

МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ З ПЕДАГОГІЧНИМ КОЛЕКТИВОМ ЯК ПРОФІЛАКТИКА ПІДЛІТКОВОГО БУЛІНГУ

METHODS OF PSYCHOLOGICAL WORK WITH TEACHING TEAM AS PREVENTION OF ADOLESCENT BULLYING

У статті визначено та обґрунтовано актуальність проблеми цькування в освітньому середовищі навчального закладу, що спричинене поширеністю даного явища і його небезпекою для фізичного і психічного здоров'я людей. Булінг є однією з форм деструктивної конфліктної взаємодії, що відрізняється гостротою і тривалістю наслідків, які виявляються у всіх його учасників. Шкільний булінг негативно впливає на розвиток та формування особистості підлітка. У статті відображені дані вітчизняних і зарубіжних досліджень, які вказують на високий ступінь поширення цього явища в середовищі школярів підліткового віку. Автором визначено, що учасниками булінгу можуть бути не лише жертва та нападник, а й інші учасники навчально-виховного процесу, які можуть виконувати роль спостерігача або захисника. Також у статті описано типи, різновиди та фази булінг-поведінки, визначено низку факторів та причин, які впливають на її формування. Зокрема, це індивідуально-психологічні, поведінкові, соціальні, особистісні, внутрішньо-сімейні конфлікти. Автором сформульовано мету, завдання та рівні профілактики булінгу у шкільному середовищі. Визначено, що основною проблемою реалізації профілактичних заходів є відсутність комплексних профілактичних програм протистояння цькуванню на різних рівнях шкільного життя. Проте автор статті відводить значуще місце та роль педагогові у здійсненні первинної профілактики даного явища. Підкреслено, що саме класний керівник є важливим компонентом реалізації профілактичних форм та методів. Він повинен володіти необхідними знаннями, уміннями та навичками сприйняття, інтерпретації внутрішнього емоційного стану дитини. Також автор акцентує увагу на взаємозв'язку профілактики булінгу та емоційної грамотності класних керівників, яка визначається рівнем їхнього емоційного інтелекту.

Ключові слова: булінг, підлітки, профілактика, емоційний інтелект, педагогічний колектив.

The article identifies and substantiates the urgency of the harassment problem in the educational institution environment, which is caused by the prevalence of this phenomenon and its danger to physical and mental health. Bullying is a form of destructive conflict interaction, which differs in the severity and duration of the consequences that are manifested in all its participants. School bullying negatively affects the development and formation of the adolescent's personality. The article reflects the data of domestic and foreign studies, which indicate a high prevalence of this phenomenon among adolescents. The author determined that participants in bullying can be not only the victim and the attacker, but also other participants in the educational process, who can act as an observer or defender. The article also describes types and phases of bullying behavior, as well as identifies several factors and causes that affect its formation, including individual psychological, behavioral, social, personal, intra-family conflicts. The author formulates the purpose, objectives, and levels of bullying prevention in the school environment. It is determined that the main problem of implementation of preventive measures is the lack of comprehensive preventive programs to combat bullying at different levels of school life. However, the author of the article assigns a significant place and role to the teacher in the implementation of primary prevention of this phenomenon. It is emphasized that the class teacher is an important component of the implementation of preventive forms and methods; he/she must have necessary knowledge, skills and abilities of perception, interpretation of the inner emotional state of the child. The author also emphasizes the relationship between the success of bullying prevention and emotional literacy of class teachers, which is determined by the level of his emotional intelligence.

Key words: bullying, adolescents, prevention, emotional intelligence, teaching staff.

УДК 159.9:37
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.20>

Колеснікова А.Е.
аспірантка II курсу
Київський інститут сучасної психології
та психотерапії

Сьогодні одним з найбільш актуальних завдань, які стоять перед українською системою освіти, є створення та підтримка безпечного освітнього середовища. Почуття захищеності безпосередньо впливає не тільки на загальний емоційний стан учнів, але також є запорукою успішного розвитку. На жаль, статистика свідчить, що майже в кожному навчальному закладі періодично відбуваються ситуації, пов'язані з тим, що одні діти цілеспрямовано переслідують і ображають інших. Ідеться не про конфлікти між дітьми, в яких іноді виграє один, а іноді – інший. Ми говоримо про систематично повторювані ситуації, в яких один займає позицію переслідувача, а інший – жертви. У науковій літературі це явище дістало назву «булінг» (у перекладі з англ. мови “bully” – «хуліган, гру-

біян, задирака, насильник») – цькування, дискримінація. Нині проблемі дослідження і профілактики булінгу приділяється велика увага. Згідно з оцінками ООН в глобальних масштабах щорічно кожна друга дитина у віці 2–17 років стикається з насильством в тій чи іншій формі. У всьому світі близько 300 мільйонів дітей у віці 2–4 років регулярно піддаються жорстоким дисциплінарним заходам з боку дорослих, третина учнів у віці 11–15 років переживає знущання з боку своїх однолітків, кожна третя дитина відчуває емоційне насильство (Доповідь ООН про стан справ у світі в галузі профілактики насильства щодо дітей, 2020 р.). Згідно із даними ВООЗ Україна входить до десятки країн Європи за рівнем розповсюдження булінгу серед школярів 11–14 років.

Перші публікації, присвячені проблемі шкільного цькування, були зафіксовані ще у 1905 році. Їх автором був К. Дьюкс. Саме його наукові дослідження стали підґрунтям для низки праць європейських дослідників.

Аналізуючи причини та фактори булінгу, не можна оминати увагою питання освітнього середовища навчального закладу. Як визначає Д. Жарова, на це впливає низка причин. По-перше, це неоднозначна позиція педагогів щодо булінгу. Вчителі більш схильні шукати джерела цькування в психологічних особливостях підлітків, ніж пов'язувати їх з власною поведінкою і з атмосферою в школі. Крім того, іноді вчителям вигідно підтримувати булінг в підліткових класах, використовуючи його як інструмент підтримки дисципліни.

По-друге, вчителі часто не усвідомлюють ні справжніх причин, ні масштабів булінгу. Вони розглядають під цькуванням суто фізичні прояви агресії, недооцінюючи такі форми насильства, як наклеп, поширення чуток, примус, псування майна. Часто школа займає позицію ігнорування, що в підсумку призводить лише до закріплення агресивної поведінки кривдників.

По-третє, формальні відносини з учителем в підлітковому віці виступають фактором булінгу. Іншими словами, вчителі створюють такі норми й умови соціалізації, формують таку соціальну ситуацію розвитку, яка сприяє проявам булінгу серед учнів [4]. Наукові дослідження засвідчують, що переважання у педагогічних колективах вчителів з високим ступенем контролю над навчальним процесом і при цьому з доброзичливим ставленням до учнів корелює зі зменшенням числа жертв, кривдників і свідків булінгу.

Безперечно, поведінка вчителів, їхні педагогічні методи впливу на підлітків можуть виступати одним із факторів, що спричиняють булінг. Водночас не можна оминати увагою той факт, що саме педагог, зокрема класний керівник, виступає важливим компонентом профілактики булінгу у середовищі навчального закладу. Він керує усіма процесами (як навчальними, так і виховними), які відбуваються в учнівському колективі, саме на його плечі лягає значне емоційне навантаження. Класний керівник виступає уже не лише як джерело передачі інформації, а й як особа, яка допомагає дітям зрозуміти та прийняти власний емоційний стан, навіть якщо він пов'язаний із негативними емоціями (агресія, цькування тощо). Для цього педагогові потрібно бути емоційно грамотним, уміти об'єктивно оцінити ситуацію, володіти навичками вирішення конфліктних ситуацій у підлітковому середовищі.

Реалії сучасного шкільного життя засвідчують, що психолог, який працює на базі загаль-

ноосвітньої школи, не завжди може вчасно зреагувати на прояви цькування у середовищі навчального закладу. У цій ситуації саме класні керівники – це ті особи, які одні із перших повинні розпізнати булінг, вчасно втрутитися та надати допомогу як жертві, так і агресорові. Ми вважаємо, що лише злагоджена робота класного керівника, шкільного психолога і батьків зможе викоренити дане негативне явище і створити сприятливу психологічну атмосферу в класі. Виявити факт цькування може вчитель, оскільки він часто бачить дітей і може проводити з учнями різні позакласні заходи. На жаль, все частіше ми стикаємося з тим, що у педагогічних працівників відсутні необхідні знання, уміння та навички профілактики підліткового булінгу. Також вони володіють низьким рівнем емоційної грамотності. Це зумовлює пошук нових та ефективних методів навчання педагогів протидіяти шкільному цькуванню, одним із яких є гештальт-терапія як фундамент та база для педагогічної опори в роботі із дітьми.

Сучасні науковці, зокрема С.Ю. Тарасова, А.К. Осницький, С.Н. Еніколопов, у своїх працях розглядають булінг як одну з форм агресії. На думку дослідників, демонстрація агресії сприяє формуванню страху у потенційних жертв булінгу, тим самим зміцнюючи позицію агресора. Також було відзначено, що існує велика ймовірність перетворення жертв цькування на майбутніх агресорів. У них можуть відзначатися ознаки емоційної і поведінкової нестійкості, а також підвищені показники рівня тривожності і агресії [13].

За словами С.В. Кривцової, булінг – це повторювані протягом тривалого часу агресивні дії одних дітей щодо інших [7, с. 18].

Український науковець Н.В. Тілікіна визначає: «Булінг (цькування) – це агресивна свідомо або несвідомо поведінка однієї дитини, групи дітей, молоді або будь-якого з дорослих по відношенню до іншої дитини або дітей, що виражається у фізичному та /або психологічному жорстокому ставленні та поведінці» [12, с. 6].

Феномен булінгу активно вивчається у сучасній психологічній науці, проте основоположні концепції його розуміння були закладені ще у 1970 роках ХХ ст. у публікаціях таких науковців, як Д. Олвеус, А. Пікас та П. Хайнеманн. Завдяки роботам Д. Олвеуса, Е. Роланда і інших учених у 1978 році поняття «булінг» було введене в науковий обіг. Значний теоретичний внесок зробили також і британські науковці В. Бесаг і Д. Лейн. Російські фахівці звернулися до проблеми цькування майже на десятиліття пізніше від своїх зарубіжних колег (В.Р. Петросянц, М.Г. Нечаєва, І.С. Бердишев, В.І. Вишневіч, І.С. Кон, С.Ю. Тарасова, А.К. Осницький, С. Н. Еніколопов, С.В. Кривцова та ін.).

Українські учені почали вивчати проблему булінгу лише з 2005 року.

Питання попередження булінгу серед школярів лежить в основі профілактичних програм, розроблених зарубіжними вченими – Д. Олвеусом, П. Смітом, К. Купером, К. Рігбі й іншими. У вітчизняній науці інтерес до даної проблеми представлений у наукових працях В.С. Собкіна, Д.Н. Соловйова, О.А. Селіванової, М.Г. Нечаєвої, А.А. Бочавер та інших.

Таким чином, здійснюючи аналіз сучасних наукових фахових видань щодо проблеми шкільного булінгу та особливостей його профілактики, ми визначили ключову позицію класного керівника у даному процесі, а також необхідність формування у вчителів навичок використання елементів гештальт-терапії як ефективного методу профілактики цькування.

Провівши аналіз наукових джерел, можна визначити, що булінг – це специфічний різновид агресивної поведінки, який характеризується сукупністю ознак, притаманних для всіх його різновидів:

1) це свідомо та цілеспрямована агресивна поведінка. Агресор усвідомлює, що його дії фізично чи психологічно нашкодять жертві. Основною метою насильницьких дій є зниження соціального статусу жертви, а також підвищення власної позиції у групі однолітків;

2) агресивні дії мають систематичний характер. На відміну від одиничних випадків прояву агресії, булінг передбачає, що агресор тримає жертву у постійному тривожному стані очікування нападу;

3) існує цілеспрямований намір нападника, суттєвий дисбаланс сил між агресором та жертвою, внаслідок якого вона не може дати відсіч нападнику. При цьому агресор зловживає силою або впливом. Перевагою нападника може бути не лише фізична сила, а й соціальний статус у групі, соціальна компетентність, впевненість у собі, вік, стать тощо.

У процесі булінгу як негативному явищі соціальної взаємодії беруть участь не лише агресор та жертва. Так, В.Р. Петросянц визначає, що учасники булінгу виконують певні ролі. Перелічимо їх:

1) булер (агресор) – ініціатор цькування. Часто це діти з нарцисичними рисами характеру, що прагнуть до влади, самоствердження за рахунок інших, хочуть бути «крутими», мати авторитет серед однолітків, займати лідерські позиції в класі. Проявляючи агресію до слабших, вони самостверджуються, підвищують власну самооцінку [10];

2) жертви – особи, які є об'єктами знущань. Часто це соціально ізольовані та відчужені особи, які характеризуються підвищеним рівнем тривожності, мають низьку самооцінку, не впевнені у собі, мають проблеми у налагодженні комунікації з однолітками, ухиля-

ються від конфліктів, надмірно чутливі, замкнуті і сором'язливі [10];

3) спостерігачі. У освітньому середовищі школи основна маса дітей займає позицію спостерігачів булінгу. Вони часто відчують страх у школі, а також почуття безпорадності перед обличчям насильства, навіть якщо воно спрямоване не на них безпосередньо. Спостерігачів поділяють на тих, які надають допомогу (допомагають булеру, але не беруть безпосередньої участі, закликають однолітків до подальшого насильства); посилювачів, які відіграють лише незначну роль у булінгу (наприклад, можуть насміхатися із жертви); аутсайдерів – випадкових спостерігачів, які зовсім не беруть участі у булінгу, але спостерігають за ним; відповідачів, безпосередньо залучених до захисту та втішання жертви після знущань [11].

4) захисники. У шкільному класі захисниками можуть бути діти, які займають у соціометричному дослідженні статус «зірка» або / і «улюблені». Однак не завжди в класі присутні захисники, що негативно позначається на всій соціальній структурі класного колективу [10].

Досліджуючи проблему булінгу, ми визначили, що існують різні його типології, в основу яких покладені певні ознаки:

1) характеристика об'єкта – вік (підлітковий булінг), стать (булінг над жінками), стан (булінг над інвалідами), етична приналежність, соціальний статус тощо;

2) соціальне середовище або сфера, в якій відбувається цькування – булінг в сім'ї (батьківський), в школі (шкільне цькування), булінг на робочому місці тощо [1].

3) характер насильницьких дій. Розрізняють фізичний, вербальний і соціальний булінг. Фізичний булінг передбачає, що жертва піддається фізичним нападам з боку кривдника. Вербальний різновид включає в себе приниження, глузування, погрози, наклеп. Соціальний булінг – це ігнорування, виключення з групи, злодійство або псування майна жертви;

4) за характером прояву булінг буває прихований і прямий [8]. Прихований булінг проявляється у формі ігнорування, бойкоту, маніпуляцій, поширення неправдивих чуток. Така форма прояву цькування більш характерна для дівчат. Прямий булінг передбачає пряму фізичну агресію, сексуальне (дії сексуального характеру) чи психологічне насилля (нанесення психологічної травми, дія на психологічний стан особи).

Американські науковці визначають такі види булінгу:

1) перепалки (флеймінг) – обмін короткими емоційними репліками;

2) напади – постійні виснажливі атаки (harassment);

3) наклеп (denigration) – поширення неправдивої та образливої інформації;

4) обман, виманювання конфіденційної інформації і її розповсюдження (outing&trickery), отримання особистих даних з метою їх розміщення в мережі Інтернет;

5) відчуження (остракізм, ізоляція);

6) кіберпереслідування;

7) хеппіслепінг (HappySlapping – радісне побиття) – побиття, що записується на камеру та розміщується в соціальних мережах [9].

Російський науковець О.В. Євтихій виокремлює фази булінгу. Перелічимо їх:

1) створення умов (несприятливий психологічний мікроклімат у шкільному колективі, високий рівень емоційної напруженості);

2) початкова фаза. Ця фаза характеризується пошуком винного, який стає жертвою агресивних нападів однолітків, для розрядки і зняття емоційної напруги;

3) активна фаза, у ході якої глузування і прояви агресії стають прив'язаними до жертви, набувають систематичного характеру і не залежать від її реальних дій і вчинків;

4) фаза часткової або повної ізоляції об'єкта булінгу від участі в колективних заходах;

5) ескалація конфлікту, що змушує жертву покинути колектив [3].

Аналіз наукової літератури дає можливість нам визначити причини булінгу та об'єднати їх у такі групи:

1) індивідуально-психологічні (знижена чи неадекватно завищена самооцінка, імпульсивність, надмірна агресивність, конфліктність тощо);

2) поведінкові (схильність до вандалізму, прогулювання навчальних занять, ранні сексуальні контакти, рання судимість тощо);

3) соціальні (культ насилля у суспільстві, вплив ЗМІ, поведінка батьків, наявність асоціальних друзів тощо);

4) внутрішні сімейні конфлікти (розлучення батьків, поява новонародженої дитини, завищені вимоги до навчальної успішності, що не відповідають особливостям дитини, сімейне неблагополуччя, насилля тощо);

5) особистісні (статеве дозрівання та пов'язані з цим проблеми фізіологічного та психологічного характеру, рівень вихованості).

Булінг в освітньому середовищі навчального закладу являє собою серйозну проблему. Значна кількість дітей підліткового віку щодня стикається з утисками та знущаннями в школі. У середніх і старших класах в підлітків, як правило, формується потреба отримати схвалення і повагу з боку значущих людей і оточуючих, зокрема і з боку своїх однолітків, що робить потенційних жертв булінгу ще більш уразливими в ситуації виникнення цькування.

Ми відзначали, що класний керівник відіграє надзвичайно важливу роль у профі-

лактиці булінгу. На результативність даного процесу впливає його здатність адекватно сприймати, інтерпретувати емоційний стан дитини, тому важливо не лише формувати у педагогів необхідні теоретичні знання і практичні навички, а й підвищувати їхній рівень емоційної грамотності.

У зарубіжних методиках оцінки особистості поряд з визначенням IQ – кількісної оцінки рівня інтелекту – визначають також і EQ – здатність людини оперувати емоційною інформацією. При цьому оцінці підлягають точність оцінки та вираження емоційного стану, використання емоцій в процесі розумової діяльності, розуміння та управління ними. Перелік цих навичок дозволяє говорити про важливість емоційної грамотності класного керівника, тому що емоції – це первинне джерело людської енергії та інформації.

У контексті взаємозв'язку успішності профілактики булінгу та емоційної грамотності класних керівників варто відзначити кілька значущих моментів.

По-перше, визначальним вектором взаємин в ході профілактики булінгу є рівень емоційного інтелекту класного керівника. Високий рівень інтелекту, високі предметні знання і тривалий стаж роботи педагога не завжди дозволяють досягти бажаних результатів. Причиною цього може бути емоційний непрофесіоналізм педагога, який породжує дискомфорт, страх, байдужість з боку підлітків. Такий спектр емоцій унеможливорює обробку і засвоєння матеріалу та негативно впливає на сприйняття інформації. Отже, використання емоцій в профілактиці булінгу – це базова складова частина успішності та результативності його попередження [5].

По-друге, завдання педагога ускладнюється значними відмінностями рівня емоційного інтелекту учнів. У школі класний керівник має справу із значною кількістю дітей, що спричиняє емоційне навантаження на нього. На перший план виходить уміння педагога розуміти дитячі емоції, що дозволяє точніше реагувати на ситуацію і керувати своїм емоційним станом. Ще більшого емоційного професіоналізму вимагає керування емоціями дітей. Непродуктивним, на наш погляд, є деструктивне придушення емоцій на основі залякування, нетерпимості, дисциплінарних покарань. Класний керівник повинен уміти створювати сприятливі умови для переживання підлітком емоційного благополуччя, адекватно оцінювати рівень сформованості власних умінь і здібностей [5].

Профілактика булінгу повинна включати в себе такі аспекти, як запобігання, попередження, застереження, усунення та контроль. Вона передбачає зміну соціальної, сімейної, особистісної ситуації за допомогою зміни

особистісних орієнтацій шляхом застосування спеціальних педагогічних і виховних заходів, що сприяють поліпшенню якості життя і поведінки.

Попередження та запобігання булінгу в школі реалізується на таких рівнях: особистісному, груповому, загальношкільному, соціальному. У профілактичній діяльності класного керівника основне місце займає робота з окремими учнями і з класом в цілому. Профілактика цькування, реалізована класним керівником серед школярів підліткового віку, здійснюється за рахунок корекції наявних соціальних девіацій і сприяння баченню школярами здорового і безпечного способу життя, вибудовування відносин в групі на основі взаємодопомоги, об'єднання підлітків в ході спільної особистісно та колективно значимої діяльності, зняття протиріч між індивідуальним і груповим.

Основною метою профілактичних заходів шкільного цькування є допомогти дітям навчитися впоратися зі стресовою ситуацією і агресією.

Завданнями профілактики булінгу є:

- підготовка педагогів для роботи з важкими дітьми;
- сприяння поліпшенню соціального самопочуття учнів;
- психолого-педагогічна освіта батьків;
- усунення психотравмуючої і соціально небезпечної ситуації;
- розвиток толерантності та соціальної компетентності школярів;
- зміна уявлень учнів про себе і про відносини з оточуючими.

Отже, попри різноманітність наукових підходів до визначення сутності булінгу як психологічного явища, загальноприйнятого і чітко сформульованого визначення цього поняття немає. Науковці, які досліджують процес шкільного цькування, трактують його крізь призму власного суб'єктивного розуміння. Це ускладнює розробку комплексних профілактичних програм протистояння цькуванню на різних рівнях шкільного життя. Причина проявів булінгу комплексна, а значить профілактика і вирішення даної проблеми повинні бути спрямовані на всіх учасників освітнього процесу та враховувати гендерну специфіку. Важливу роль у попередженні та боротьбі з шкіль-

ним цькуванням відіграє класний керівник та його уміння вчасно розпізнати булінг-поведінку підлітків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волкова И.В. Характеристики подросткового буллинга и его определение. *Вестник Мининского университета*. 2016. № 2 (15). С. 26.
2. Гаврилова О. Вспомнить, что значит быть ребенком. *Вестник гештальт-терапии* : сб. ст. вып. № 1 / под ред. И. Погодина. Мн., 2008.
3. Евтихов О.В. Моббинг: фазы развития и его профилактика. URL: <http://coffice.net/content>.
4. Жарова Д.В., Терех Е.Ю. Психологические особенности подросткового буллинга. *Научно-педагогическое обозрение. PedagogicalReview*. 2018. № 1 (19). С. 79–84.
5. Каменская Ю.А. Эмоциональная грамотность как составляющая инновационного потенциала преподавателя высшей школы. URL: <https://eprints.kname.edu.ua/30690/>.
6. Кедрова Н. Перевод с детского, или игра в принцессу с проблемами. *Гештальт-терапия с детьми*. Вып.1 / Под ред. Н. Кедровой. М. : Московский гештальт-институт. 2002. С. 39–45.
7. Кривцова С.В., Шапкина А.Н., Малыгина М.П. Школьный буллинг: прояснение понятий. *Вопросы психологии*. 2019. № 3. С. 17–28.
8. Макарова Ю.Л. Гендерные особенности поведения участников подростковой буллинг-структуры. *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*. 2017. Т. 6. № 5А. С. 181–192.
9. Маланцева О.Д. Буллинг в школе. Что мы можем сделать? *Социальная педагогика*. 2007. № 4. С. 90–92.
10. Петросянц В.Р. Проблема буллинга в современной образовательной среде. *Вестн. ТГПУ*. 2011. № 6. С. 151–154.
11. Плутицька К.М. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія «Юриспруденція»*. 2017. Вип. 29 (2). С. 78–80.
12. Про булінг (цькування) та як його подолати. Дітям, молоді та дорослим про важливе. Київ : ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2020. 40 с.
13. Тарасова С.Ю., Осницкий А.К., Ениколов С.Н. Социально-психологические аспекты буллинга: взаимосвязь агрессивности и школьной тревожности. *Психологическая наука и образование*. 2016. Том 8. № 4. С. 102–116.