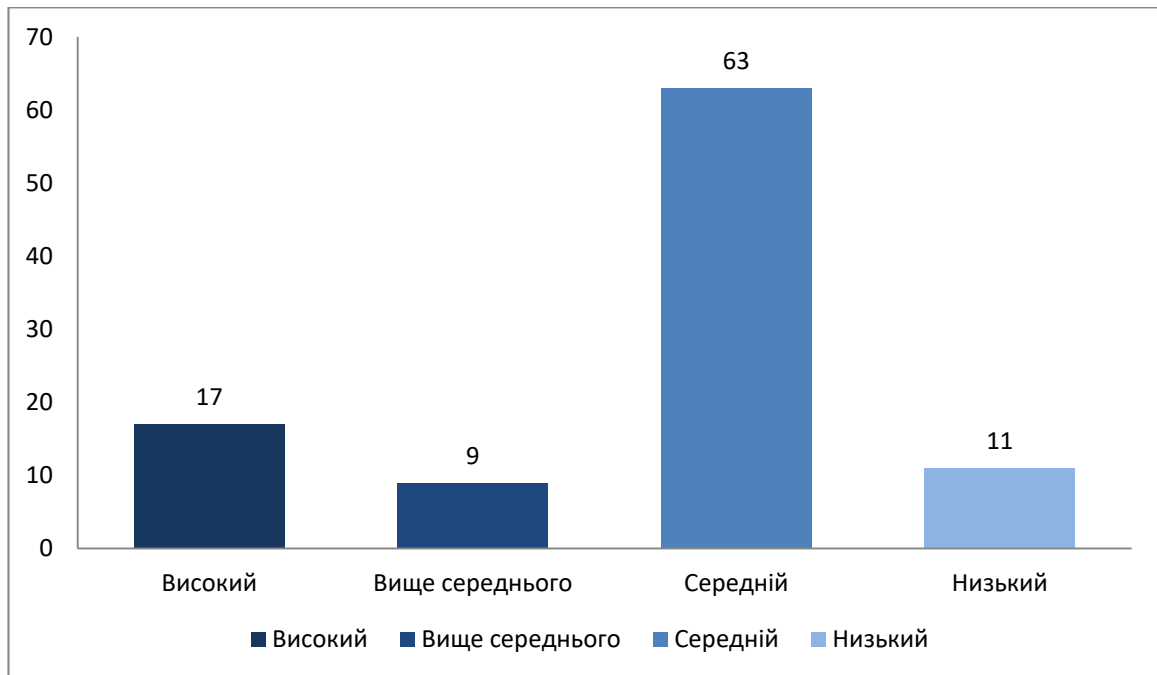


Рис. 2.4 – Результати діагностики агресивної поведінки підлітків за двома методиками

Таким чином, в цілому за двома методиками можна зробити висновок про те, що серед 76 досліджуваних переважає середній рівень агресивності. На підставі результатів була виявлена група з 20 учнів з високим (і вище середнього) рівнем агресії. Для порівняння результатів ефективності проведеної психолого-педагогічної програми методом рандомізації дана група випробовуваних була розділена на дві підгрупи по 10 чоловік: експериментальну і контрольну. На першій, в рамках формуючого експерименту, здійснювалася реалізація корекційно-розвиваючої програми, спрямованої на нівелювання агресивної поведінки підлітків.

**Результати за методикою Томаса Кілмена.** Провівши методику ми встановили, що досліджувані обирають більш конструктивні варіанти вирішення конфліктів, тобто йдуть на *компроміс* (хлопці і дівчата - 52%) ; *суперництво* переважає у хлопців, бажання добитися результатів, мати рацію,



перемогти, задовольнити свої бажання через шкоду іншій людині(28%); до *співробітництва* прагнуть як хлопці, так і дівчата(40 %) , учасники приходять до альтернативного вирішення конфлікту, з урахуванням точки зору суперника.

**Таблиця 2.2.**

**Поведінка в конфліктній ситуації**

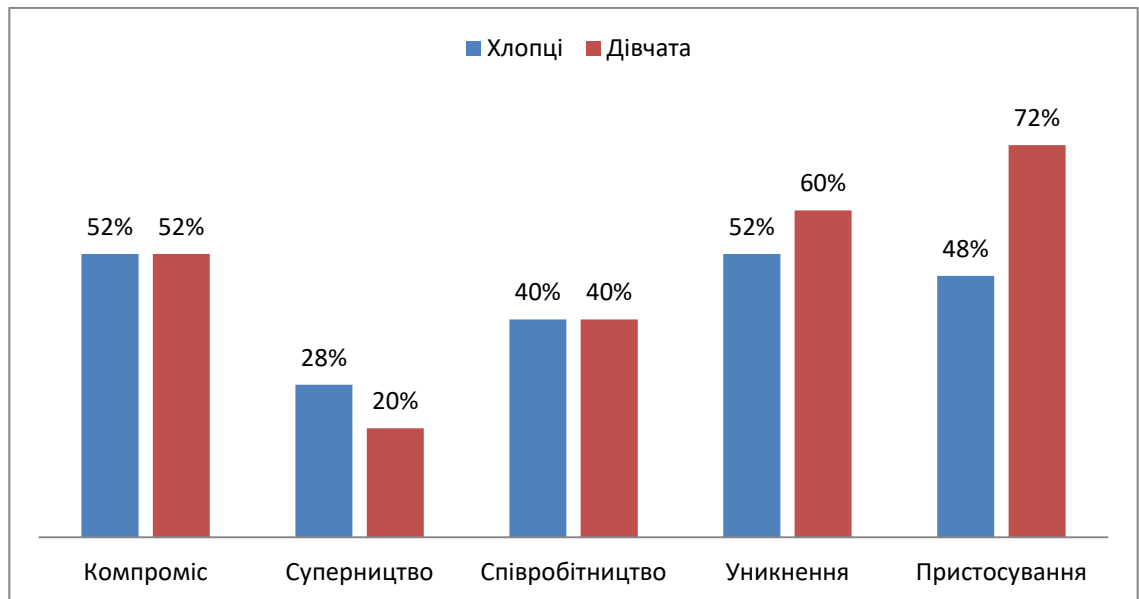
Шкали	Хлопці	Дівчата
Компроміс	52%	52%
Суперництво	28%	20%
Співробітництво	40%	40%
Уникнення	52%	60%
Пристосування	48%	72%

*Уникнення* переважає в 60% дівчат - ігнорування або не бажання бути суперником, програти, відсутність досягнення своєї цілі. Це може бути непередбачувана за своїми наслідків стратегія. Якщо відмова від мети не коштувала людині великої шкоди, поступливість ( уникнення) може позитивно позначитися на самооцінці і відносинах з партнером. В іншому випадку залишається почуття досади, образи і, отже, є підстави для емоційного конфлікту;

*Пристосування* переважає у дівчат 72% це найвищий результат, що означає, що дана позиція ефективна в ситуаціях, коли партнер володіє об'єктивно більшою силою і використовує її в конфліктній боротьбі. У спілкуванні зі складною конфліктною особистістю використовується будь-яка можливість, щоб уникнути конфлікту: в цьому немає нічого ганебного або принизливого. Уникнення приносить позитивні плоди, будучи тимчасовим відстроченням у вирішенні конфлікту. Тимчасово відійти від проблеми, щоб в надалі вирішити її остаточно – це часто єдино вірна стратегія.

## Діаграма 2.5.

## Динаміка ставлення до конфлікту дівчат та хлопців



Результати засвідчують про те, що значна кількість підлітків обирають для себе конструктивні види вирішення конфлікту – компроміс та співробітництво мають однакові показники як хлопці та дівчата, а результат *суперництво* переважає у хлопців. Досліджувані максимально орієнтовані на перемогу в конфлікті, домінує стиль суперництва, намагаються нав'язати іншим свій варіант вирішення спірних питань, застосовується тактика тиску й погроз, робляться спроби поставити під сумнів компетентність опонентів, вишукується слабе місце в їх аргументації; як правило, спостерігається схильність до безапеляційних заяв, негативного ставлення до тих, хто має іншу думку. Гасла: "Сильний завжди правий"; "Переможців не судять", а результати *пристосування* до конфліктної ситуації переважає у дівчат - жертвування своїми інтересами задля підтримання й поліпшення стосунків з іншою людиною, бажання виглядати в очах оточення приємним, добрим, співчутливим, готовим допомогти, відчувають страх перед несхваленням, перед можливістю бути знехтуваним. Як правило, роблять усе, щоб усунути саму можливість критики, запобігти загостренню конфліктів, апелюючи до потреби в солідарності. Гасла: "Ми всі одна щаслива команда, і не варто

розхитувати човен"; "Мир за будь-яку ціну"; "Нехай буде гречка, аби не суперечка".

У сучасних підлітків розходження в поглядах, що призводять до конфліктів виникають переважно на побутовій сфері та у сфері їх соціальної активності. Конфлікти можуть виникати у міжособистісній взаємодії, тому вміння виходити зі складних конфліктних ситуацій дуже корисне.

## **2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів психолого-педагогічних особливостей булінгу в підлітковому віці**

Нами була реалізована програма психолого-педагогічної корекції агресивної поведінки підлітків, яка складається з десяти занять. Авторами даної програми є В. Долгова, А. Осипова (додаток Б).

Корекційна програма відповідає меті та завданням дослідницької роботи, розроблена з урахуванням вікових особливостей учнів, рівня їх емоційної стійкості і характеру ціннісних орієнтацій.

Основою програми корекції агресивної поведінки підлітків є групова форма роботи. Специфіка групової роботи полягає в цілеспрямованому використанні групової динаміки, тобто всієї сукупності взаємовідносин і взаємодій, що виникають між учасниками групи. У структуру програми корекції агресивної поведінки підлітків входять: вступна, основна і заключна частини.

Вступна частина складається з 1 заняття, мета якого – знайомство учасників групи з майбутньою роботою. В основну частину програми входить 8 занять, спрямованих на управління агресивною поведінкою, зниження негативних емоцій і емоційної напруги. У заключну частину програми входить 1 заняття, метою якого є встановлення зворотного зв'язку; аналіз інформації; підбиття підсумків. Мета: знизити рівень агресивної поведінки підлітків. Для досягнення цієї мети були виявлені наступні завдання:

1. дати підлітку можливість усвідомити неконструктивність його агресивної поведінки;

2. виробити вміння висловлювати агресію в прийнятних формах;
3. сформулювати навички конструктивного розв'язання міжособистісних конфліктів;
4. підвищити рівень самоконтролю та саморегуляції;
5. сформувати позитивну адекватну самооцінку.

Вікові межі: 14-15 років

Оптимальна чисельність в групі: 8-10 чоловік

Тривалість групових занять: 1 година

Кількість і частота занять – 10 занять, два заняття в тиждень

Форма роботи – групова

Методи роботи – дискусія, гра, бесіда, робота в групах, аналіз конкретних ситуацій.

Структура кожного заняття:

Початок заняття: вітання, з'ясування загальної атмосфери в групі, настроїв групи на роботу.

Основна частина: настроїв на вправи, вправи, обговорення результатів. Підведення підсумків заняття: підсумкове слово ведучого, закінчення заняття.

Планований результат: на наш погляд, дана програма корекції допоможе підліткам повірити в свої позитивні якості, вміння конструктивно виходити з конфлікту, удосконалити навички емпатії і рефлексії, а так само користуватися методами саморегуляції емоцій і контролювати свою поведінку.

Після того як була реалізована корекційно-розвиваюча програма, спрямована на нівелювання агресивної поведінки підлітків нами було проведено контрольний експеримент, в якому ми зробили повторне вимірювання рівня агресивності, використовуючи той же діагностичний інструментарій, що і на етапі констатуючого експерименту: опитувальник Басса-Дарки на виявлення особливостей агресії підлітків; проективна методика «Неіснуюча тварина».

Розглянемо результати, отримані після проведення повторної діагностики за опитувальником Басса-Дарки, які представлені в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Результати, отримані після проведення повторної діагностики за опитувальником Басса-Дарки

Шкала	Групи			
	ЕГ		КГ	
	До	Після	До	Після
ФА	8,4	7,2	8,4	8,4
КА	6,7	5,8	6,8	6,9
Р	8,7	8,2	8,9	8,5
Н	3,4	2,9	3,6	3,6
О	6,1	5,4	5	5,6
П	6,3	6	5,7	5,8
ВА	9,4	8,2	9,6	9,3
ПП	5,4	5,5	5,4	5,3

Графічна динаміка результатів діагностики за методикою Басса-Дарки до і після програми представлена на малюнках 2.5 та 2.6.

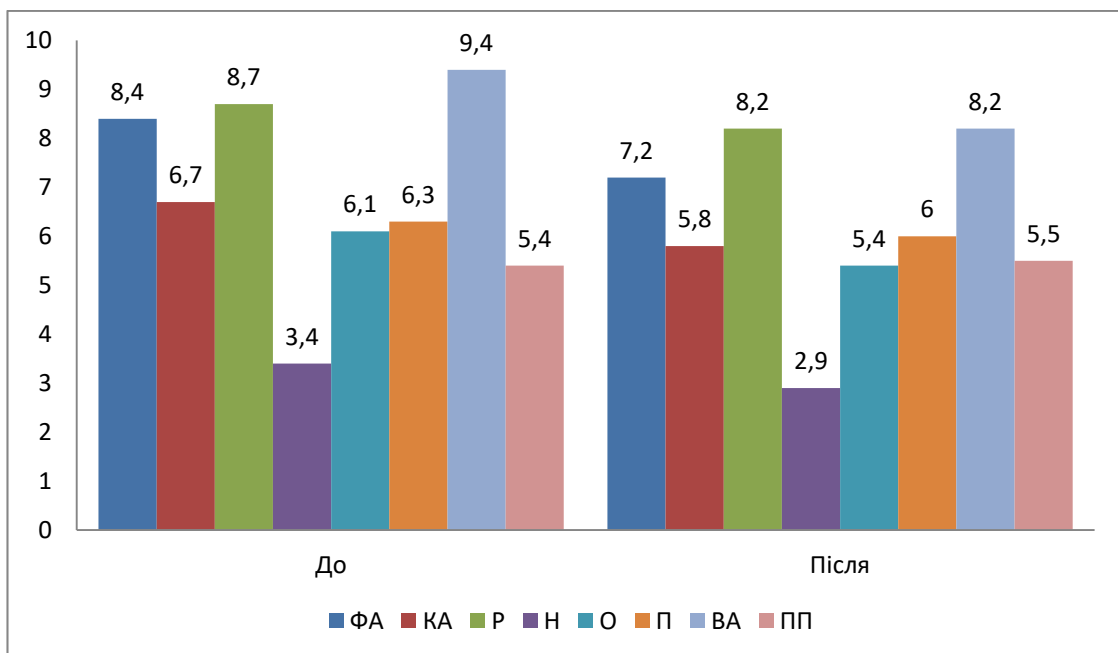


Рис. 2.5 – Динаміка результатів експериментальної групи за опитувальником Басса-Дарки

Для порівняння, розглянемо результати експериментальної і контрольної груп, після проведення повторної діагностики.

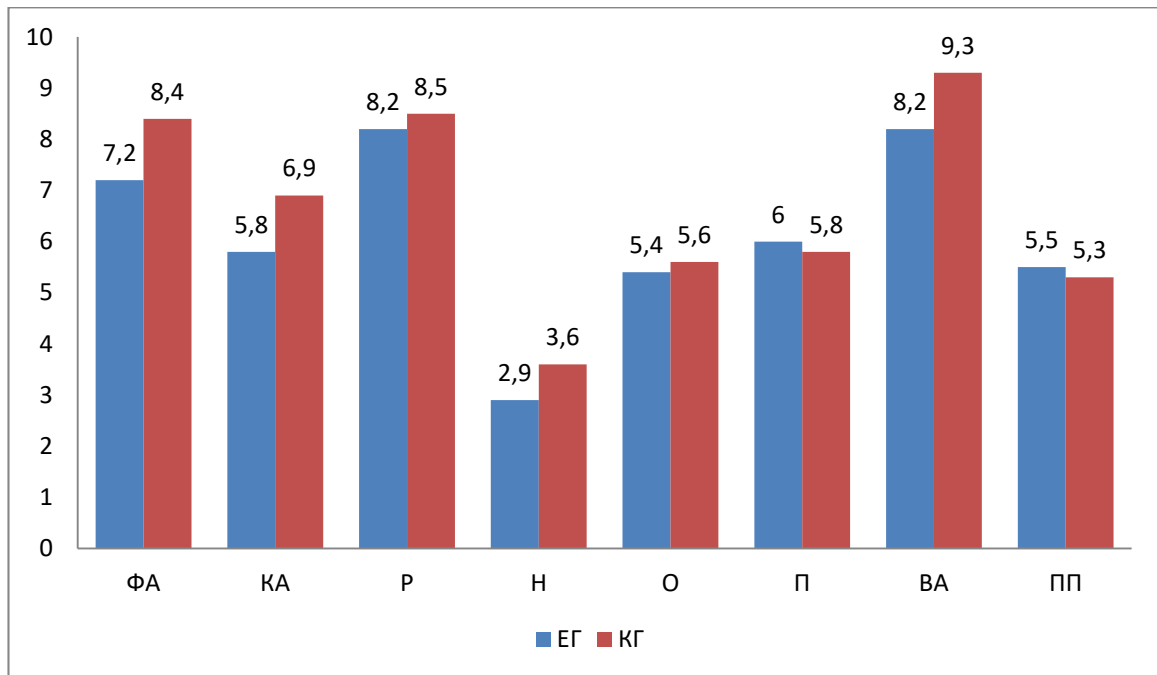


Рис. 2.6 – Результати експериментальної і контрольної груп за опитувальником Басса-Дарки

Аналізуючи отримані результати, можна відзначити, що після проведення програми, у підлітків знизилася прояви агресивності. Підліткам з експериментальної групи менш властиво демонструвати імпульсивність, запальність, схильність використовувати лайки або висловлювати агресію опосередковано, обхідним шляхом, не безпосередньо, проявляти настороженість, підозрілість, відособленість в поведінці, негативізм, образу. Далі розглянемо результати повторної діагностики за методикою «Неіснуюча тварина».

Графічна динаміка результатів до і після програми представлена на малюнках 2.7 та 2.8.

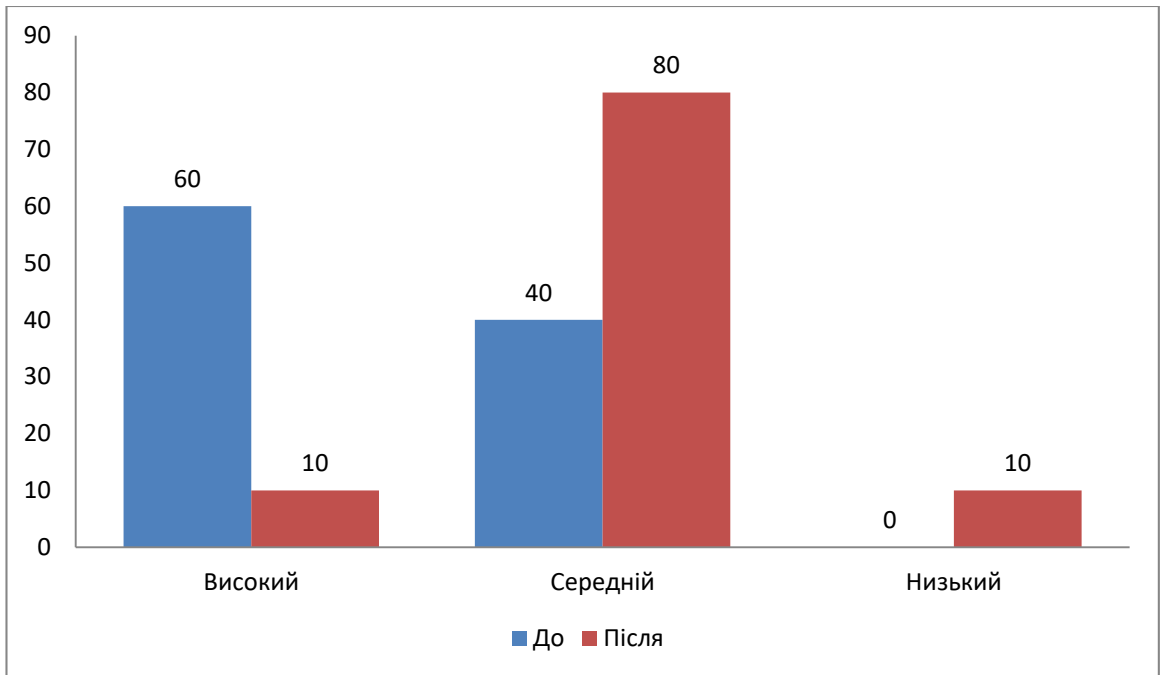


Рис. 2.7 – Результати повторної діагностики експериментальної групи за методикою «Неіснуюча тварина», %

Для порівняння, розглянемо результати експериментальної і контрольної груп, після проведення повторної діагностики.

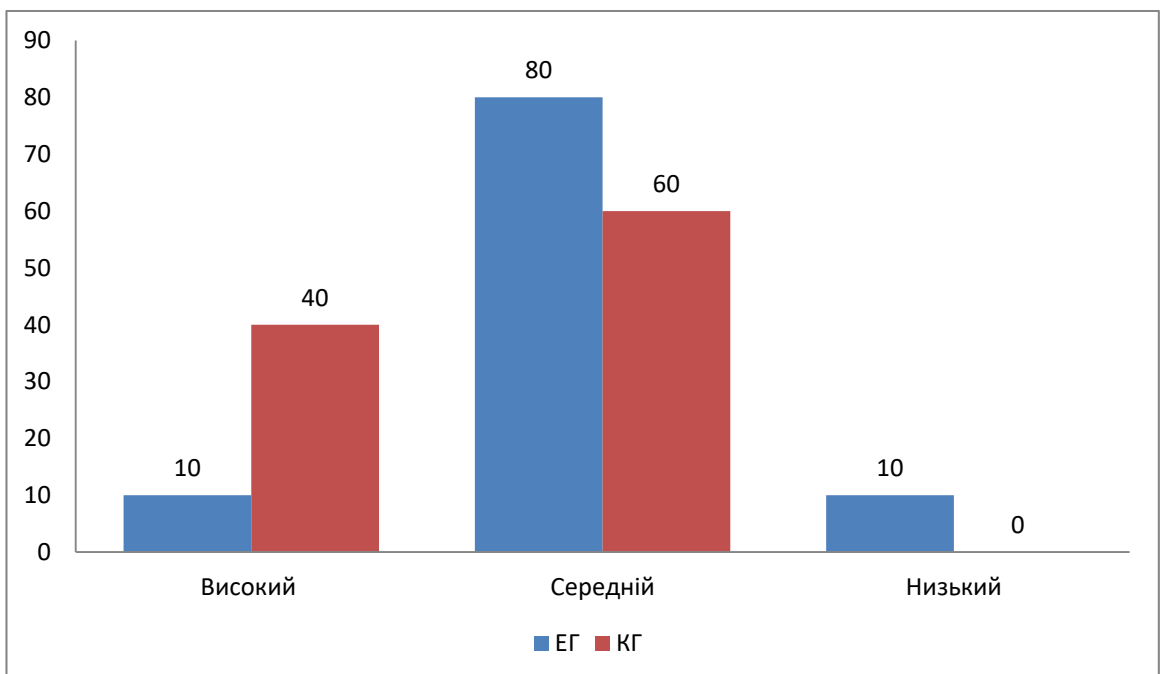


Рис. 2.8 – Результати експериментальної і контрольної груп за методикою «Неіснуюча тварина», %

На малюнках 2.7 і 2.8 представлені дані, наочно, що показують як агресивність підлітків змінилася, після проведення повторної діагностики. В експериментальній групі до проведення корекційних занять 60% (6 уч.) Мали високий рівень агресивності. У малюнках випробовуваних часто і у великій кількості використовували такі деталі як – рот з зубами, роги, кігті, гострі кути, дзьоб. Ці деталі вказують на високу ступінь агресивності. Після проведених корекційних занять кількість підлітків з високим рівнем зменшилася до 10% (1 уч.). Це дозволяє судити нам про те, що один підліток не змінив свого ставлення до агресивної поведінки, і корекційна робота для нього була неефективна. У контрольній групі після повторної діагностики високий рівень мають 40% піддослідних.

В експериментальній групі до проведення корекційних занять 40% (4 уч.) Мали середній рівень агресивності, а після корекційних занять 80% (8 уч.) Учнів знаходяться на середньому рівні. Це говорить про те, що підлітки адекватно реагують в конфліктних ситуаціях, стримують агресивні реакції і керують своїми емоціями і поведінкою. У контрольній групі 60% випробовуваних після повторної діагностики мають середній рівень агресивності. Так само на малюнку 2.7 наведено дані, які наочно показують, як низький рівень змінився після проведення корекційних занять.

Аналізуючи низький рівень агресивності можна помітити, що до корекційних занять жоден підліток експериментальної групи не займав цей рівень, а після корекційних занять 10%, тобто 1 випробований знаходиться на даному рівні.

У контрольній групі жоден підліток не займає низький рівень. Узагальнюючи результати за двома методиками можна зробити висновок, що у більшості досліджуваних експериментальної групи намітилася тенденція до зниження рівня агресивності. Наочно отримана інформація представлена на малюнку 2.9.



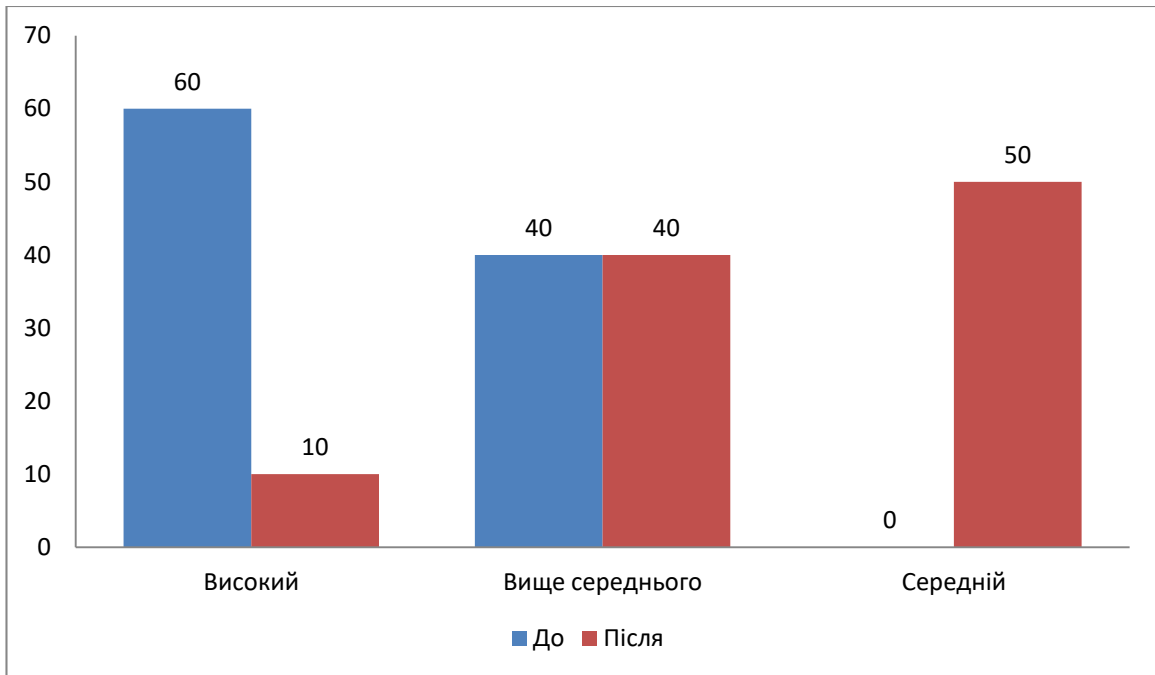


Рис. 2.9 – Динаміка результатів експериментальної групи після проведення корекційної роботи, %

Розглянувши результати контрольної групи, які зображені на рисунку 2.10, можна зробити висновок, що рівень агресивності зазнав незначних змін. Високий рівень знизився до 50%, а рівень вище середнього піднявся так само до 50%.

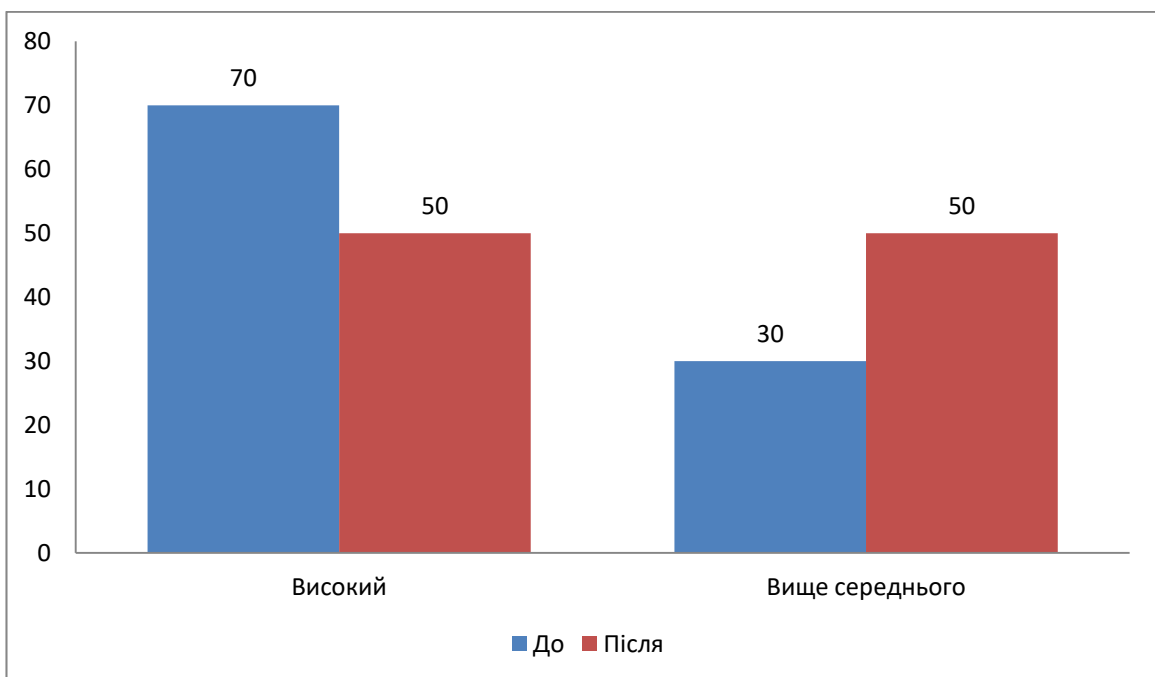


Рис. 2.10 – Динаміка результатів контрольної групи після проведення повторної діагностики, %

Виходячи з вище сказаного, можна зробити висновок, що рівень агресивності змінився, і корекційна програма, спрямована на нівелювання агресивної поведінки підлітків мала сенс.

Підтвердимо отримані результати за допомогою методу математичної статистики. Піддамо статистичній обробці результати діагностики за опитувальником Басса-Дарки.

Для зіставлення показників, виміряних на одній і тій же вибірці, але знаходяться в різних умовах, ми використовуємо математико-статистичні методи, а саме Т-критерій Вілкоксон. Підрахунок проводився за допомогою комп'ютерної обробки Statistica 6.0.

Результати порівняння показників методики Басса-Дарки представлені в таблицях 2.4 і 2.5:

Таблиця 2.4

Порівняння показників методики Басса-Дарки

Шкала	T	Z	P-Level
ФА	<b>0,00000</b>	<b>- 2,366432</b>	<b>0,017961</b>
КА	<b>0,00000</b>	<b>- 2,520504</b>	<b>0,011719</b>
Р	0,00000	- 1,603567	0,108810
Н	3,00000	- 1,572427	0,115853
О	4,00000	- 1,690309	0,090970
П	6,00000	- 0,943456	0,345448
ВА	<b>0,00000</b>	<b>- 2,520504</b>	<b>0,011719</b>
ПП	9,00000	- 0,314485	0,753153

З таблиці 2.3 видно, що в експериментальній групі значущі зміни відбулися за шкалами «фізична агресія», «непряма агресія» і «вербальна агресія». Фізична агресія знизилася на 2,36 показника, це говорить про те, що підлітки стали менше використовувати фізичну силу проти іншої особи.

Непряма агресія знизилася на 2,52 показника, з цього випливає, що підлітки стали більш стриманими вставленні до критики, в проблемних ситуаціях не дають волю емоціям і вибухів люті. За шкалою вербальної агресії, яка знизилася так само на 2,52 показника, ми бачимо, що випробуваним менш властиво висловлювати негативні почуття як через форму, так і через зміст словесних відповідей. Тепер порівняємо показники контрольної групи.

Таблиця 2.5

Шкала	T	Z	P-Level
ФА	18,00000	0,000000	1,000000
КА	9,00000	0,314485	0,753153
Р	0,00000	1,825742	0,067890
Н	10,50000	0,000000	1,000000
О	5,00000	1,521278	0,128191
П	9,00000	0,314485	0,753153
ВА	0,00000	1,603567	0,108810
ПП	9,00000	0,314485	0,753153

З таблиці 2.4 видно, що в контрольній групі за показниками критерію Уилкоксона не виявлені достовірні зрушення. Це дозволяє говорити про те, що в контрольній групі статистично значущих змін не відбулося. Далі, піддамо статистичної обробки результати діагностики за методикою «Неіснуюча тварина».

Результати порівняння показників методики «Неіснуюча тварина» представлені в таблицях 2.6 і 2.7.

Таблиця 2.6

Результати порівняння показників методики «Неіснуюча тварина»  
(експериментальна група)

N	До	Після	Зрушення ( $t_{\text{після}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютне значення зрушення	Ранговий номер зрушення
3	6	4	-2	2	5

12	7	5	-2	2	5
19	7	4	-3	3	9
28	5	4	-1	1	2
33	8	5	-3	3	9
42	8	5	-3	3	9
53	5	3	-2	2	5
59	7	5	-2	2	5
64	6	4	-2	2	5
71	7	7	0	0	1

$T_{emp} = 1$

З таблиці 2.5 видно, що істотні зміни відбулися у 8 з 10 випробовуваних експериментальної групи. Це говорить про те, що підлітки переглянули своє ставлення до агресивної поведінки, стали спокійнішими і менш дратівливими. У одного підлітка після проведення корекційної роботи і повторної діагностики змін не відбулося, з цього може впливати, що випробуваний не змінив свого ставлення до агресивної поведінки, і корекційна робота для нього не була ефективною.

Далі порівняємо показники контрольної групи.

Таблиця 2.7

Результати порівняння показників методики «Неіснуюча тварина»  
(контрольна група)

N	До	Після	Зрушення ( $t_{після} - t_{до}$ )	Абсолютне значення зрушення	Ранговий номер зрушення
5	5	6	1	1	7
16	6	6	0	0	3
22	7	7	0	0	3
30	9	7	-2	2	9.5
37	8	7	-1	1	7
50	5	5	0	0	3

56	9	7	-2	1	9.5
62	8	8	0	0	3
67	8	8	0	0	3
75	7	6	-1	1	7

$T_{\text{емп}} = 7$

З таблиці 2.6 ми бачимо, що істотних змін не відбулося. Це говорить про те, що випробовувані як і раніше мають високу ступінь агресивності. Таким чином, узагальнюючи дані, ми можемо говорити про те, що відмінності в рівні вираженості агресивності на констатуючому і контрольному етапах дослідження, а також показники зсуву значень в експериментальній і контрольній групах не випадкові. Це може бути результатом проведення корекційної роботи в експериментальній групі.

В ході проведення діагностики агресії підлітків, нами було виявлено, що для значної кількості випробовуваних характерна наявність агресивної поведінки. Як корекційної роботи щодо нівелювання агресивної поведінки підлітків нами була реалізована корекційна програма. Цілю програми було зниження рівня агресивної поведінки підлітків.

Програма складалася з десяти занять, кожне з яких мало свою мету. Перше заняття спрямоване на те, щоб подолати психологічний бар'єр у спілкуванні, вступити в діалог з партнером. Друге заняття спрямоване на усвідомлення неконструктивності способів вираження агресії. Далі ми провели сім занять, присвячені корекції різних видів агресії. На останньому занятті були підведені підсумки. В основі програми лежали такі методи як дискусія, гра, бесіда, робота в групах, аналіз конкретних ситуацій.

Після проведення діагностики ми виявили, що більшість підлітків (63%) мають середній рівень агресивності, а 11% піддослідних мають низький рівень. Корекційна робота проводилася з підлітками, у яких в ході проходження діагностики були виявлені високий (17%) і вище середнього (9%) рівні. Якщо до проведення корекційної роботи для підлітків був

характерний високий рівень агресивної поведінки, то після – вище середнього і середній рівні агресивності.

Враховуючи всі обставини та фактори розвитку агресивної поведінки у підлітків, можна попередити або зменшити її. Це зменшить частоту асоціальної поведінки, яка дуже хвилює як батьків, так і самого підлітка.

1. Найефективніший спосіб уникнути зайвої агресії підлітка – проявити до нього більше інтересу, любові та відданості, чого він потребує. Важливо оточити цих дітей увагою та турботою, адже будь-яке випадкове зауваження, невічливе звернення чи відсутність поваги можуть призвести до небажаних наслідків.

2. Звичайно, важко виховувати мирні стосунки з підлітком, який є агресивним, причиною цього є бажання покарати його. У цьому випадку обговоріть свої почуття до підлітка, визнайте своє невдоволення ним і спробуйте усунути це відчуття, висловивши його зваженими, ніжними словами. Поясніть йому, що ви засмучені, але не через нього, а через те, що він зробив. Це важливо: ви можете обговорювати вчинок, але не можете обговорювати людину в цілому.

3. Не можна застосовувати фізичне покарання. Це тільки посилює агресивний характер. Ефективніше викликати у дитини необхідні переживання, звертаючись до її реальних почуттів. Це продемонструє дитині правильну поведінку в конфліктних ситуаціях, крім того, викличе у дитини почуття довіри до вас, почуття впевненості.

4. Допоможіть підлітку знайти товаришів. Це допоможе йому познайомитися з командою і, як можливий побічний ефект, запобіжить негативному впливу компанії на нього.

5. Допомогти підлітку розвинути позитивні сторони агресії – в тому числі ініціативу, активність, заповзятливість, а також запобігти розвитку її негативних властивостей – ворожості, замкнутості. Це допоможе підлітку усвідомити своє місце у світі.

6. Спробуйте прояснити віддалені наслідки його агресивної поведінки для нього самого та оточення. Можливо, агресивна поведінка підлітка є репрезентативною поведінкою, яку він навчився у своїй родині. Важливо пояснити дитині, що така поведінка не є типовою.

7. Враховуйте особистісні особливості підлітка, займаючись з ним і навчаючи його. Зрештою, підліток, який є агресивним, потребує особливого ставлення. Його система стресу помітно відрізняється від систем стресу інших студентів. Вони більш запальні, і вони більш ворожі. І щоб уникнути такої поведінки, необхідне своєрідне лікування підлітка.

8. Дайте підлітку можливість реалізувати вимоги самовираження та самоствердження. Відсутність цього зазвичай є причиною агресивної поведінки. Щоб вирішити цю проблему, покладіть на підлітка певну відповідальність, наприклад, зробіть його керівником класу або дайте йому можливість спланувати захід. Це сприятиме вірі дитини в зміну влади, відбілюватиме її, що можна бути кимось, не вдаючись до агресивної поведінки.

9. Намагайтеся спрямувати енергію підлітка за правильним призначенням, наприклад, на спортивні заняття, участь у культурних заходах.

10. Дуже важливо вести розмови з батьками дитини. Поясніть їм, що вони повинні спостерігати за своєю поведінкою в сім'ї. Найефективніший спосіб виховання дітей – сприяти послідовності їхніх дій. Крім того, вони повинні намагатися зменшити вплив підлітків на відео насильства. Це стосується і комп'ютерних ігор.

## ВИСНОВКИ

Мета нашої роботи полягала у вивченні психологічних характеристик підлітків, учасників булінгу в шкільному середовищі, а також розробці на їх основі практичних рекомендацій щодо запобігання ситуації булінгу в шкільному середовищі. Нами було встановлено ряд протиріч, в тому числі між стрімким поширенням ситуації булінгу в школах і недоліком систематизованих даних про це явище, що розкривають його сутність, структуру і психологічні особливості учасників, недоліком заходів спрямованих на нівелювання деструктивних форм взаємодії між суб'єктами освітнього процесу, що і визначило мету нашого дослідження.

Теоретичний аналіз проблеми булінгу в шкільному середовищі показав недостатню розробленість даної проблеми в нашій країні. Найбільший інтерес до цієї проблеми проявили зарубіжні автори, які сходяться на думці, що *булінг – це тривале фізичне і психологічне насильство, здійснюване людиною або групою у відношенні до людини, яка не здатна захистити себе в даній ситуації.*

В теоретичній частині дослідження нами розглянуті такі аспекти заявленої теми як проблема булінгу в зарубіжній і вітчизняній психології, психологічна характеристика і особливості прояву булінгу у підлітковому віці, методи і способи профілактики булінгу серед підлітків.

Дослідження літературних джерел показало, що проблема булінгу в підлітковому віці є актуальною і вимагає до себе достатньої уваги, оскільки в цей період формується моральна основа поведінки, ціннісні орієнтири, розвивається соціальна компетентність.

Аналіз результатів дослідження показав, що підліткам більшою мірою властиві такі особливості як імпульсивність, запальність, схильність використовувати лайки або висловлювати агресію опосередковано, обхідним шляхом, не безпосередньо; і в той же час настороженість, підозрілість, відособленість в поведінці.



За результатами діагностики, підлітки відзначають, що легко подразливість і їх часто охоплює почуття люті. Часто не можуть впоратися з бажанням завдати шкоди іншим людям, з метою захисту своїх інтересів. Вони відзначають, що досить часто відчують злість, ненависть, роздратування до кривдників. Підлітки в меншому ступені вважають, що все можна вирішити «мирним шляхом», без суперечок, конфліктів і роздратування.

Зв'язок між агресією та цькуванням є очікуваним і логічним. Цікавим є зв'язок між булінгом і тривогою. Тривожність можна пояснити, виходячи з ідеї агресивної захисної поведінки. При такій поведінці суб'єкти, яким загрожує особисто собі та умовам життя, переводять свою тривогу на іншу слабку і незахищену у вигляді нападу. Як показують результати, значна частина учнів (32,4%) відчуває високий рівень тривожності, що може свідчити про те, що вони можуть бути жертвами булінгу в школі. Шкільна тривога для окремих учнів також може бути викликана невдачами в навчанні та заздрістю більш успішних учнів, що може загрожувати статусу переважаючих, але слаборозвинених дітей. 26,4% респондентів мають високий рівень агресивності в поведінці. Це може бути ознакою знуцань з вашого боку (зловмисника) проти ваших однокласників. Принижуючи більш талановитих і неординарних учнів, зловмисники зменшують загрозу їхньому стану. Через нестерпний психологічний стан батьки часто переводять своїх хуліганів в інший клас або школу.

За методикою Томаса Кілмена ми встановили, що досліджувані обирають більш конструктивні варіанти вирішення конфліктів, тобто йдуть на *компроміс* (хлопці і дівчата - 52%); *суперництво* переважає у хлопців, бажання добитися результатів, мати рацію, перемогти, задовольнити свої бажання через шкоду іншій людині(28%); до *співробітництва* прагнуть як хлопці, так і дівчата(40 %) , учасники приходять до альтернативного вирішення конфлікту, з урахуванням точки зору суперника.

*Уникнення* переважає в 60% дівчат - ігнорування або не бажання бути суперником, програти, відсутність досягнення своєї цілі. Це може бути непередбачувана за своїми наслідків стратегія. Якщо відмова від мети не коштувала людині великої шкоди, поступливість ( *уникнення*) може позитивно позначитися на самооцінці і відносинах з партнером. В іншому випадку залишається почуття досади, образи і, отже, є підстави для емоційного конфлікту;

*Пристосування* переважає у дівчат 72% це найвищий результат, що означає, що дана позиція ефективна в ситуаціях, коли партнер володіє об'єктивно більшою силою і використовує її в конфліктній боротьбі.

Результати засвідчують про те, що значна кількість підлітків обирають для себе конструктивні види вирішення конфлікту – компроміс та співробітництво мають однакові показники як хлопці та дівчата, а результат *суперництво* переважає у хлопців. У сучасних підлітків розходження в поглядах, що призводять до конфліктів виникають переважно на побутовій сфері та у сфері їх соціальної активності. Конфлікти можуть виникати у міжособистісній взаємодії, тому вміння виходити зі складних конфліктних ситуацій дуже корисне.

Таким чином, булінг є особливим видом насильства, який в результаті призводить до розчарування, деморалізації, демотивації, невдоволення і відчуження, це агресивне переслідування одного з членів колективу з боку інших членів колективу або його частини. Булінг може здійснюватися і в фізичній, і в психологічній формі. Виявляється у всіх вікових і соціальних групах. Знущання, побої, образи поєднуються з системою освіти, що призводить до виникнення шкільного булінгу, де у дітей падає самооцінка, виникає низький статус в групі, з'являються проблеми в навчанні та поведінці. У таких дітей високий ризик виникнення і розвитку нервнопсихічних та поведінкових розладів. Шкільний булінг сприяє відчуженню та повній ізоляції, діти отримують психологічну травму, що призводить до тяжких наслідків, які іноді тривають все життя у потерпілого.

Отже, булінг – явище, яке може виникати в більш-менш організованій та стійкій групі дітей, зачіпає та зачіпає всіх її членів, що призводить до порушення навчально-виховного процесу в школі, має довгострокові наслідки для особистості. Тому є нагальна потреба визнати існування цієї проблеми та виявити негативні соціально-психологічні та педагогічні явища, такі як певні теоретичні знання, спеціальні вміння, знущання над студентами. Потрібне навчання з умінням запобігати та долати.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананьєв А.М. Візуальна психодіагностика емоційних проявів у учнів: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.97 / Південноукраїнський держ. педагогічний ун-т ім. К.Д.Ушинського. — О., 1996. — 23с.
2. Андреева А.М. Спілкування як взаємодія / Г.М.Андреева. — М., 2015. — 172 с.
3. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях : навчальний посібник / О. В. Безпалько. — К.: Центр навчальної літератури, 2014. — 134 с.
4. Богуславська А. Насильство у школі. URL: <http://www.umoloda.kiev.ua/number/904/171/32933/>.
5. Боришевський М. Й. Психологічні механізми розвитку особистості / М. Й. Боришевський // Педагогіка і психологія. — 2017. — №3. — С. 26 – 33.
6. Будіянський М. Ф. Особливості прояву агресивності в підлітків / М. Ф. Будіянський // Наука і освіта. — 2013. — № 3. — С. 36-39
7. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка. — К. : НПУ ім.М.П.Драгоманова, 2003. — 340с.
8. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітка. — Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017.
9. Варій М.Й. Загальна психологія: підруч. для студ. психол. і пед. спец. ВНЗ / Львівський держ. ун-т внутрішніх справ. — 2-ге вид., випр. і доп. — К. : Центр учбової літератури, 2007. — 967с.
10. Вітвицька С. Культура вчителя / С.Вітвицька // Педагогіка і психологія. — 2014. — №2.— С.112-118
11. Вплив акцентуацій характеру особистості на агресивність у підлітковому віці: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / О.З. Запихляк; Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Б.Хмельницького. — Хмельниц., 2006. — 20 с.
12. Глибиннопсихологічні витоки агресивності особистості (на матеріалах активного соціально-психологічного навчання): Автореф. дис... канд.

- психол. наук: 19.00.07 / А.Е. Мелоян; Ін-т психології ім. Г.С.Костюка АПН України. — К., 2004. — 20 с.
13. Гокіна Л. Агресивна поведінка дітей — це крик про допомогу / Л.Гокіна // Психологічна газета. — 2017. — №13. — Одеса. — С.3
  14. Дроздов О. В. Феномен третирування в школі: шляхи вирішення проблеми / О. В. Дроздов // Соціальна психологія. — 2007. — № 6. — С. 124 – 132.
  15. Дроздов О.Ю., Скок М.А. Проблеми агресивної поведінки особистості. — Чернігів: ЧДПУ ім. Т.Шевченка, 2000. — 156 с.
  16. Єфремова Г. Л. Шкільний булінг: специфіка та особливості прояву/ Г.Л. Єфремова//»Педагогічна майстерня». — 2017. — №8. — С.14–19.
  17. Жизномірська О.Я. Психологічні особливості самоствердження молодших та старших підлітків: дис. ... кандидата психол.наук: 19.00. 07. — Київ : 2015.
  18. Індивідуально-психологічні особливості агресивності особистості: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / І.С. Мазоха; Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К.Д.Ушинського. — О., 2008. — 20 с.
  19. Качанова Ю. В. Агресивність : аналіз теоретичних підходів / Ю. В. Качанова // Наукові праці [Чорноморського державного університету імені Петра Могили]. Сер. : Соціологія. — 2016. — Т. 156, Вип. 144. — С. 29–32.
  20. Коломієць О. Г. Філософська парадигма упередження агресивності в сучасному суспільстві. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософських наук / О. Г. Коломієць. — К., 2015. — 396 с.
  21. Кордунова Н. О. Загальний підхід і завдання вивчення дітей з афективними формами поведінки / Н. О. Кордунова, А. С. Денисюк // Психолого-педагогічне та медичне забезпечення соціалізації дітей вразливих категорій: Матеріали доповідей III Міжнародної науково-практичної конференції із циклу «Сучасні підходи інтеграції та соціалізації дітей з особливими потребами», 17 січня 2008 року, м. Луцьк. — Луцьк, 2015. — С. 21 – 26

22. Лейн Д.А. Шкільна травля (булінг). URL: <http://www.zipsites.ru/psy/psyib/info.php?=414>.
23. Лисянська Т.М. Вікова і педагогічна психологія: інформаційне забезпечення змісту практичних занять, індивідуальної, самотійної роботи, модульного контролю знань студентів (спеціалізація «Психологія») / Національний педагогічний ун-т ім. М.П. Драгоманова. — К. : Інститут сучасного підручника, 2007. — 128 с.
24. Лушпай Л.І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. Наукові записки Нац. ун-ту «Острозька академія». Серія : Філологічна. 2013. Вип. 33. С. 85. URL: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nznuoaf\\_2013\\_33\\_28.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nznuoaf_2013_33_28.pdf).
25. Мізерна О. О. Психологічні особливості прояву агресії у дітей підліткового віку. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія / О. О. Мізерна. – Київ, 2015. – 24 с.
26. Наточій А.М. Підлітки: практико-орієнтований посібник / Миколаївський держ. ун-т ім. В.О. Сухомлинського. — Миколаїв : Іліон, 2007. — 276 с.
27. Підліток: як йому допомогти / Т. Гончаренко (упоряд.). — К. : Редакції загальнопедагогічних газет, 2004. — 120 с.
28. Пов'якель Н.І., Ложкін Л.Г. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: навчальний посібник. – Київ : ВД «Професіонал», 2017.
29. Поліщук В.М. Вікова і педагогічна психологія: навч. посіб. для студ. ВНЗ / Глухівський держ. педагогічний ун-т. — Суми : Університетська книга, 2007. — 330 с.
30. Психологічні засоби корекції міжособистісних стосунків у підлітків з агресивною поведінкою: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / В.Р. Павелків; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. — К., 2006. — 20 с.
31. Реан А.А. Агресія й агресивність особистості // Психологічний журнал, 2014, N 5 – с.3 – 16.

32. Савчин М.В. Психологія відповідальної поведінки. – Київ : Академвидав, 2015.
33. Система захисту дітей від жорстокого поводження : навчально-методичний посібник / Л. Волинець, Т. Дорошок, М. Євсюкова та ін. ; ред. : К. Левченко, І. Трубавіна ; Держ. соц. служба для сім'ї, дітей та молоді. Міжнар. жіночий правозахисн. центр «Ла Страда Україна». Київ : Держсоцслужба, 2005. 395 с.
34. Словник іншомовних слів / за ред. О.С. Мельничука. Київ : Головна редакція «Українська радянська енциклопедія» (УРЕ), 1974. 776 с.
35. Хамська Н.Б. Підліток на шляху до моральності: Навч.-метод. посібник. — Вінниця : Універсум-Вінниця, 1998. — 136с.
36. Цибра Н.Ф. Самоутверждение личности (социально-философский анализ). – Київ : Вища школа, 2017.
37. Чепи Л.А. Українська психологічна термінологія : словник-довідник. Київ : ДП «Інформ.-аналіт. агентство», 2010.
38. Шкарлатюк К. І. Агресія та здатність до прогнозування в підлітковому віці / К. І. Шкарлатюк // Психологічні перспективи. – Вип. 17. – Волинський національний університет імені Лесі Українки. – Луцьк. – 2016. – С. 273 – 280.
39. C.M.J. Measuring bullying with the life in School checklist. *Patoral Care in Education*. 1994. № 12. P. 11–15.
40. Besag V.E. *Bullies and Victims in Schools*. Milton Keynes : Open University Press. 1989. 232 p.
41. Björkqvist K., Ekman K., Lagerspetz K. Bullies and their victims: Their ego picture, ideal ego picture and normal ego picture. *Scandinavian Journal of Psychology*. 1982. № 23. P. 307–313.
42. Dollard J. (et al.). *Frustration and Aggression*. New Haven; L, 2015.
43. Ferguson C. J. (Ed.). (2017). *Violent crime: Clinical and social implications*. Thousand Oaks, CA: Sage.

44. Main definitions of bully in English. URL: <https://www.lexico.com/en/definition/bully>.
45. McDougall W. Psychology: Study of Behavior. 2014, 2 ed., L., 1952.
46. Meaning of “bully» in the Cambridge Dictionary. URL: <https://dictionary.cambridge.org/ru/bully>.
47. Quiroz H. Bullying in Schools. Fighting the Bully Battle. Bullying Fact Sheet Series. National School Safety Center, 2006. URL: <http://teachingconditions.org/archives/566>.
48. Quiroz H. Bullying in Schools. Fighting the Bully Battle. Discussion Activities for School Communities. National School Safety Center, 2006. URL: [https://www.academia.edu/9988486/Bullying\\_In\\_Schools\\_Fighting\\_the\\_Bully\\_Battle\\_Discussion\\_Activities\\_for\\_School\\_Communities\\_National\\_School\\_Safety\\_Center](https://www.academia.edu/9988486/Bullying_In_Schools_Fighting_the_Bully_Battle_Discussion_Activities_for_School_Communities_National_School_Safety_Center).
49. Randall P. Bullying in Adulthood: Assessing the Bullies and Their Victims. Florence, KY, USA: Brunner-Routledge, 2001. URL: <http://site.ebrary.com/lib/bckharkiv/Doc?id=10053591>.
50. Sholl bulling. URL: [https://en.wikipedia.org/wiki/School\\_bullying](https://en.wikipedia.org/wiki/School_bullying).



## ДОДАТКИ

## Додаток А

**Таблиця зведених результатів агресивної поведінки підлітків за двома методиками**

№ п/п	Опитувальник Басса-Дарки		«Неіснуюча тварина»	Загальний рівень
	Індекс ворожості	Індекс агресивності		
1	10	13	5	Середній
2	9	15	5	Середній
3	11	27	6	Вище середнього
4	9	15	2	Низький
5	11	27	5	Вище середнього
6	9	17	6	Середній
7	10	18	4	Середній
8	7	15	5	Середній
9	8	18	3	Середній
10	9	18	5	Середній
11	8	16	4	Середній
12	14	26	7	Високий
13	10	18	4	Середній
14	10	14	2	Низький
15	14	23	5	Середній
16	13	29	6	Вище середнього
17	11	22	4	Середній
18	12	24	4	Середній
19	9	27	7	Високий
20	10	18	5	Середній
21	8	16	4	Середній
22	13	26	7	Високий
23	9	17	4	Середній
24	10	18	2	Середній
25	7	20	1	Середній
26	9	21	6	Середній

27	10	18	6	Середній
28	14	28	5	Вище середнього
29	10	13	1	Низький
30	9	26	9	Високий
31	7	20	3	Середній
32	10	18	5	Середній
33	12	28	8	Високий
34	10	18	4	Середній
35	7	15	6	Середній
36	8	18	3	Середній
37	9	27	8	Високий
38	9	16	1	Низький
39	10	28	5	Середній
40	11	22	5	Середній
41	13	25	5	Середній
42	16	25	8	Високий
43	14	23	6	Середній
44	6	15	1	Низький
45	7	20	3	Середній
46	9	21	2	Середній
47	10	18	5	Середній
48	12	22	5	Середній
49	14	24	6	Середній
50	11	27	5	Вище середнього
51	16	20	5	Середній
52	12	23	6	Середній
53	16	27	5	Вище середнього
54	13	23	4	Середній
55	11	20	3	Середній
56	8	28	9	Високий
57	12	23	4	Середній
58	15	25	6	Середній
59	10	27	7	Високий
60	12	22	5	Середній

61	5	17	3	Низький
62	15	25	8	Високий
63	10	13	5	Середній
64	15	26	6	Вище середнього
65	6	18	2	Низький
66	15	23	6	Середній
67	8	28	8	Високий
68	14	23	5	Середній
69	11	22	4	Середній
70	12	24	4	Середній
71	11	24	7	Високий
72	8	16	1	Низький
73	11	22	5	Середній
74	14	25	4	Середній
75	10	26	7	Високий
76	9	28	5	Середній

## Вправи, які використовуються в програмі щодо нівелювання корекції агресивної поведінки підлітків

### Заняття 1

**Вправа «Познайомимось»** Група розбивається на пари. Кожен учасник розповідає своєму сусідові про себе, слухач повинен не перебиваючи оповідача стежити за його розповіддю (5 хвилин кожен). Група збирається разом. Кожен учасник коротко переповідає те, що йому повідав про себе напарник, не пропустивши жодної деталі.

**«Імена прикметники»** Кожен учасник вибирає собі ім'я прикметник, що характеризує його позитивно (3 імені прикметника). Прикметник має починатися з тієї ж букви, що і ім'я учасника. Наприклад: мужня, мила, м'яка Марія.

**«Позитивне уявлення»** Розділитися на пари. Протягом 5 хвилин кожен учасник має можливість розповісти своєму партнеру подія позитивне, яке з ним сталося. Через п'ять хвилин пари міняються. Обмінюємося інформацією про учасників групи.

**Вправа «Які якості мене приваблюють в друзях»** Кожен учасник називає якості, які залучають його в друзях, виявляються групові переваги (3 якості)

### Заняття 2

**«Я такий ...»** Кожен учасник розповідає про себе те, що, він вважає, буде цікаво для інших. Розповідь повинна бути коротким, чітким.

**«Злива»** Ведучий перебувати в колі, він робить певний рух, і все повторюють по колу цей поступ, так як він повертається до кожного особую, і гравець починає виконувати дане рух. 1 коло – потирання долонь 2 коло – клацання пальцями 3 коло – поплескування по стегнах.

**«Незручна ситуація»** Група ділиться на трійки, і розповідають, програють незручну ситуацію, яка з ним сталася (10 хвилин), знаходять

рішення даної проблеми. Об'єднання групи: перегляд сценок, вислуховування варіантів розв'язання проблеми, знаходження групової думки (адекватного виходу з даної проблеми).

**«Концентричні кола»** Учасники діляться на пари і сідають в коло: половина сідає обличчям до центру, друга половина – перед кожним учасником обличчям до нього. Кожен учасник отримує 10 хвилин, щоб говорити на задану тему – згадай ситуацію в якій ти поведився агресивно і спробуйте відповісти на питання: що ти відчував? Чи був ти задоволений результатом? Що б тобі допомогло бути неагресивним? Після цього учасники об'єднуються і діляться своїми думками.

### Заняття 3

**Вправа «Враження»** Учасники розбиваються на пари, сідають один навпроти одного. Один з учасників розповідає іншому, яке гарне враження той на його справив. Говорити варто тепло і щиро. Через 5 хвилин пари міняються.

**Вправа «Освідчення в коханні»** Учасники отримують листочки паперу і купку і вибирають негласно в групі людини, який по найрізноманітніших ознаках і якостям їм імпонує. На листочку слід вказати 5 найбільш яскравих якостей. Потім ведучий збирає листочки і зачитує, а учасники намагаються відгадати людини з такими якостями.

**Вправа «Тік – так»** Учасники передають один одному звукову передачу: тик – на право, так – наліво по колу. Бум означає зміну напрямку передачі звуку. Будь-який учасник групи має право помінати на правління.

**Вправа «Паперовий бум»** Команда ділити на дві частини, на підлозі прочеркуються 2 лінії. Одна команда виявляється на лівій частині, інша на правій частині. Учасникам передаються аркуші паперу порівну і мнуть в м'ячик. Завдання кожної з команд все ті м'ячки, які опинилися на її території, перекинути на територію іншої команди.

### Заняття 4

**Вправа «Конфліктні пари»** На прохання ведучого учасники пропонують різні конфліктні ситуації, які записують на дошці (7 ситуацій).

Проводиться голосування і обговорення, хто частіше зустрічається з проблемою. Одну з актуальних ситуацій необхідно розіграти за допомогою рольової гри (беруть участь всі, група сама ділиться на ролі, тренер лише допомагає) Після розігрування групі спільно потрібно знайти вихід з конфліктної ситуації, і так само програти вихід із ситуації. Неодмінною умовою є участь всіх членів тренінгу.

**Вправа «Монолог»** Учасникам необхідно вступити в конфліктний діалог. Перший кидає фразу своєму супернику, він відповідає йому фразою. Вони обмінюються фразами з умова, що подальша фраза на тон вище. Дія відбувається в колі. Іншим учасникам необхідно стежити за переговорами, і говорять про те, що вони помітили.

**Вправа «Поміняємось місцями»** Гра проводитиметься в колі. Один стілець забирається. Ведучий, що знаходиться в центрі кола, вимовляє: «Поміняються місцями ті, хто ...» Учасникам треба швидко встати і помінятися місцями. Той, хто не встиг, займає місце ведучого.

### Заняття 5

**Вправа «Різні відповіді»** Кожному члену групи пропонується продемонструвати ситуації: впевнений, не впевнений, агресивний. Задаються наступні питання учасникам: 1. Друг продовжує займати вас розмовою, ви хочете піти. Що ви зробите? У парах необхідно розіграти ці ситуації (3 ситуації: впевненого, невпевненого, агресивної поведінки). Група об'єднується, перегляд сценки, знаходження спільного рішення з проблеми (необхідно вести записи на дошці).

**Вправа «Досчитаєм до 30 ...»** Всі учасники закривають очі, і біс домовленості починають рахувати від 1 до 30. Чим більше група дорахувала, тим згуртовані колектив.

**Вправа «Наші емоції»** Вам будуть роздані картки з назвами почуттів. Ознайомтеся з ними, але не показуйте їх оточуючим. Кожному з вас необхідно буде піднятися на стілець і зобразити пам'ятник тому почуттю, яке написано у вас на картці. Завдання групи – відгадати пам'ятник якомусь почуттю вони

бачать. Пам'ятник руйнується тільки по команді тренера. Після завершення група розсідається в коло. Поясніть, як ви розумієте слова, зазначені у вас на картці. Спробуйте описати ці якості, в яких життєвих ситуаціях вони можуть виникати. Коли у вас виникали ці почуття? Розкажіть про це.

**Вправа «розрядити»** Сядьте по зручніше, розслабтеся, глибоко вдихніть 3-4 рази і закрийте очі. Уявіть, що ви потрапили на невелику виставку. На ній виставлені фотографії людей, на яких ви розгнівані, злі. Походіть по цій виставці, постарайтеся розглянути ці портрети, виберете будь-який з них і зупиніться у нього. Постарайтеся пригадати якусь конфліктну ситуацію, пов'язану з цією людиною. Постарайтеся думкою побачити самого себе в цій ситуації. Уявіть, що висловлюєте свої почуття людині, на якого розгнівані, не стримуйте свої почуття. Якщо ви закінчили вправу, дайте знак – кивніть головою. 3-4 рази вдихніть і відкрийте очі.

### Заняття 6

**Вправа «Точка зору»** Члени групи стоять. Стільці розставляють уздовж протилежних стін. Тренер зачитує інструкцію. Зараз вам буде зачитано думку людей щодо різних проблем. Ті, хто згоден з цією думкою, сядьте на стільці праворуч, ті, хто не згоден – зліва. Думки:

1. Всі недобрі вчинки не залишаються безкарними.
2. Людям, які брешуть, важко дивитися в очі інших.
3. Будь-якого злочинця можна звільнити завдяки вправною захисту адвоката.
4. Кожна людина повинна слідувати почуттю боргу і відповідальності.
5. Дотримання законів є обов'язковим.
6. Якщо правило не подобається, то його можна порушити.
7. Батькам можна пробачити все.
8. Люди повинні поважати права одне.
9. який обдурих обов'язково буде мучити совість. Потім ведучий звертається до однієї групи і просить обґрунтувати їх вибір, і так само до іншої групи.

**Вправа «Майбутнє»** Один з учасників групи всідається на стілець. Решта членів групи розсідаються півколом. Подивіться на людину на стільці. Постарайтеся, спираючись на свої асоціації, описати і висловити свої пропозиції щодо його майбутнього. Через п'ять років, як він зміниться, що з ним буде, де він буде працювати, чи буде у нього сім'я, у що він буде одягнений. Ведучий задає питання сидячому на стільці: «Яким ви бачите своє майбутнє? Чого ви побоюєтесь в майбутньому?» Після того, як кожен з членів групи посидів на стільці, проводиться групове обговорення.

**Вправа «Господар я своєї долі?»** Лунають листи, на яких хлопці відповідають на питання: «Хто я?». Далі слід обговорення кожного учасника. Задаються питання: «Що таке відповідальність? Що таке впевнена у собі людина?».

### Заняття 7

**Вправа «Драбинка»** Учасникам необхідно вступити в конфліктний діалог. 1 – кидає виклик своєму співрозмовнику, 2 – відповідає на його фразу (фрази повинні бити якомога більш адекватні) і т.д. Той хто з пари не впорався, вибуває, в гру вступає наступний учасник. Решта учасників глядачі і вони дають зворотний зв'язок гравцям. «Молекули» Всі учасники розходяться по залу, обіймаються, вітаються, так як хочуть. Як тільки ведучий говорить: «подвійні молекули» – все повинні зібратися по двоє, «потрійні молекули» – все повинні об'єднатися в трійки і т.д. Той хто не знайшов собі напарника ставати провідним.

**Вправа «Вихід з контакту»** Розділитися по дві людини. Грають двоє повинні поговорити на певну тему, враховуючи, що бесіда повинна відповідати бесіді малознайомих людей. Через 2-3 хвилини один повинен делікатно пояснити співрозмовнику, що змушений залишати його. Переможцем буде вважатися той, хто зумів підтримати розмову, і той, хто знайшов вдалий вихід з контакту.

**Вправа «Контакт»** Учасникам групи треба розділитися на пари. У кожній парі обидва партнери по черзі повинні завершити фразу: «Здрастуйте,



мені дуже подобатися ...». На цей діалог відводиться 15-20 хвилин. Потім проводиться обговорення змісту діалогу.

### **Заняття 8**

**Вправа «Так»** Хлопці, діляться на пари один з учасників говорить фразу, що виражає його стан, настрою або відчуття. Після чого другий повинен задавати йому питання, щоб уточнити і з'ясувати деталі. Наприклад, «Дивно, але я помітила за собою, що коли перебуваю в такому стані, то колір мого одягу приблизно однаковий». Вправа вважається виконаним, якщо у відповідь на розпитування учасник отримує три позитивні відповіді – «так».

**Вправа «Передача по колу»** Всі сідають в коло. Один з учасників групи починає дію з уявним предметом так, щоб його можна було продовжити. Сусід повторює дію і продовжує його. Таким чином предмет обходить коло і повертається до першого гравця. Той називає переданий їм предмет і кожен з учасників називає, в свою чергу, що передавав саме він. Після обговорення вправа повторюється ще раз.

**Вправа «Суперечка при свідку»** Навчають розбиваються на трійки. Один з членів трійки бере на себе роль спостерігача-контролера. Його завдання – стежити за тим, щоб учасники суперечки здійснювали підтримку висловлювань партнерів, не пропускали другого такту («З'ясування») і при парафраз використовували «інші слова», тобто він виконує ті ж функції, що веде в попередній вправі. Два інших члена трійки, попередньо вирішивши, яку з альтернативних позицій вони займають, вступають в суперечку, на обрану ними тему, дотримуючись трикратної схеми ведення діалогу. По ходу вправи учасники міняються ролями, тобто роль спостерігача-контролера по черзі виконують всі члени трійки.

### **Заняття 9**

**Вправа «Карусель»** У вправі здійснюється серія зустрічей, причому кожного разу з новою людиною. Завдання: легко увійти в контакт, підтримати розмову і попрощатися. Члени групи встають за принципом «каруселі»,

обличчям один до одного і утворюють два кола: внутрішній нерухомий і зовнішній рухливий

Приклади ситуацій:

- Перед вами людина, яку ви добре знаєте, але досить довго не бачили. Ви раді цій зустрічі ...
- Перед вами незнайомий чоловік. Зустрітися з ним ...
- Перед вами маленька дитина, він чогось злякався. Підійдіть до нього і заспокойте його.
- Після тривалої розлуки ви зустрічаєте коханого (кохану), ви дуже раді зустрічі ... Час на встановлення контакту і проведення бесіди 3-4 хвилини. Потім ведучий дає сигнал і учасники тренінгу зсуваються до наступного учасника.

**Вправа «Дискусія»** Група розбивається на «трійки». У кожній трійці розподіляються обов'язки. Один з учасників грає роль «глухого-і-німого»: він нічого не чує, не може говорити, але в його розпорядженні – зір, жести, пантоміма; другий учасник грає роль «глухого та паралітика»: він може говорити і бачити; третій «сліпий-і-німий»: він здатний тільки чути і показувати. Всій трійці пропонується завдання, наприклад, домовитися про місце, час і мету зустрічі.

**Вправа Диспут «Дискусія»** Вправа проводиться в формі диспуту. Учасники діляться на дві приблизно рівні за чисельністю команди. За допомогою жереба вирішується, яка з команд буде займати одну з альтернативних позицій по будь – якого питання, наприклад: прихильники і противники «куріння», «алкоголізму» і т.д. Аргументи на користь тієї чи іншої точки зору члени команд висловлюють по черзі, а також від команд потрібно намалювати плакат на свою тему. Обов'язковою вимогою для граючих є підтримка висловлювань суперників і з'ясування суті аргументації. У процесі слухання той з членів команди, чия черга висловлюватися наступним, повинен реагувати угу – поддакиванням і відлуння, ставити уточнюючі питання, якщо зміст аргументації не до кінця ясно або ж зробити парафраз, якщо склалося

враження повної ясності. Аргументи на користь позиції своєї команди дозволяється висловлювати лише після того, як виступаючий тим або іншим способом просигналізує, що його зрозуміли правильно (кивок головою, «так, саме це я і мав на увазі»). Ведучий стежить за черговістю виступів, за тим, щоб слухає здійснював підтримку висловлювання, не пропускаючи тактів, парафраз, використовуючи при цьому реакції відповідного такту. Можна давати роз'яснення типу, «Так, Ви мене зрозуміли правильно» найлегше, просто повторивши слова співрозмовника, а переконатися в правильності розуміння можна парафразуючи його висловлювання. Застерегти учасників від спроб продовжувати і розвивати думки співрозмовника, приписуючи йому не його слова. На закінчення вправи ведучий коментує хід слідства, звертаючи увагу на випадки, коли за допомогою парафразу вдалося домогтися уточнення позицій учасників «диспуту»

### **Заняття 10**

**Вправа «Остання зустріч»** Уявіть собі, що заняття вже закінчилися, і ви розлучаєтеся. Але чи всі ви встигли сказати один одному? Може бути, ви забули поділитися з групою своїми переживаннями? Або є людина, думка якого про себе ви хотіли б дізнатися? Або ви хочете подякувати когось-небудь? Зробіть це «тут і зараз».

**Вправа «Що я нового дізнався»** Підлітки ділитися по колу зі своїми новими знаннями, психолог задає йому уточнюючі питання. «Мій найкращий день» Учасники по колу говорять про той день, коли їм сподобалося найбільше, а решта учасників слухають і допомагають згадати цей день.

**Вправа «Давайте попросимося»** Хлопці встають і прощаються, так як вони хочуть, кажуть добрі слова і побажання один одному. Можна обійняти один одного, подякувати один одного.