

ШКОЛА БЕЗ ЦЬКУВАНЬ для освітян

1



ПРОТИДІЯ ТРАДИЦІЙНОМУ БУЛІНГУ

видання друге, виправлене і доповнене

ТЕЗА



STUDENA



сайт
Школа без цькувань
4.no-bully.org

**Схвалено для використання в освітньому процесі
(рішення експертної комісії з психології та педагогіки від
17.06.2024 протокол №2)**

Партнери



**Дружній
простір**



teza.in.ua

Ця книжка безкоштовна в:



Українській
Цифровій
Бібліотеці
еЧитальня



бібліотеці
Школа без цькувань
4.no-bully.org

Настя Мельниченко

Школа без цькувань: для освітян

Протидія традиційному булінгу

Методичні рекомендації з організації
системної протидії булінгу в закладі освіти

Видання друге, виправлене і доповнене

Ініціатива **Дружній простір** допомагає
у комунікаціях із МОН.

Видавництво **Теза** опікується виданнями,
популяризацією і їхнім поширенням.

Підготувати рукопис та подарувати
примірники першого видання книжки
зкладам освіти для пілотування
стало можливим завдяки підтримці
Women Lead Grant Programme.
сайт: ufu.global



Зміст

Вступне слово.....	7
Як працювати з книжкою в пілотуванні.....	8
Спільнота практиків.....	10
Розвиток.....	10
Теорія.....	11
Визначення булінгу.....	12
Відмінність булінгу від інших форм агресії.....	13
Форми булінгу.....	20
Булінг як «хвороба групи».....	22
Ролі в булінгу.....	24
Рушійні сили булінгу: статус і прийняття.....	25
Рушійні сили булінгу: обертання «норм» групи.....	27
Піраміда ненависті.....	29
Взаємини вчителя з учнями і булінг.....	31
Як спілкуватися з мішенню булінгу: соціальний підхід.....	33
Покарання булерів.....	35
Як протидіяти булінгу вчителя з боку батьків.....	37
Патологічна антисоціальна поведінка, яка не корегується засобами протидії булінгу.....	39
Суть загальношкільного підходу до протидії булінгу.....	40
Практикум.....	42
Атмосфера прийняття у класі, школі.....	43
Календар антибулінгових заходів.....	44
Застосування Принципу I — всеохопність превенції.....	53

Застосування Принципу II — передовсім превенція, а не реактивний підхід.....	55
Безпечне шкільне середовище.....	57
Місяці видимості видатних українців.....	59
Клуби за інтересами.....	60
Дні приналежності до школи.....	61
Дні різних культур у школі.....	62
Фільмотека.....	64
Залучення лідерів.....	64
Клуб «Рівний рівному».....	66
Шкільні політики з протидії булінгу.....	67
P-P-P!, булінг!.....	67
10 ключових принципів роботи з булінгом у школі.....	68
Застосування Принципу III — регулярний моніторинг й оцінка ефективності впроваджених заходів.....	70
Додатки.....	71
Візуал для «Простору почутості».....	72
Рекомендоване читання.....	72
Мистецтво різноманіття.....	72
Опитувальник для визначення рівня булінгу в закладі освіти.....	72
Рекомендовані фільми.....	88
Для початкової школи.....	88
Для середньої школи.....	90
Для старших класів.....	92
Протокол реагування на булінг (приклад).....	96
Реагування адміністрації закладу освіти на випадок кібербулінгу / булінгу (приклад).....	102

Вступне слово

Дуже часто у своїх підходах до протидії булінгу ми користуємося звичаєвими поглядами на те, як саме треба діяти. Першим порухом, найбільш очевидним, не рідко видається — покарати нападника (булера).

Така реакція зрозуміла: лише відносно нещодавно про булінг почали говорити як про «хворобу групи» — комплексне, системне явище, на яке впливає більше взаємодія у колективі, ніж особистість агресора чи мішені булінгу.

Пропонована система превенції булінгу та втручання передбачає слідування науково-обґрунтованому підходу. Він спирається на випробувані у світі практики, які зарекомендували себе як дієві та доказові.

Щоб працювати за цим підходом, важливо усвідомити кілька речей:

1. Булінг в школах є. І він є проявом однієї із стратегій дитини для досягнення статусу в своєму колі спілкування.
2. Світ вже напрацював дієві інструменти виявлення і превенції булінгу і в наших силах їх застосовувати.
3. Найпершим кроком до подолання булінгу, який має здійснити заклад освіти — це взяти на себе відповідальність за булінг.

Опорні пункти в підході «Школа без цькувань»

Превентивний, а не реактивний підхід. Ми працюємо з булінгом ще до того, як помітили його чи хтось пожалівся на нього. Працюємо на категоричне недопущення булінгу.

Дякуємо В. Майорському, кандидату педагогічних наук, заслуженому вчителю України, вчителю історії та правознавства за консультацію



Школа бере на себе цілковиту відповідальність за булінг. Не звинувачує батьків, не напосідає на мішень, не вважає найбільшою проблемою булера. Основний принцип такий: якщо булінг стався — значить, школа недопрацювала.

Батьки — наші союзники. Ми не віддаємо розв'язання проблеми булінгу на відкуп вайбер-чатам, але й не діємо поза спиною батьків. Ми все робимо РАЗОМ із ними.

Наш підхід — загальношкільний. Це означає, що в протидію булінгу включені не лише діти, але й батьки, вчителі, непедагогічний склад школи, адміністрація. Без використання загальношкільного підходу заходи для недопущення булінгу банально не спрацюють...

Працюємо з атмосферою [стор. 43] **та культурою школи,** яку формують її працівники, як рольові моделі.

Важливим для нашої програми протидії булінгу є **компонент «розказаної історії»**. Ми використовуємо читання літератури для того, аби долати упередження та стереотипи, які можуть призводити до булінгу. Помічні в роботі історії ми удоступнимо для вас [стор. 72].

Моніторинг і оцінка. Аби знати, чи спрацьовують докладені школою зусилля, визначаємо рівень булінгу за допомогою опитувальника [стор. 70] до та після певного часу впровадження програми і, таким чином, бачимо динаміку.

Як працювати з книжкою в пілотуванні

Ми з вами розгортаємо системну протидію булінгу у закладах освіти України. Якщо у вас в руках паперовий примірник цієї книжки, з високою ймовірністю, ви з числа сміливців, які проявили бажання та готовність брати участь у пілотуванні

підходу «Школа без цькування». Пілотування передуватиме, у разі успіху, всеукраїнському впровадженню.

Ми надзвичайно вдячні вам за те, що розділяєте з нами відповідальність бути серед перших на цьому шляху.

Видання розраховане на самопідготовку, тож структуроване у відповідний спосіб: містить Теоретичну і Практичну частини та Додатки. Воно написане спеціально для швидкого опанування небайдужими освітянами. Інформація надзвичайно сконцентрована — підсумки майже сорока років наукового вивчення і практичного втілення в усьому світі викладені всього на сорока сторінках теорії.

Для цілісного розуміння того, як і чому працює антибулінговий підхід, як його втілювати у вашому закладі впродовж навчального року, пропонуємо таку рамку роботи:

- Ознайомитися із «Календарем антибулінгових заходів» [стор. 44] для розуміння загальної рамки робіт і провести «самодіагностику» атмосфери закладу [стор. 43].
- Далі опанувати Теоретичну частину [стор. 11] — її знання допоможе розуміти обґрунтованість підходів і коректно реагувати на нестандартні виклики, які обов'язково вам зустрінуться.
- Повернутися до «Календаря...» і, мірою читання, знаходити в Практичній частині [стор. 42] опис реалізації кожної з активностей.
- Обговорити з колегами і запланувати практичне втілення антибулінгових заходів у вашому закладі освіти.

Щиро сподіваємося, що рекомендації будуть помічними для вас та ваших учнів! За QR-кодами ви знайдете додаткову інформацію і документи для роздруку.

Спільнота практиків



Спільнота практиків
«Впровадження антибулінгових підходів»

Системну протидію булінгу, як і всі новації, впроваджують лідери серед освітян. На плечах «ранніх послідовників» не лише пілотування і утвердження підходів, але і поширення практик та робота із запереченнями.

Запрошуємо долучатись до освітньої спільноти. Там матимемо змогу живих обговорень та обміну досвідом.

Розвиток

Нам надзвичайно важливо почути вас, як освітян-практиків; налагодити роботу над помилками та вдосконалити підходи. Саме так працює практична наука — весь час співставляє, чи результати відповідають очікуваням і розбирається у причинах відхилень.

Для професійного зворотного зв'язку ми підготували онлайн-форму. Будь-ласка, залишайте тематичні відгуки, діліться спостереженнями, пропонуйте доповнення, корективи, можливо, ваші дотичні напрацювання, тощо.

Запрошуємо 😊



Форма зворотнього зв'язку пілотування програми «Школа без цькування»

Теорія



Визначення булінгу

«**Булінг** — це коли хтось **неодноразово і навмисно** говорить або робить злі чи образливі речі іншій людині, якій **важко захистити себе**» — Дан Ольвеус¹.

Характеристики булінгу

Для того, щоб явище визнати булінгом, воно має мати одночасно **всі чотири** характеристики цієї форми агресії.

1. **Повторюваність** (неодноразовість, систематичність) — булінг відбувається регулярно, неодноразово, при цьому — між тими самими особами. Якщо відбуваються разові бійки чи сутички між дітьми, або навіть якщо одна дитина може битися постійно, але з різними дітьми — це не можна вважати булінгом.
2. **Дисбаланс сил** — це не тільки фізична перевага агресора над жертвою. Це також може бути різниця у комунікаційних навичках, інтелекті, стані психічного здоров'я, соціальних зв'язках, соціально-економічному стані родини і т. д. Деякі нерівності можуть бути непомітними на перший погляд, наприклад, відставання дитини в розвитку виконавчих функцій мозку або соціальна тривожність, депресія.
3. **Біль**. Булінг передбачає завдання болю — як фізичного, так і психічного. Деякі дії в булінгу є помітними та очевидними, такі як побиття, штовхання або «обзивалки». Але біль також може бути завданним непомітно, без

¹ Дан Ольвеус (Dan Olweus, 1931-2020) — шведсько-норвезький психолог. Широко відомий як піонер досліджень булінгу та автор першої доведено-ефективної програми з протидії булінгу.



яскравих зовнішніх проявів, наприклад, через поширення чуток, псування репутації чи соціальну ізоляцію дитини.

4. **Злий намір та відсутність розкаяння**. Нападник бажає завдати біль, це є його/її наміром. Після вчинення булінгу нападник не відчуває сорому, навпаки — радіє або відчуває втіху.

Цікаво знати: Законодавство України містить недосконале визначення булінгу². Триває робота із приведення терміну і його розуміння до загальноприйнятого у науці та гармонізації із розумінням булінгу в регуляціях Євросоюзу.

Саме на коректне сучасне розуміння сутності булінгу, представлене в цьому виданні, ми спираємось в у всіх заходах з протидії булінгу.

Відмінність булінгу від інших форм агресії

Чому булінг, фізичне насильство та агресія — це не одне й те саме?

Фізичне насильство — дії, що їх вчиняє людина за допомогою свого тіла чи якогось інструменту з метою зашкодити іншій людині. На відміну від булінгу, ці дії можуть бути регулярними, або ні, а також не обов'язково відбуваються між людьми з нерівними силами. Булінг — завжди містить дисбаланс сил та є повторюваним.

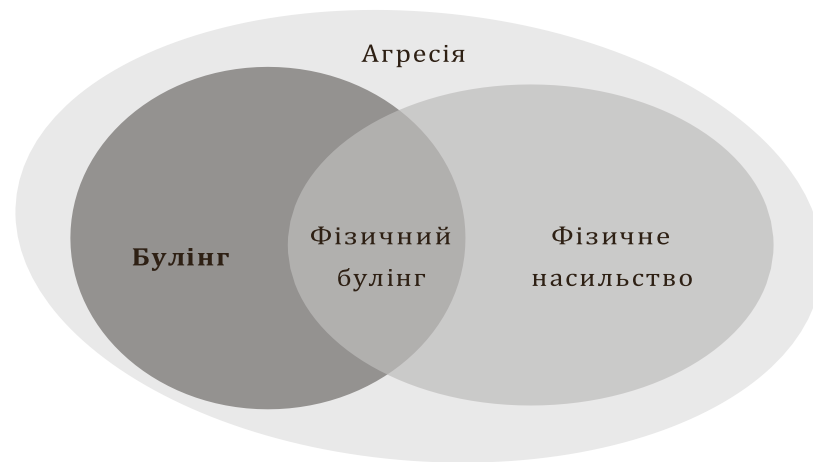
Агресія — будь-яка поведінка, в тому числі вербальна, яка передбачає напад на іншу людину, тварину або предмет з

² Булінг і відповідальність за нього визначено у ст. 173 Кодекса України про адміністративні правопорушення та у ст. 1 Закону України «Про освіту». Визначення містять певні розбіжності.

наміром завдати шкоди. У ній нерівність сил не є обов'язковою умовою, достоту як і повторюваність.

За Даном Ольвеусом, співвідношення між цими трьома проявами можна зобразити так:

Ключова інформація



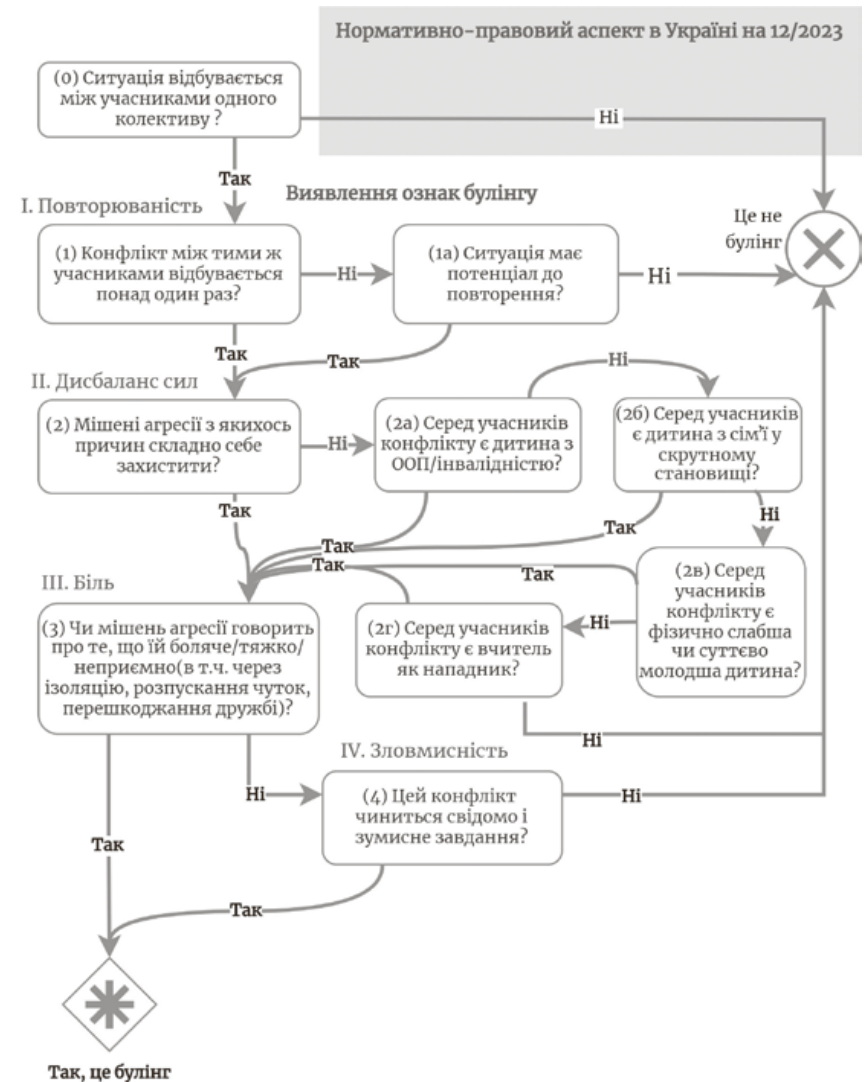
Булінг завжди містить 4 характеристики:

- I. — повторюваність, II. — дисбаланс сил і/або влади,
- III. — завдання болю, IV. — зловмисність.

Варто пам'ятати, що деякі діти (наприклад, із РДУГ, РАС або з досвідом інтернату) мають відставання від однолітків у комунікаційних та соціальних навичках, і їхня агресивна поведінка може бути формою комунікації або самозахисту, а не зловмисним заподіянням шкоди.

Джерела: Smith, Peter K. The Nature of School Bullying: A Cross-National Perspective. London: Routledge, 1999. С. 13.

Алгоритм «Булінг чи з'ясування стосунків» допоможе від-різнити булінг від інших форм агресії.



Часті запитання та відповіді до алгоритму

1. То що, кібербулінг неможливий, адже учасники не є учасниками освітнього процесу (0)?

Звісно, що кібербулінг — можливий. Проте, з точки зору законодавства України, а саме ст.173 КУпАП, булінг — це явище між учасниками освітнього процесу, при тому віком до 18 років. Тобто, законодавство станом на кінець 2023 року не захищає від булінгу в дворі чи в університеті та кібербулінгу не між учасниками освітнього процесу. Перше питання в цій схемі слугує для окреслення випадків, які потенційно можливо передати до суду. Якщо ж ваша мета — подолати булінг, а не обов'язково дійти до суда, — то можете починати із запитання (1).

2. Якийсь дивний акцент на неповносправності та проблемності об'єкта булінгу.

Умова булінгу — дисбаланс сил. На жаль, практика показує, що «дисбаланс сил» сприймається, здебільшого, як дисбаланс фізичних сил. Питання (2) апелює до очевидних проявів слабкості: наприклад, дитина слабка фізично або має інвалідність. Дуже легко сказати «Ні» на це питання. Але ми спершу слідуємо алгоритму і маємо перевірити, можливо йдеться про неясний дисбаланс сил. Наприклад, дитина з ООП може не мати інвалідності, але мати нейровідмінність, яка ускладнює для дитини комунікаційні процеси і робить її вразливою. Або скажімо, дитина походить з сім'ї у скрутних обставинах, що передбачає чимало викликів, невидимих на перший погляд.

3. А булити можуть дитину не тільки із зазначеними ознаками, а й без інвалідності, і яка живе не в скрутних обставинах, і яка чудово навчається, не слабша за інших...?

Є багато чинників дисбалансу влади чи сили, які є непомітними. Наведений перелік підпитань до питання (4) не є вичерпним і показує хід думок на прикладі найпоширеніших ознак. Може, до прикладу, ще бути статус меншини, мігранта, дитина може мати тимчасові виклики ментального здоров'я або нездоров'я фізичного, тощо. Цей список можна розвивати до нескінченності. Якщо дитині з будь-яких причин важко себе захистити (2), то вважається, що вона перебуває в ситуації дисбалансу сил. Якщо ж дитина може себе захистити — то це «конфлікт», «прояви агресії», «фізичне насильство», але не булінг.

4. З участю викладача не зрозуміло (2г)... Якщо все перераховане є, а вчитель не учасник, то це вже не булінг?

Це питання (2г) є останнім у серії, як, на випадок, якщо відкинули всі попередні варіанти дисбалансу сил. Це питання додане для того, аби показати дисбаланс влади, який існує в стосунках учень\вчитель, як той чинник, який уможливорює булінг. Вчитель теж може бути постраждалим від булінгу, наприклад, якщо батьки якоїсь дитини є впливовими людьми і мають владу звільнити вчителя будь-якої миті. У такій ситуації спрацьовує питання (2) — учаснику булінгу з якоїсь причини важко себе захистити. Ми не уточнюємо з якої, адже їх може бути дуже багато.

5. Цікаво виходить: якщо мішень булінгу не говорить, що їй боляче, то це не булінг (3)?

Запитання (3) дає змогу вчителю визначити, чи присутні біль або шкода. Якщо вчитель не бачив цього особисто, то він говорить з мішенню, свідками, батьками. Якщо учитель не бачить, що був біль; свідки чи батьки не бачать у ситуації шкоди; мішень не каже, що зазнала біль чи їй завдано шкоду — то вчитель має припустити, що стався не булінг.

6. Основна проблема всіх, хто має алекситимію³ (зазвичай аутичні діти, але не тільки), — вони не можуть пожалітися, бо не можуть усвідомити (2а)?

Вся система протидії булінгу побудована на заохоченні повідомлення про булінг, щойно його бачать. Також ця система дає спільне розуміння всіх учасників, чим є булінг.

Дитина з алекситимією буде найчастіше навчатися в супроводі асистента учня або асистента вчителя, які зобов'язані повідомити про булінг.

Якщо з усіх дорослих та дітей, залучених до навчального процесу, взагалі ніхто нічого не рапортує, асистент нічого не бачить, батьки не можуть зчитати зміни в поведінці дитини і вчитель не бачить нічого також — то, схоже, тут важко щось вдіяти. У такому випадку школа може запросити психолога, аби розібратися, чи те, що відбувається з дитиною, не несе їй шкоди. Але якщо школа вдається аж до таких заходів то, вочевидячки, є підозри, що шкода дитині завдається?

Вправа: булінг чи з'ясування стосунків?

Проаналізуйте приклад ситуації: Клас має «проблемного хлопчика», який дуже часто б'ється. Інші батьки ополчилися проти нього, вимагають, аби хлопчика перевели в інший клас чи на індивідуальне навчання. Хлопчика сварять за те, що він робить, він гірко плаче.

Хлопчик має оформлену інклюзію.

Це булінг чи з'ясування стосунків? Перевірмо ознаки.

I. Подія повторювана? — Так, хлопчик б'ється постійно.

³ Алекситимія — нездатність людини називати емоції, пережиті нею або іншими людьми.

II. Дисбаланс сил — Так. Чи важко тим, на кого він агресує, себе захистити? **Ні**, не важко, бо вони в сильнішій позиції. Навіть якщо хлопчик перед кимось і має фізичну перевагу, оформлена інклюзія може свідчити про невидиму неповносправність, відставання в комунікаційних здібностях тощо. Тобто в слабшій позиції тут саме нападник.

III. Біль — Так. Хлопчик завдає фізичного болю.

IV. Зумисність дій — Ні, хлопчику соромно або він хоче залагодити ситуацію.

В описаній вище ситуації збіглись три характеристики булінгу з чотирьох, а, отже, описана ситуація не є булінгом.

Ймовірно, вона є невдалими спробами хлопчика комунікувати про якусь проблему, і ця комунікація набуває форми реактивної агресії.

Таблиця: Розрізнення булігу і з'ясування стосунків

Ознака	З'ясування стосунків	Булінг
Регулярність, повторюваність, систематичність	Ні (навіть якщо явище і повторюється, то це не носить системний характер)	Так
Дисбаланс сил	Ні (діти більш-менш рівні фізично та психоемоційно, в плані соціальних зв'язків)	Так («мішені» важко себе захистити перед нападником з певних причин)
Зумисність дій	Ні (учасники просять вибачення одне в одного, прагнуть помиритися)	Так
Біль	Іноді	Так

Форми булінгу

За місцем проведення: **традиційний** та **кібербулінг**.

Традиційний булінг — відбувається за особистої присутності учасників та обмежується певним простором, наприклад, школою, гуртком чи класом.

Кібербулінг — здійснюється «дистанційно», через електронні засоби зв'язку.

Цікаво знати: Кібербулінг завдає чи не більшої шкоди підліткам, ніж «традиційний». Дослідники пояснюють такий вплив тим, що діти багато часу проводять в інтернеті та є вразливими до впливу через мережу, — від кібербулінгу неможливо сховатися вдома. Інтернет дає змогу агресорові залишатися анонімним, а отже, потерпілій дитині складніше захиститися.

За типом взаємодії між агресором і мішенню: **прямий** і **непрямий**.

Прямий булінг: агресор не приховує своїх намірів і своєї особи. Булінг розгортається між нападником і мішенню неприховано та очевидно.

Буває у формі:

- Фізичних ударів, штовхання, стусанів, плювання, побиття, пошкодження майна, крадіжки речей.
- вербальних обзивань, насмішок, словесних знущань, дражнілок, принижень чи погроз, зачіпання, дошкульних коментарів. Його часто називають **психологічним**.

Непрямий булінг: приховує особу агресора. Нападник завдає психологічної шкоди та болю мішені завуальовано.

Буває у формі:

- Розпускання чуток, псування репутації, перешкоджання дружбі.
- Ізоляції, ігнору — коли дитину не беруть до гурту, дистанціюються від неї, не запрошують на свята, не беруть до команди, не помічають.
- Такий булінг ще називають **реляційним** (або **стосунковим**).

Попри вдавану «безневинність», реляційний булінг набагато шкідливіший за прямий. Цей вид булінгу суттєво впливає на добробут дітей і визнаний найшкідливішою формою булінгу.

Джерела:

Arseneault, Bowes, L., & Shakoor, S. (2010). Bullying Victimization in Youths and Mental Health Problems: «Much Ado About Nothing»? *Psychological Medicine*, 40(5), 717–729.

Chester, K. L., Spencer, N. H., Whiting, L., & Brooks, F. M. (2017). Association Between Experiencing Relational Bullying and Adolescent Health Related Quality of Life. *The Journal of School Health*, 87(11), 865–872.

Hu W, Cheng Y, Du R. Effects of Overt and Relational Bullying on Adolescents' Subjective Well-Being: The Mediating Mechanisms of Social Capital and Psychological Capital. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Sep 21;19(19):11956. doi: 10.3390/ijerph191911956. PMID: 36231258; PMCID: PMC9565918.

Ratcliff, B.R. & Burrow-Sánchez, J.J. 2022, «The Influence of Perceived Reason for Being Bullied on the Relation between Type of Bullying and Depressive Symptoms», *Journal of School Violence*, vol. 21, no. 2, pp. 161–174.

Ресурси

Методичні рекомендації «Школа без цькування для освітян: Подолання кібербулінгу. Безпека в інтернеті»



Булінг як «хвороба групи»

Булінг — це не «зіпсовані» стосунки між двома учасниками: нападником та жертвою. Булінг — це розлади взаємодії всередині групи, в якій склалися такі обставини, що уможливають цькування.

Булінг — це далеко не справа двох сторін, у ньому беруть участь усі учасники групи, навіть ті, хто ні в що не втручається й мовчить.

Ключова інформація

Спостерігачі уможливають булінг. Вони є ключем до того, що булінг стається. Без спостерігачів (які внутрішньо або вголос схвалюють такі дії) кривдник не нападав би на жертву, бо без підтримки групи у цьому не було б сенсу. Як показують дослідження, діти у 80-85% випадків цькують саме за наявності свідків. Булінг — це спроба комусь щось довести, показати, засвідчити. Без свідків булінг є безсенсовим заняттям.

Саме тому **робота школи з дітьми для запобігання булінгу має бути спрямована на роботу з усією групою**, на створення такої атмосфери, у якій цькування не знаходило б жодної підтримки від спостерігачів. Натомість, просоціальні дії мають знаходити цю підтримку повсякчас.

Дослідження показали, що булери швидше помічали, як їх підтримували інші діти з групи, ніж коли їхню поведінку засуджували.

Цікаво знати: Мовчазне невтручання в булінг заводи́ли за замовчуванням **сприймають як схвалення** їхніх дій. Тож навіть просто мовчання чи байдужість будуть сигналом для

агресора: моя поведінка схвалюється групою, тому потрібно продовжувати.

Що робити освітянину:

Всіляко схвалювати гучне реагування інших дітей на ситуацію булінгу;

Розробити (або слідувати, якщо вона розроблена) систему заохочення тим, хто захищає інших дітей від булінгу.

Ідея активності

За кожен просоціальну поведінку учня (готовність допомогти, дружню підтримку, позитивну взаємодію, захист від булінгу) дитина отримує один чи декілька уявних «балів» (їхній рахунок можна вести на дошці чи в спеціальному куточку). Якщо клас за тиждень набере потрібну кількість балів (скажімо, 20), то весь клас після уроків має, наприклад, чаювання з пундиками, або піццу. Якщо не набере — то бажана активність не проводиться. Це має стимулювати дітей виявляти позитивну взаємодію з іншими дітьми.

Важливо не ділити клас на команди, не вводити змагальницький елемент. Клас має працювати і бути винагороджений за результат, досягнений спільно.

Приклад того, за що діти можуть отримувати бали:

- добровільно підіймав/-ла папірці на підлозі класу;
- сам/сама витерла дошку, щоб допомогти вчителю;
- запропонувала/-в вчителю допомогу;
- втрутився/-лася в ситуацію з булінгом;
- підійшов/-шла до учня, що сидів сам — і запропонував/-ла спілкування;
- допомогла/-міг впоратися зі складним завданням однокласнику/-ці;

- запропонував/-ла допомогти однокласнику в будь-якій ситуації тощо.

Джерела:

Salmivalli, C., Voeten, M., & Poskiparta, E. Bystanders Matter: Associations Between Reinforcing, Defending, and the Frequency of Bullying Behavior in Classrooms. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology* 40.5 (2011): 668–676. Web.

Ролі в булінгу

У групі немає тих, хто залишається без ролі. Кожна дитина перебуває у тій чи іншій ролі в булінгу.

1. **Мішень** — той або та, кого булять.
2. **Заводила, агресор** — той або та, хто булить.
3. **Підсилювач** — той, хто заохочує Заводилу. Дитина може підбадьорювати, але сама не долучається до цькування.
4. **Посіпака** — той чи та, хто безпосередньо залучений до булінгу, але не очолює та не ініціює його.
5. **Захисник** — той чи та, хто вступається за мішень булінгу і спиняє або соромить тих, хто цькує.
6. **Аутсайдер** — той чи та, хто ніяким чином не залучений у процес булінгу.

Найпоширенішими ролями учасників є аутсайдер, підсилювач та захисник.

Спрямовувати заходи виключно на дві ролі — так званих «мішень» та «заводилу» — неефективно. Булінг це груповий процес, його уможливорює група, а отже й працювати треба з усією групою.

Якщо коротко, то зусилля мають бути спрямовані на те, аби якомога більше дітей перейшли в роль «Захисника».

Джерела:

Nickerson, A. B., & Mele-Taylor, D. (2014). Empathetic Responsiveness, Group Norms, and Prosocial Affiliations In Bullying Roles. *School Psychology Quarterly*, 29(1), 99–109. <https://doi.org/10.1037/spq0000052>

Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Björkqvist, K., Österman, K., & Kaukiainen, A. (1996). Bullying As a Group Process: Participant roles and Their Relations to Social Status Within the Group. *Aggressive Behavior*, 22(1), 1–15.

Рушійні сили булінгу: статус і прийняття

Булінг — це груповий процес, і для розуміння його механізмів необхідно розглядати мотивації всіх учасників.

Важливо дивитися на булінг як на системну проблему, яка виникає всередині групи учнів, і не звужувати її до окремих осіб.

Для дітей і підлітків, які втягуються в булінг, основними цілями зазвичай є отримання **статусу (популярності)** або **здобуття прихильності (прийняття)** однолітків.

У **молодшому шкільному віці** статус дітям дають успіхи в навчанні. Діти з труднощами в навчанні, такими як дисграфія, дискалькулія, дислексія, а також діти з виключною поведінкою стають потенційними мішенями булінгу.

У молодшому віці для дитини важило бути «хорошим учнем/ученицею».

У підлітковому — здобути прихильність однолітків та бути «крутим/-ою».

Цікаво знати: Підлітки психологічно дозрівають, але ще не мають статусу та прав дорослих, що може спричинити сильний внутрішній дискомфорт. Щоб подолати фрустрацію, вони

часом починають протиставляти себе нормам дорослого світу у своїй поведінці.

Для деяких підлітків демонстрування зухвалості і протистояння нормам стає способом виразити себе і набути статусу «крутого» в очах однолітків.

Діти, які проявляють агресивну поведінку до дітей з низьким статусом, але мають позитивні риси (такі, як академічні чи спортивні успіхи, привабливість, просоціальність), радо приймаються однолітками. Агресія з боку таких дітей сприймається схвальніше, ніж з боку низькостатусних дітей.

Об'єднуючи просоціальні позитивні риси і зухвалу поведінку (як от булінг), підлітки можуть реалізувати свої внутрішні цілі, бути прийнятими і здобути статус.

Що робити освітянину:

- Знайдіть те, що зробить дитину «крутою» в очах групи в конструктивний спосіб. Дайте змогу реалізовуватися і викликати захват за допомогою позитивних активностей: наприклад, розробити декорації до постановки чи заробити позаплановий «солодкий стіл» для класу за участь у певних шкільних чи позашкільних активностях; підтримати шкільних Лідерів або чергових.
- Не виділяйте спеціально якихось дітей ні в позитивний, ні в негативний бік. Усе це призводить до зміни у статусних ролях і може спонукати до булінгу.

Рушійні сили булінгу: оберігання «норм» групи

Якщо група має чітко проговорені та схвалені норми, наприклад: «Ми всі — християни, здорові, з повних сімей...» тощо, то поява будь-кого, хто не вписується у цю норму, буде сприйнята вороже. Наприклад, таким «ворожим» може бути «вторгнення» до класу вимушеного переселенця, дитини, яка говорить іншою мовою, ніж більшість; дитини з викличною поведінкою.

«Виживаючи» таку дитину з класу, заводили ніби відновлюють «хорошість», «нормальність» групи — і група, звісно ж, бачить агресора захисником та дає йому чи їй прихильність і прийняття, як винагороду за приведення групи в «норму». Таким чином група заохочує та підтримує булінг.

Ключова інформація

Булінг відбувається для підвищення **статусу** в групі («Я привожу клас до «норми», виживаючи з неї аутсайдерів, а отже я захисник!»); **прихильності, прийняття** дитини групою («Я кидаю виклик нормам дорослих — дивіться, який я кльовий!»)

Що робити освітянину:

- Показуйте, що світ — багатогранний, і що кожному є місце у шкільному колективі, незалежно від стану здоров'я, мови, регіону походження, сексуальної орієнтації і тощо.
- Проводьте розмови, показуйте фільми, робіть свята різних культур, демонструйте прийняття до всіх у класі.
- Оздоблюйте свій робочий простір символікою, яка говорить про те, що кожен може бути почутий і має безпечне місце щоб бути собою. Якщо відчуваєте, що вам самому/самій важко дається прийняття — ви можете не змінювати своїх

поглядів, але навчитися технікам «активного слухання» та неосуду (у Ресурсах ми зібрали для вас лінки з корисними матеріалами).

- Зробіть лідерів класів та груп своїми союзниками — нехай говорять про прийняття та багатогранність світу.
- Запрошуйте яскравих, непересічних особистостей ділитися своїм досвідом. Наприклад, у День захисників та захисниць запросіть ветеранку.

Ресурси



Брошура «Як допомогти внутрішньо переміщеним дорослим та дітям, яких зустрічає ваша громада»



Інформація для дорослих, які доглядають за дитиною у зв'язку з війною і вимушеним переміщенням



Як говорити, щоб учні вас чули: ненасильницька комунікація



Як вчителям і батькам спілкуватися ефективно

Піраміда ненависті

Малоефективно протидіяти булінгу, не виступаючи водночас проти усіх форм дискримінації та упереджень, як таких.



Низка досліджень засвідчують, що боротьба із цькуванням вимагає широкого спектра заходів, зокрема боротьби із дискримінацією та упередженнями⁴ в шкільному середовищі. Вони вказують, що упередження та дискримінація становлять основу «піраміди» агресії, яка починається з непрямого та прямого булінгу й здатна розростатись аж до найжорстокішого її прояву — геноцида.

⁴ Дискримінація є результатом існуючих упереджень та стереотипів у суспільстві. «Anti-Defamation League and the Survivors of the Shoah Visual History Europe» як результат своїх досліджень презентують «піраміду ненависті» (The pyramid of hate exercise. USC Shoah Foundation, 2018).



BBB — bias-based-bullying або **булінг, базований на упередженнях** — це фізичні, словесні, соціальні чи кіберзагрози, спрямовані проти меншини на основі расової, етнічної належності, релігійних переконань, статі чи сексуальної орієнтації тощо, і спираються на систематичне зумисне зловживання владою чи іншою перевагою сил.

Під час війни виникли нові упередження, базовані на різному досвіді війни, як нав'язані пропагандою, так і спричинені травматизацією суспільства. Приміром за уявними вододілами: виїхав/залишився, переселенець/місцевий, україномовний/російськомовний, батьки служать/батьки не служать, залишався в окупації/не був в окупації і т.д.

Якщо відчуваєте, що будь-яка з цих тем є надто емоційно зарядженою для вас, — будь ласка, зверніться по допомогу в проведенні протибулінгових заходів та розмов на ці теми до тих, хто в силі неупереджено про це говорити.

Джерела:

The Pyramid of Hate Exercise. USC Shoah Foundation: веб-сайт. URL: <https://sfi.usc.edu/lessons/pyramid-hate> (дата звернення: 11.09.2019), переклад авторки.

Walton, L.M. 2018, «The Effects of «Bias Based Bullying» (BBB) on Health, Education, and Cognitive–Social–Emotional Outcomes in Children with Minority Backgrounds: Proposed Comprehensive Public Health Intervention Solutions», Journal of immigrant and minority health, vol. 20, no. 2, pp. 492-496.

Ratcliff, B.R. & Burrow-Sánchez, J.J. 2022, «The Influence of Perceived Reason for Being Bullied on the Relation between Type of Bullying and Depressive Symptoms», Journal of school violence, vol. 21, no. 2, pp. 161-174.

Взаємини вчителя з учнями і булінг

Від того, які стосунки вчитель вибудував із дитиною, на пряму залежить залученість дитини в булінг (у будь-якій ролі).

Ключова інформація: Булінг — це інструмент здобуття статусу. Якщо вчитель недолюблює, або — що гірше — перебуває в конфлікті з певною дитиною або демонструє до неї упереджене ставлення, то це понижує статус дитини в очах однолітків.

Для підлітка статус є дуже важливим. Тому:

- або дитина з пониженим статусом намагається здобути його за допомогою цькування (бо булінг дає механізми здобуття статусу);
- або дитину з низьким статусом починають цькувати, бо так влаштована групова взаємодія — «цюкають» найслабших і тих, у кого нема соціальної підтримки.

Підлітки, які мають тісні, теплі (не панібратські!) стосунки з учителями, менш схильні до булінгу.

Цікаво знати: Взаємодія з вчителем важить навіть у віці протестних підлітків, яким, здавалося б, байдуже на авторитети. «Гарні стосунки» з учителем учні характеризували як такі, що дають:

- відчуття власної цінності в очах вчителя,
- відчуття довіри та взаємної відповідальності (дітям важливий делікатний підхід, у якому немає місця приниженню, а є відчуття, що вчитель є справедливим).

Що робити освітянину:

- Будьте з учнями твердими, але не жорсткими. Будьте справдливими і дотримуйтеся слова.
- Панібратство та вседозволеність призводять до булінгу так само, як і надмірна жорсткість та авторитаризм.
- Станьте тим, до кого будь-який учень може прийти за порадою та розрадою, не відмахуйтеся від дитячих проблем.
- В жодному разі не демонструйте, що хтось із учнів вам не подобається. Не виділяйте тих, хто вам подобається (хоч внутрішньо, звісно, ви можете і відчувати це).
- Демонструйте, що приймаєте учнів із будь-якими особливостями. Сприймайте навіть незручні особливості як виклики, що долає дитина, а не як її «вади».
- Позиція вчителя щодо дітей з викличною поведінкою — не покарати, а допомогти розібратися.
- Для дітей з викличною поведінкою важливо постійно заохочувати кожен прояв бажаної поведінки та не надавати ваги небажаним (окрім випадків, коли це несе безпосередню загрозу чи шкоду оточенню чи самій дитині)
- Знову і знову чітко висловлюйте свою позицію щодо неприпустимості булінгу. Якщо у вас з дітьми довірливі стосунки, то вони будуть схильні не цькувати (навіть, якщо дуже хотітимуть), просто аби не розчарувати вас.

Джерела:

Donat, M., Umlauf, S., Dalbert, C. & Kamble, S.V. 2012, «Belief In a Just world, Teacher Justice, and Bullying Behavior», *Aggressive Behavior*, vol. 38, no. 3, pp. 185-193.

Longobardi, C. et al. «Student-Teacher Relationships and Bullying: The Role of Student Social Status.» *Journal of Adolescence* (London, England.) 63.1 (2018): 1–10. Web.

Sellman, Edward, Julie Bedward, Ted Cole, and Harry Daniels. Review of A

Sociocultural Approach to Exclusion, by Felicity Armstrong, Derrick Armstrong, Len Barton, Maud Blair, Neville Harris, Karen Eden, Ann Blair, et al. *British Educational Research Journal* 28, no. 6 (2002): 889–900. <http://www.jstor.org/stable/1501504>.

Wang, Cixin et al. «Teachers Matter: An Examination of Student-Teacher Relationships, Attitudes Toward Bullying, and Bullying Behavior.» *Journal of Applied School Psychology* 31.3 (2015): 219–238. Web.

Zanden, P.J.A.C. van der, E.J.P.G. Denessen, and R.H.J. Scholte. «The Effects of General Interpersonal and Bullying-Specific Teacher Behaviors on Pupils' Bullying Behaviors at School.» *School Psychology International* 36.5 (2015): 467–481. Web.

Як спілкуватися з мішенню булінгу: соціальний підхід

Опитані постраждали від булінгу часто зазначають, що їм бракує відчуття безпеки та почутості. Вони можуть почувати сильну провину за те, що з ними сталося, адже досі існує стереотип, буцімто булінг трапляється лише зі слабкими або якимись «не такими» дітьми.

Аби подолати це відчуття, освітянам пропонується відійти від т. зв. «обвинувачувального підходу» і вдатися до соціального підходу спілкування з мішенню булінгу.

Соціальний підхід базується на визнанні права мішені на повагу, захист і підтримку. Соціальний підхід також передбачає створення безпечного та довірливого середовища для жертви, де вона може висловлювати свої почуття, думки і потреби, а також отримувати емпатичне сприйняття та конструктивну критику.

Таблиця: Переваги соціального підходу у прикладах

Обвинувачувальний підхід		Соціальний підхід
Як це часто роблять... ☹	Як це проявляється на практиці (приклади)	Як це треба робити ☺
Мішень булінгу оцінюється: напевно, в дитині щось не так, якщо її булять.	«Петрик такий «жено-подібний», не дивно, що його цькують!»	Дитина знає, що булінг стається не з її провини.
Мішень заслуговує на співчуття, якщо вона «достатньою мірою» «нормальна».	«Він оце вічно щось нявкає під носа, звісно що всіх це бісить!»	Інакшість вітається, дитина включена в колектив.
Розв'язанням питань булінгу в класі може бути переведення «мішені» в інший клас чи на сімейну форму.	«Шановні батьки, не вже ви не бачите, що ваш син з його проявами не вписується у колектив? Можливо, йому буде краще на сімейній формі?»	Проводяться навчання для батьків і вчителів. Школа має бачення куди прийде в результаті.
Школа не вчиться на інцидентах з дитиною.	«Ми покарали булера, ізолювали мішень — все, впоралися, працюємо далі!»	Школа розвивається, працює з атмосферою в класі, шкільною культурою, кліматом.
Інвалідність чи особливість стає мішенню для булінгу.	Усі обговорюють, чому саме дитину цькують. Це може бути особлива поведінка дитини чи якісь візуальні особливості.	Усі взаємини в колективі ретельно вибудовуються. Кожній дитині знаходять місце в шкільних активностях, ніхто не лишений «за бортом»
Існує переконання, що мішень булінгу має змінити свою поведінку.	«Марійці всього лиш треба почати говорити тією мовою, якою говорить увесь клас — і її одразу припинять цькувати! Вона ж сама наривається».	Коригується поведінка переслідувачів, а не мішені.

Покарання булерів

Цілком зрозумілим, базованим на загальних уявленнях про світ, є порив покарати агресора. Збільшення покарання — як нам здається, — має допомогти подолати булінг. Однак дослідження не підтверджують, що такі практики є ефективними.

Ключова інформація

Збільшення покарання не допомагає протидіяти булінгу. Навпаки — чим суворіше діє школа, тим гірше стає булінг. Водночас «спускання на гальмах» булінгу також веде до погіршення ситуації з ним.

Найефективніше себе показало не покарання як таке, а результат, за якого **дитина несе відповідальність за свій вчинок** (усвідомлює зв'язок причин і наслідків).

Відповідальність — це, коли дитина свідомо того, що слід діяти та виконувати обов'язки, враховуючи потреби групи та цінності спільноти. Вона усвідомлює, як її **дії впливають на тих, хто поруч**, і приймає рішення з урахуванням інтересів групи, до якої належить. Дитина також розуміє, до яких наслідків призводить відмова слідувати інтересам своєї спільноти.

Відповідальність — на відміну від покарання — **безпосередньо пов'язана з вчинком**, вона настає внаслідок вчинку, а не відділено від нього.

Наприклад, якщо внаслідок булінгу за рішенням суду штрафують батьків, то це жодним чином не торкається учня і того, що для нього/ -неї справді є важливим.

Покарання не подіють:

- Коли покарання повністю відірване від вчинку. Наприклад, штраф накладений на батьків не торкається дитини.

- Коли через покарання дитина досягає бажаного. Наприклад, якщо дитину виставити з класу чи відправити до директора під час контрольної з математики, то таке покарання видаватиметься дуже доречним (з точки зору дитини), адже можна легально не писати контрольної або не відповідати біля дошки!
- Коли покарання призводять до пониження в статусі. Публічне приниження та образи можуть понизити дитину в статусі, а отже вона буде докладати ще більше зусиль, аби бути іншим та відновлювати свою позицію та статус в групі.

Коли покарання подіють:

- Коли дитина через покарання втрачає те, що справді цінує.

Наприклад, погана оцінка не вплине на дитину, яка й без того має безліч поганих оцінок, або оцінки в жоден спосіб не впливають на її можливості вступити до університету. Водночас, якщо дитина цінує змогу провести час з друзями після уроків, то затримка в школі після уроків справді сприймється як покарання.

- Коли покарання здійснюються у межах «домовленості» між дитиною та школою, яку дитина підписала власноруч, приймаючи правила школи.
- Коли відповідальність за порушення правил відома заздалегідь, і не варіюється залежно від настрою вчителя чи його/її ставлення до учня/-ниці.

Що робити освітянину:

Ефективними у плані впливу на булінг показали себе школи, де є чітко сформульовані правила (доступні публічно, проговорені та підписані кожним учасником освітнього процесу

як обов'язкові до виконання), а також зазначена відповідальність за порушення правил.

Створити позитивні моменти в шкільній взаємодії, які учні не захочуть втрачати.

Напочатку навчального року разом з учнями обговорити та записати усі ті цінності, які поділяє клас (наприклад, Повага, Доброта, Відповідальність, Взаємодопомога).

Працювати над почуттям приналежності до спільноти з цими цінностями.

Джерела:

Horn, S.S. and Schriber, S.E. (2020), Bullied and Punished: Exploring the Links between Bullying and Discipline for Sexual and Gender Minority Youth. *J Res Adolesc*, 30: 735-752.

Kupchik, A. (2016). The real school safety problem : the long-term consequences of harsh school punishment /. University of California Press.

Katie A. Farina, How Schools Teach Bullying. The Real School Safety Problem: The Long-Term Consequences of Harsh School Punishment 2016, pp. 73-86

Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2018). Deterring Teen Bullying: Assessing the Impact of Perceived Punishment From Police, Schools, and Parents. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 16(2), 190-207.

Як протидіяти булінгу вчителя з боку батьків

Ми говоримо, здебільшого, про булінг поміж дітьми. Та іноді складається така ситуація, коли мішенню булінгу стає вчитель.

Чи можемо ми говорити про те, що нападниками на вчителя можуть бути діти? Так, якщо це діти батьків, котрі можуть впливати на працевлаштованість вчителя чи якимось чином загрожувати їй/йому. Якщо ж такого дисбалансу влади немає, і йдеться про звичайних дітей, то ми не можемо назвати це класичним булінгом. Скоріш за все, йдеться про розладнані стосунки вчителя та дітей.

Однак у стосунках вчитель-батьки ситуація булінгу відносно вчителя — не така вже й рідкість. То як у цьому випадку вчителю захиститися?

Заклад освіти відповідальний за будь-який булінг, і відносно вчителя — теж. Булінг з боку батьків щодо вчителя є свідченням некоректно налаштованої роботи з батьками.

Таблиця: Заходи, які може вжити школа для недопущення булінгу вчителів.

дія	що це означає на практиці
Усі підписують антибулінгові політики школи	Усі учасники освітнього процесу добровільно беруть на себе зобов'язання не допускати булінгу. Учасники освітнього процесу беруть на себе зобов'язання нести відповідальність за виникнення булінгу.
Школа пропонує батькам механізм прямої взаємодії з вчителем.	Це може бути система прямого зв'язку з вчителем через електронну пошту чи систему повідомлень. Прямий зв'язок запобігатиме купкуванню батьків одне з одним та обговоренню дій вчителя поза очі.
Механізм реагування на ситуації з учителем, які турбують батьків.	Створюється канал зв'язку для повідомлень щодо дій вчителя та реагування на ці повідомлення. Це може бути можливість обговорити проблемну ситуацію з класним керівником або директором та отримати зворотний зв'язок щодо вжитих дій.
Уникати створення батьківських вайбер/телеграм чатів	Пряма комунікація зі школою, по-перше, запобігає дружбі батьків проти "неугодних" батьків чи дітей, по-друге – захищає освітян від координування дій проти них

дія	що це означає на практиці
Прозорість взаємодії вчитель-учень	Кожна оцінка або рішення вчителя коментується. Це можна робити в зошиті або щоденнику (пояснення, чому саме така оцінка) або через систему електронного щоденника. Подібні практики убезпечать батьків від зайвого надумування та підозр щодо несправедливості вчителя.
Нагода похвалити своїх учнів	Важить також знаходити за що похвалити дитину, а не лише критикувати. Коментарі від вчителів (навіть якщо це лише наприкінці чверті) щодо успіхів дитини роблять батьків лояльними до вчителів.

Патологічна антисоціальна поведінка, яка не корегується засобами протидії булінгу

Наші рекомендації протидії булінгу можуть не діяти, якщо його причиною є так звана «патологічна (антисоціальна) поведінка» агресора. Є невеликий відсоток дітей, які мають антисоціальні розлади особистості або розлад з розряду «темної тріади» — психопатію, нарцисизм, макіавеллізм. Для таких дітей потрібні інші заходи втручання. Це — сфера роботи психіатрів, а не школи чи шкільного психолога. Відповідні валідовані тести проводить ІРЦ та дитячі психіатри. Ви можете обережно порадити батькам дитини звернутись до профільних фахівців, якщо помітили деякі ознаки із перелічених нижче, а саме:

1. Фізична агресія та зумисне заподіяння шкоди іншим.
2. Жорстокість до тварин — дитина може зумисне мучити, калічити, вбивати тварин.

3. Схильність до підпалів.
4. Брехливість. Хоч всі діти можуть прибріхувати, але в деяких дітей ця брехня може бути геть не невинною. Вони брешуть, бо можуть. Брешуть, аби підставити інших, нашкодити їм.
5. Відсутність відгуку на покарання, відсутність каяття або вдаване каяття.
6. Відсутність співчуття — дитина байдужа до тих ситуацій, які в інших викликають сльози чи сильні емоції.
7. Проблеми з контролем гніву (не варто плутати зі слабким імпульс-контролем РДУГ-дітей).

Важливо розуміти, що прояви цих розладів **не залежать від виховання батьками і такі батьки потребують підтримки, а не осуду.**

Суть загальношкільного підходу до протидії булінгу

Отже, загальношкільний підхід стверджує, що булінг — це ніколи не проблема двох учнів або безпосередніх учасників та їхніх батьків. Булінг — **це відповідальність школи**. Якщо булінг трапляється в школі, то це означає, що школа не створила таку атмосферу та середовище, у якій кожна дитина буде прийнятою і статус в групі дитина може здобути позитивними діями.

Булінг — це також **відповідальність усіх батьків**. Не лише батьків тих, хто цькує, чи тих, кого цькують, а абсолютно всіх. Адже на загальну культуру спільноти впливають погляди та

переконання кожної дитини, а переконання дитина часто приносить з дому.

Суть загальношкільного підходу — у його всеохопності.

Ефективність загальношкільних програм профілактики булінгу залежить від того, наскільки цілісно реалізовується програма. І ця програма базується на трьох принципах:

Принцип I. Застосування програми є всеохопним.

Принцип II. Превентивний, а не реактивний підхід до булінгу.

Принцип III. Здійснення регулярного моніторингу й оцінки ефективності впровадження заходів.

Ресурси



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ

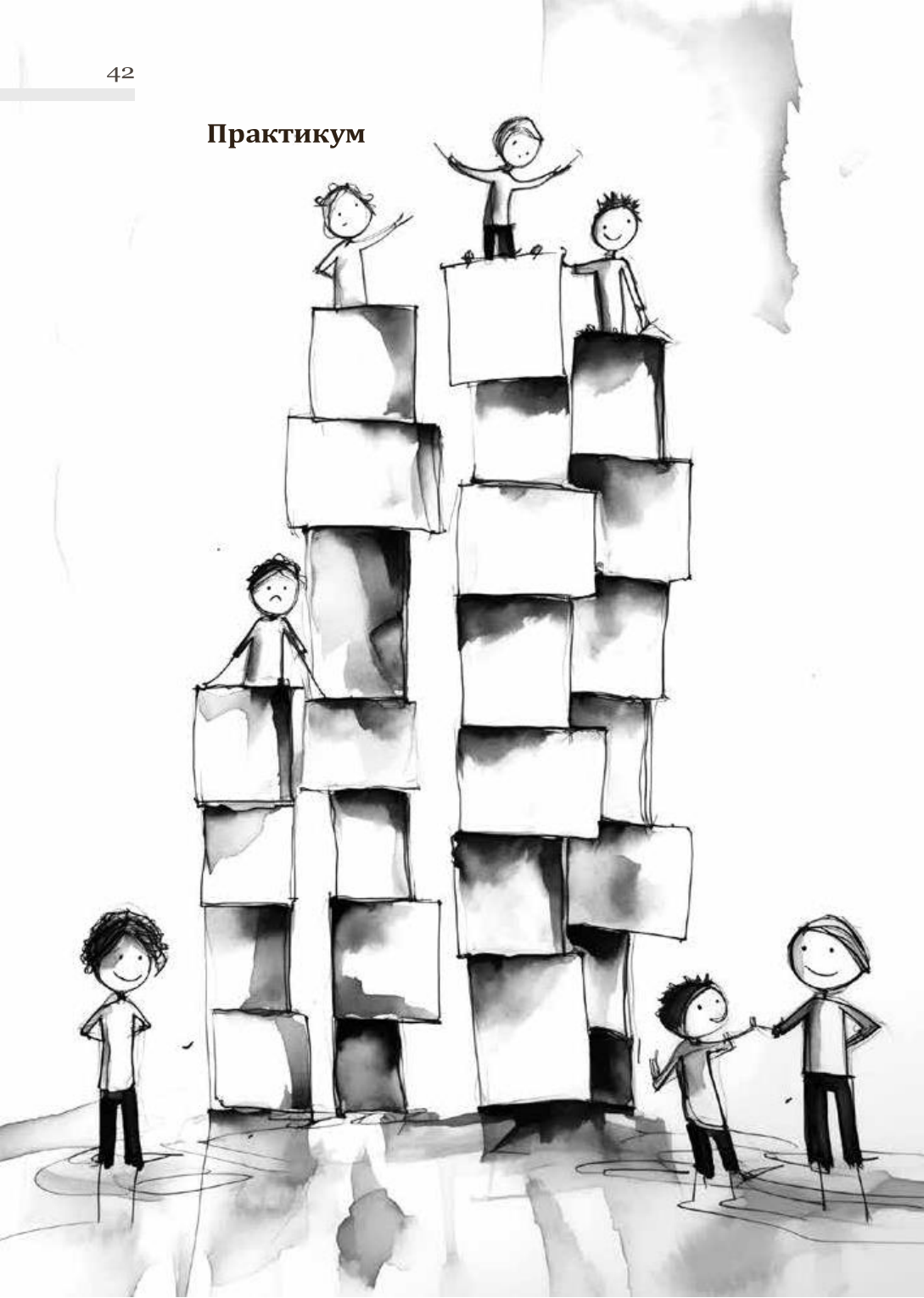


Дія Освіта

Більше теорії про булінг і його рушійні сили, а також практичні рекомендації з протидії йому в онлайн-серіалі на Дія.Освіта «Школа без цькувань»



Практикум



Атмосфера прийняття у класі, школі

Неодноразово йшлося про те, що булінг частіше виникає у колективах з некоректно відлагодженою атмосферою.

Таблиця: Самостійне оцінювання атмосфери прийняття

запитання (щодо стмосфери класу і/або всього закладу)	так	ні
Чи існують у вашому класі діти, яких не беруть інші до гурту? В ігри, команди, проектну роботу		
Чи буває таке, що якась дитина лишається «поза бортом», бо класні активності надто складні для неї? (наприклад, на колісному кріслі важко встигати за усіма)		
Чи бували у вас думки, що якась дитина заслуговує на булінг тим, як вона поводить ся?		
Чи є у вашому класі плакати або символи на підтримку «вразливих» категорій (переселенців, людей із особливими освітніми потребами, інвалідністю, ЛГБТ+)		
Чи може будь-яка дитина прийти до вас і розповісти про свій смуток або хвилювання?		
Чи проводите ви свята різних культур?		
Чи транслюєте дітям власну згоду з думкою більшості щодо тих людей, яких в соціумі часто засуджують (наркозалежні, роми, вимушені переселенці, діти з особливими освітніми потребами та емоційно-поведінковими розладами, ЛГБТ+, тощо)?		
Чи висловлюєте дітям, яких не приймають у класі, свої рекомендації щодо того, що треба зробити, аби булінг припинився?		

Якщо більше половини відповідей припадають на забарвлені клітинки — то у вас є над чим попрацювати в плані атмосфери прийняття в класі.

Ціль — у колективі усі діти почуваються прийнятими.

Календар антибулінгових заходів

Примірний календар представляє можливу послідовність і обсяг антибулінгових заходів навчального закладу впродовж навчального року. Використовуйте його в якості перевірного списку, щоби не упустити важливих компонентів при складанні календаря для вашого закладу.

Таблиця: Примірний календар антибулінгових заходів

(перша колонка в таблиці позначає календарний період)

	заходи, активності	відпо-ний
Серпень	Виробити (або переглянути наявні) антибулінгові політики з колективом школи, учнівським самоврядуванням та представниками батьків. [стор. 53]	директор
	Ознайомити з антибулінговими політиками позаштатного психолога (якщо школа не має власного в штаті), ІРЦ, з яким працює школа, соціальних працівників, які супроводжують дітей чи мають доступ до школи, представництво Служби у справах дітей, поліцію.	директор
	Провести тренінг із протидії булінгу для педагогічних працівників та навчально-допоміжного персоналу із запрошеним фахівцем.	директор, психолог, соц. педагог
	Організувати онлайн-навчання з протидії булінгу усьому колективу закладу ⁵ . [стор. 41]	директор, психолог
	Подбати про візуальне оформлення школи, яке говоритиме про прийняття дітей з різним досвідом, станом здоров'я та ідентичностями.	заст. директора з виховної роботи

⁵ Нових співробітників заклад зобов'язує надолужувати усю підготовку щодо протидії булінгу впродовж місяця після зарахування, а не з початком наступного навчального року за календарем.

	заходи, активності	відпо-ний
Вересень	Розіслати антибулінгові політики на ознайомлення і підпис як батькам, так і дітям. Отримати підписи.	ЗДВР ⁶ , КК ⁷
	Розпочати надсилання щотижневих листів з новинами школи та повідомленням від дирекції, встановити розклад розсилань на рік.	директор
	Визначити, запроваджувати і оприлюднити склад комісії із запобігання булінгу.	директор
	За допомогою опитувальника [стор. 72] заміряти початковий рівень булінгу для актуального навчального року до заходів протидії.	завуч, директор
	Провести зустріч/обговорення щодо вироблення правил поведінки в школі.	директор, вчителі, учні
	Призначити відповідальних співробітників закладу освіти, до яких учні можуть безпечно прийти з будь-яких питань, зокрема — із питань безпеки і, в т. ч. щодо булінгу. Познайти усіх учнів із їхніми "відповідальними" та способами зв'язку з ними.	директор, психолог
	Поширити навчальні матеріали про булінг серед педагогічного та навчально-допоміжного персоналу школи [стор. 72].	директор
	Призначити «лідерів» серед дітей [стор. 64], які візьмуть «шефство» над новенькими учнями/ученицями та допоможуть їм адаптуватися впродовж першого місяця в закладі.	заст. директора з виховної роботи
Жовтень	Провести батьківські збори, на яких обговорити антибулінгові політики (процедури).	класні керівники
	Донести політики закладу освіти на загальношкільний рівень.	директор
	Організувати фізичну та електронну скриньки анонімних повідомлень про булінг.	ЗДВР

⁶ ЗДВР — заступник/-ниця директорки/-ра з виховної роботи.

⁷ КК — класний/-на/-ні керівник/-ниця/-ники.

	заходи, активності	відпо-ний
	Організувати роботу з дітьми (наприклад, на уроках малювання) щодо візуального оформлення закладу освіти і розкрити тематику прийняття дітей усіх ідентичностей, віросповідань, мови, пережитого досвіду тощо.	заст.директора з виховної роботи
	Запровадити практику регулярного спілкування вчителів із батьками щодо досягнень дітей.	вчителі
	Поширити роздаткові матеріали про булінг серед дітей та їхніх батьків.	класні керівники
	Відкрити дітям опцію організовувати або долучитись до існуючих позанавчальних клубів за інтересами [стор. 60].	заст.директора з виховної роботи
	Почати щотижневі зустрічі клубу «Рівний — рівному» в школі загалом як спільну ініціативу для розвитку комунікаційних навичок дітей. [стор. 66]	заст.директора з виховної роботи
Листопад	Розіслати лист усім батькам учнів/учениць закладу освіти з повідомленням щодо того, що заклад робить задля профілактики та зупинки булінгу і як їм діяти в разі його виявлення.	директор
	Проводити зустрічі клубу «Рівний — рівному» для розвитку комунікативних навичок дітей.	психолог, ВВч ⁸
	Провести Місяць видатних людей України. Схід (Харківська, Донецька та Луганська області) [стор. 59].	заст.директора з виховної роботи
	Організувати «Простір почутості», інформувати про нього дітей. [стор. 57]	психолог, ЗДВР
	Втілювати заходи з протидії булінгу.	Д ⁹ , колектив ¹⁰
	Провести виховну годину щодо інклюзії, прийняття інакших.	класний керівник

⁸ ВВч — відповідальна/-ний/-ні вчителька/-ль/-лі.

⁹ Д — директорка/-р.

¹⁰ Колектив — мається на увазі колектив закладу освіти.

	заходи, активності	відпо-ний
Грудень	Втілювати заходи з протидії булінгу.	Д, колектив
	Поширити серед дітей і батьків перелік рекомендованих для спільного перегляду фільмів, які сприятимуть бережнішому ставленню дітей одне до одного [стор. 88].	заст.директора з виховної роботи, КК
	Проводити зустрічі клубу «Рівний — рівному» для покращення комунікаційних навичок дітей [стор. 5].	психолог, ВВч
	Провести «День культур», де представники різних регіонів, релігій, країн зможуть розказати про свої звичаї [стор. 62].	заст.директора з виховної роботи
	Провести Місяць видатних людей України. Захід (Львівська, Івано-Франківська, Закарпатська, Рівненська, Тернопільська, Волинська, Чернівецька області) [стор. 59].	заст.директора з виховної роботи
Січень	Втілювати заходи з протидії булінгу.	Д, колектив
	Поширити серед дітей і батьків перелік рекомендованого читання, яке сприятиме порозумінню в школі [стор. 72].	ЗДВР, КК
	Проводити зустрічі клубу «Рівний — рівному» для розвитку комунікаційних навичок дітей.	психолог, ВВч
	Провести Місяць видатних людей України. Південь (Запорізька, Херсонська, Одеська, Миколаївська області) [стор. 59].	заст.директора з виховної роботи
Лютий	Переглянути фільм щодо інклюзії, прийняття (можна обрати з переліку на [стор. 88]).	класні керівники
	Втілювати заходи з протидії булінгу.	Д, колектив
	Провести місячник «Жінки в науці».	ЗДВР
	Проводити зустрічі клубу «Рівний-рівному» для розвитку комунікативних навичок дітей.	психолог, ВВч
	Провести «День приналежності» до школи [стор. 61].	ЗДВР

	заходи, активності	відпо-ний
Березень	Втілювати заходи з протидії булінгу.	Д, колектив
	Проводити зустрічі клубу «Рівний — рівному» для розвитку комунікаційних навичок дітей.	психолог, ВВч
	Провести Місяць видатних людей із північних областей України (Житомирська, Київська, Чернігівська, Сумська області) [стор. 59].	ЗДВР
	Провести виховну годину із запрошеним фахівцем на тему різних сексуальних орієнтацій та гендерних ідентичностей.	класні керівники, директор
Квітень	Втілювати заходи з протидії булінгу.	Д, колектив
	Проводити зустрічі клубу «Рівний — рівному» для розвитку комунікаційних навичок дітей.	психолог, ВВч
	Провести місяць видатних людей України. Центр (Дніпропетровська, Кіровоградська, Полтавська, Черкаська, Вінницька області). [стор. 59]	заст.директора з виховної роботи
Травень	Втілювати заходи з протидії булінгу.	Д, колектив
	Проводити зустрічі клубу «Рівний — рівному» для розвитку комунікативних навичок дітей.	психолог, ВВч
	Провести «День культур», де представники різних регіонів, релігій, країн зможуть презентувати свої традиції, звичаї [стор. 62].	заст.директора з виховної роботи
	Поширити переліки творів мистецтва та об'єктів пам'яті, якими варто цікавитись в контексті усвідомлення спільності і сприяння різноманіттю та прийняттю [стор. 72].	заст.директора з виховної роботи
	За допомогою опитувальника [стор. 72] повторно заміряти рівень булінгу для актуального навчального року.	директор, класні керівники

Класи чи паралелі можуть мати додаткові до загального календаря активності.

Будь-які активності, які відповідають підходам із протидії булінгу, можуть бути в плані.

Приклад зв'язку заходів і результатів у впровадженні підходу «Школа без цькування»

Таблиця: Деталі ключових заходів і очікуваних результатів в Календарі

захід (трив-ть)	план робіт	очікуваний результат
Загальношкільне виявлення рівня булінгу. (0.5 місяця)	☐ Провести опитування для визначення рівня булінгу; ☐ Опрацювати результати.	☒ Виміряно рівень поширеності булінгу на початку навчального року.
Вироблення політик протидії булінгу в школі та визначення відповідальних. (1 місяць)	☐ Залучити фасилітатора(-ів) вироблення політик і процедур; ☐ Запросити на сесію всіх представників шкільної спільноти.	☒ Вироблено політики закладу освіти. ☒ Визначено відповідальну особу за організацію системної протидії булінгу. ☒ Розроблено алгоритм протидії булінгу. не анонімного повідомлення про булінг і учні та вчителі володіють ним.
Донесення політик школи на загальношкільний рівень (0.5 місяця)	☐ Оприлюднити політики на сайті школи; підготувати їх як документ до ознайомлення тими, хто лише вступає до школи; ☐ Розмістити політики в доступних для загалу місцях в закладі; ☐ Розіслати політики батькам, вчителям, педагогічному складу, ІРЦ, службам у справах дітей, поліції, соцслужбі, тощо.	☒ Кожна дитина та кожен дорослий у закладі освіти знає, де є антибулінгові політики (процедури), куди і до кого вони можуть звертатися в разі виникнення подібної ситуації.

захід (трив-ть)	план робіт	очікуваний результат
Перевірка шкільного клімату та шкільної культури (1 місяць)	☐ Розробити (або актуалізувати) візію, місію, цінності школи; ☐ Скористатись інструментом оцінки і класів, і закладу в цілому [стор. 43]; ☐ Переконатися, що всі працівники й учні школи свідомі неприпустимості дискримінації та образ; ☐ Переконатися, що всі працівники школи обізнані з тим, чим є чутлива мова; ☐ Переконатися, що в річному плані роботи закладу освіти є місця для святкування важливих дат для представників інших культур, а в програми навчальних предметів включено інформацію про включено жіночі постаті або підкреслюється належність вчених до певних етнічних чи національних груп, рас тощо; ☐ Переконатися в наявності в школі візуальної підтримки різноманітності та меншин; ☐ Створити умови для заснування клубів за інтересами, де могли б спілкуватися представники різноманітних соціальних груп.	☒ Учителі ознайомлені з правилами не-дискримінаційної мови. ☒ Наявна візуальна підтримка, яка показує, що будь-яка дитина в школі буде прийнята. ☒ Заплановано заходи зі святкування різноманітності. Це можуть бути дні інших культур, дні жінок у науці, дні видимості людей із інвалідністю, тощо. ☒ Працюють клуби за інтересами, в них займаються учні і кожен може долучитись. ☒ Переглянуто навчальний план і в нього додано менш видимих діячів науки, політики чи культури, як от жінок, представників етнічних груп тощо.

захід (трив-ть)	план робіт	очікуваний результат
Проведення навчання з протидії булінгу (1.5 місяці)	☐ Провести навчання для всього педагогічного та навчально-допоміжного персоналу; ☐ Провести навчання для всіх учнів; ☐ Поширити батькам інформацію про булінг.	☒ Усі працівники школи, усі діти та їхні батьки знають, що таке булінг, якими є його характеристики та чим відрізняється від агресії, з'ясування стосунків та патологічної поведінки [стор. 39].
Налагодження співпраці з батьками (1.5 місяці)	☐ Зібрати імейли всіх батьків класу, запровадити практику комунікації з батьками через електронну пошту. Писати про проблеми в крайньому разі, здебільшого визначати досягнення дітей; ☐ Бодай раз на місяць адміністрація школи шле листа, у якому підтримує дух спільноти, а також розповідає про плани на поточний місяць.	☒ Батьки отримують листи від учителів, у яких відзначаються досягнення їхніх дітей (не лише академічні). ☒ Батьки можуть контактувати з учителями через засоби електронного зв'язку. ☒ Дирекція школи регулярно надсилає листи батькам, таким чином тримаючи спільноту цілісною.
Зміна системи винагород (старт через 0.5 місяці)	☐ Розробити систему винагород (бали, наліпки, електронні баджі) для тих дітей, які демонструють просоціальну поведінку; ☐ Розробити особливе заохочення для дітей, які втручаються в запобігання булінгу.	☒ Впроваджена система відзначень без урахування навчальних досягнень. ☒ Розроблена система заохочення та збільшення престижу тих, хто залучається до протидії булінгу.

захід (трив-ть)	план робіт	очікуваний результат
Формування відчуття належності до спільноти (безперервно)	☐ Забезпечити справедливе ставлення з боку вчителів до всіх; ☐ Ініціювати засвоєння дітьми загальношкільної місії, візії, спільних цінностей; ☐ Забезпечити добрі стосунки вчителя та учня; створити «Простір почутості»; ☐ Залучити до роботи з профілактикою булінгу лідерів класу, школи.	☒ Вчитель демонструє рівне, справедливе ставлення до учнів, уважно розбирається в ситуаціях. ☒ Школа доносить до учнів цінності закладу, підкріплює це візуальними символами в школі.
Зміна простору (2 місяці)	☐ Переконатися, що в школі немає місць, які залишаються без нагляду; ☐ Переконатися, що класи добре провітрюються і діти мають доступ до питної води; ☐ Переконатися, що чергові в коридорах стежать, щоб не було бійок, а не щоб діти «не бігали»; ☐ Дати доступ дітям до виходу на спортивний майданчик і доступ до спортивного інвентаря під час перерв.	☒ За згоди батьків встановлено відеоспостереження в тих просторах закладу, де відсутня змога фізичної присутності її відповідальних осіб. ☒ Чергові в школі навчені швидко зупиняти бійки, штурханину та образливі висловлювання. ☒ Діти мають доступ до фізичної активності на великих перервах, до питної води та свіжого повітря.

Застосування Принципу 1 — всеохопність превенції

Всезагальне розуміння того, чим є булінг — усі люди, прямо чи опосередковано залучені до навчального процесу, ознайомлені з тим, що таке булінг.

Геть уся школа не лише розуміє визначення булінгу, але й розуміє його однаково: «Булінг — це про дисбаланс сил, біль, відсутність розкаяння, систематичність».

Усі батьки всіх дітей закладу ознайомлені з інформаційними матеріалами, у яких роз'яснено основні поняття булінгу, а також способи реагування на нього. Ці роз'яснення збігаються з тими, які мають працівники школи й діти, і в усіх єдине розуміння.

За всеохопного підходу також важлива **залученість** кожного й кожної. Всі учні, їхні батьки та вчителі не лише ознайомлені з політиками школи щодо булінгу, але й підписалися під ними, взявши на себе відповідальність їх дотримуватися.

Що входить в антибулінгові політики школи? ➤

1. Вони написані зрозумілою дітям мовою, бажано — разом із ними. (окремі тексти — для дорослих, для початкової, середньої та старшої шкіль).

2. Вони містять:

- визначення булінгу;
- неприпустимість булінгу;
- порядок реагування на випадки агресії і, в т. ч., булінгу;



Шаблон анти-булінгових політик (положень)

- розроблені системи анонімного сповіщення про булінг (доступна всім скринька для повідомлень, емейл, контактна особа), відомі кожній дитині в школі;
- визначену компетентну контактну особу, з якою можна поговорити про булінг (ця особа має пройти додаткові тренінги з протидії булінгу);
- загальну домовленість як частину шкільної культури про неприпустимість мови ворожнечі, дискримінації, про важливість того, як добре, що всі люди різні.
- Коли заклад освіти вже має вироблені політики і не має причин (звернень, випадків) їх змінювати, тоді у річному плануванні заходи зі створення політик можна проминути, лишивши тільки ознайомлення/нагадування, і так — щороку.

Вимірювані результати на цьому етапі:

1. Документ із антибулінговою політикою, підписаний кожним та кожною учасницею освітнього процесу. (Це можна зробити через Google forms, розіславши форму на електронну скриньку.)
2. Доступ до політик на видному місці в закладі освіти (дошка оголошень, ідальня). Політики також містять визначення булінгу і твердження школи про недопустимість булінгу.
3. Визначена людина, яка готова допомагати дітям у ситуації з агресією, в т. ч. булінгом.
4. На видному місці діти можуть прочитати, яким чином повідомляти про булінг, куди і до кого вони можуть звернутися, якщо булять їх або вони є свідками.

Застосування Принципу II — передовсім превенція, а не реактивний підхід

Школа працює на недопущення булінгу, а не лише карає після того, як булінг відбувся. Хоча реакція на булінг має бути неухильна та миттєва, але сам по собі каральний підхід нічим не підтверджує свою ефективність. Реакція має бути радше з боку школи як робота над помилками, з питанням до самих себе: що ми, як навчальний заклад, маємо змінити в собі або покращити, щоб булінг більше не ставався?

Превенція спирається на **недискримінаційний підхід у навчанні**.

Це означає втілення таких заходів:

- Шкільна політика визначає, що мова ворожнечі жодним чином неприпустима.
- Учителі та непедагогічний персонал стежать за тим, аби не вживати дискримінуючої мови.
- Школа практикує позитивні дії щодо меншин: етнічних, релігійних, сексуальних тощо.
- Школа практикує видимість жінок у науці та освіті, не допускає сексизму, ейблізму¹¹, ейджизму¹² та інших форм дискримінації.
- Школа провадить просвіту на тему людей із особливими освітніми потребами, інвалідністю, та забезпечує їхнє прийняття шкільним колективом.
- Школа знайома з поняттям невидимої або прихованої дисфункціональності та знає, що не кожен бар'єр людини є очевидним для її оточення.

¹¹ Дискримінація на підставі інвалідності.

¹² Дискримінація на підставі віку.

- Із дітьми проговорюються теми походження людей з різних соціальних прошарків, таких, що належать до різних етнічних чи релігійних меншин. Тон оповіді: буває так, а буває — інакше.
- Школа проводить свята представників різних культур і народностей, релігій, залучаючи до цього дітей. Наприклад, діти готують національні страви чи розповідають про певні релігійні свята своєї громади, клуби роблять ярмарки з презентацією своєї роботи.
- Створення **безпечного навчального середовища**.

Вимірювані результати на цьому етапі:

- візуальний супровід теми «Жінки в науці», святкування різних (не лише християнських) релігійних свят;
- проведення свят різних культур;
- символіка та візуальний супровід, що засвідчує інклюзивність та прийняття, оновлені цього року за участі учнів і вони відчують причетність та набули розуміння;
- перегляди фільмів із Фільмотеки [стор. 88];
- недискримінаційні підходи інтегровані в процес навчання шкільних предметів.

Ресурси



Абетка інклюзивності
та толерантності



Онлайн-курс
«Недискримінаційний
підхід у навчанні»

Безпечне шкільне середовище

«Простір почутості»

Важливо створити середовище, у якому діти не приховують факти булінгу, говорять про це. У такому місці немає зневіри і вони не почують: «Це не має значення».

Меседжі, якими послуговується школа для створення простору почутості, є такими:

1. Якщо тебе булять, то говори, не страждай наодинці.
2. Якщо ти став/-ла свідком булінгу, розкажи про це дорослим.

У школі, що має «простір почутості», учителі керуються кількома правилами, представленими в таблиці.

Таблиця: Правила «простору почутості»

правило	що його реалізація означає на практиці
Кожна дитина має право бути почутою.	Якщо дитина звертається із проблемою або питанням, які вчителю видаються маловажливими, або дитина начебто не викликає довіри — ця дитина все одно має право на те, аби її уважно вислухали, не відмахуючись.
Кожна дитина має право бути собою, якщо її самовираження не порушує кордонів інших людей.	Не варто засуджувати дитину за те, якою вона є чи якою обирає бути — доки це не порушує кордони інших людей. Погодьтеся, нафарбовані нігті у хлопця жодним чином не порушують кордонів інших людей, достоту як і вибір щодо стилю одягу, зачіски, інтересів та хобі тощо. Якщо дитина за природою є такою, що не може контролювати свої прояви, то вчитель не звинувачує дитину в тому, якою вона є, а допомагає проявити її найкращі сторони.

правило	що його реалізація означає на практиці
Кожна дитина має право на власні почуття.	Учитель не каже дитині, яка прийшла до нього/неї скаржитися на щось: «Та не звертай уваги», «Та хіба це проблеми?», «Та це він до тебе так заграє — ти маєш радіти!». Всі почуття дитини мають право на існування, навіть якщо ситуація видається такою, що не варта виїденого яйця, але для дитини в ній може бути схована трагедія світового масштабу.
Кожна дитина знає, куди, кому і як повідомляти про булінг.	Інформація про булінг не висить винятково на далеких сторінках сайту школи. Про те, до кого можна звернутися із повідомленням про булінг, дитині повідомляють у перший день школи в особистій розмові. Ця ж інформація є легкодоступною для ознайомлення в місцях загального користування в школі.
Кожне повідомлення про булінг беруть до уваги та сприймають як правдиве за замовчуванням, доки не буде доведено протилежне.	Дорослий не відмахується від повідомлення дитини про булінг. З одного повідомлення дорослий не береться судити, булінг це чи ні: для цього потрібен час. Дорослий вислуховує дитину з усією можливою увагою та обіцяє розібратися. І робить це, а потім повідомляє дитину про дії, яку він/вона вчинила.

Ресурси



Мультимедіа для дітей: про людей з аутизмом



Кодекс безпечного освітнього середовища



Мультимедіа для дітей: про людей з розладом дефіциту уваги і гіперактивністю

Місяці видимості видатних українців

Навіщо це робити? подолання стереотипів та упереджень щодо представників різних регіонів України.

Мета проведення заходів:

Зробити видимим внесок представників різних регіонів в розвиток та розбудову України, її науки та культури

Загальна рамка активностей

У межах проєктів, на уроках, при підготовці домашнього завдання — пропонується готувати доповіді, читати тексти, писати проєкти про представників саме цих регіонів.

Учителі спеціально підсвічують цих діячів на уроках.

Пропоновані активності:

Створення Проєктів:

- Запрошення учнів розробити проєкти про видатних діячів, підтримка творчого та наукового потенціалу учнів.

Конкурси та Виставки:

- Організація конкурсів малюнків, творчих робіт та виставок, пов'язаних із темами, що вивчаються під час місяця видимості

Перегляд тематичних фільмів та телепередач:

- Документальні фільми про представників тих чи інших регіонів, з подальшим обговоренням.

Акценти:

Учитель повинен підкреслювати, що, попри регіон походження, місце проживання та інші відмінності об'єднавчим є те, що діячі вкладалися у спільну справу України — науку, культуру, громадську чи просвітницьку діяльність.

Клуби за інтересами

Навіщо клуби?

- Дати змогу дітям з певними інтересами відчувати себе приналежними до спільноти;
- Забезпечити можливість дітям-представникам меншин відчувати себе видимими, визнаними та потрібними;
- Мати місце, в якому діти зможуть перетинатися і взаємодіяти, вибудовуючи зв'язки;
- Розвивати навички комунікації та ненасильницької взаємодії учнів.

Клуби — ініційовані дітьми об'єднання за інтересами, у яких вони збираються та спілкуються в позаурочний час. Діти самі ведуть клуби та розробляють план та тематику роботи.

Кроки до організації клубу:

1. Ініціювати створення клубу можуть діти, починаючи з 5 класу, за умови, що вони мають визначену тему клубу та як мінімум трьох учасників.
2. Школі потрібно виділити дітям час, приміщення та дорослу людину для супроводу.

Важливо: Клуби можуть об'єднувати не лише дітей зі спільними інтересами, але й дітей з певною ідентичністю чи відчуттям приналежності. Школі важливо пильнувати, аби діти в клубах «перемішувались», а не лише гуртувались за соціальною приналежністю, наприклад, виключно переселенці, відкидаючи інших бажаючих приєднатись через їхню відмінність.

Це можуть бути:

- клуби любителів настільних ігор,
- фотографії,
- ораторського мистецтва,
- клуби лідерства,
- жіночого лідерства,
- громадського активізму,
- лгбт-спільноти (проминіть, якщо вважаєте, що для вашого закладу ще зарано),
- робототехніки,
- вимушених переселенців тощо.

Дні приналежності до школи

Навіщо це робити: дозволити дітям відчувати себе частиною шкільної спільноти, відчувати гордість за приналежність до саме цього закладу освіти.

Пропоновані активності:

- Класи готують проєкти чи доповіді про те, як вони розуміють одну чи всі цінності своєї школи.
- Всі учні в цей день заохочуються прийти в одязі в кольорах школи (якщо такі є) або якимось обіграти в своєму образі номер, назву школи.
- Діти готують тематичну настінну газету про видатних випускників школи.
- Як проєкт, діти, об'єднані в групи, записують відео з розповіддю про школу для:
 - ♦ четвертокласники — для першокласників;
 - ♦ дев'ятикласники — для п'ятикласників;
 - ♦ одинадцятикласники — відеоспогади про школу.

Запитання, на які може відповідати такий відеопроєкт:

- 5 порад про школу;
- улюблене місце в школі;
- поради щодо різних вчителів.

Питання, на які може відповідати відеопроєкт старшокласників:

- спогади про перший день у школі;
- що найбільше лякало в 5 класі? Чи справдилися страхи?
- найсмішніший випадок у школі;
- найбезглуздіша витівка однокласника;
- найкумедніша витівка вчителя.

Дні різних культур у школі

Навіщо це робити: такі акції допомагають краще розуміти представників різних меншин, роблять меншини видимими та почутими. Це допомагає розбудовувати стосунки та взаєморозуміння між спільнотами.

Пропоновані активності:

«Жива бібліотека» — це інтерактивний захід, що надає людський вимір ідеї культурного розмаїття. Він — наче місточок, що уможливорює спілкування між людьми, які походять з різних соціально-етнічних контекстів. Це простір подолання упереджень та дискримінації через спілкування, створення вільного від дискримінації простору, де кожна історія важлива. «Книги» — це реальні люди, а «читання» — спілкування віч-на-віч.

Організація заходу:

1. Знайдіть «книги»: запросіть добровольців, які будуть представляти «книги». «Книги» — це люди, що мають історії,

які вони хочуть розповісти. Запросіть людей з різних соціально-етнічних груп, щоб забезпечити різноманітність.

2. Підготуйте «читачів»: запросіть учасників, які будуть «читачами». «Читачі» — це люди, які хочуть почути історії «книг». Запросіть учнів, вчителів, батьків та інших зацікавлених осіб.
3. Організуйте захід: розмістіть «книги» за столами або в інших зручних місцях. «Читачі» повинні мати можливість вибрати «книгу», яку вони хочуть «прочитати». Після того, як «читач» вибрав «книгу», він має можливість поспілкуватися з «книгою» віч-на-віч.
4. Завершення заходу: після того, як «читач» закінчив спілкування з «книгою», він може повернутися до «бібліотеки» та вибрати іншу «книгу». Захід можна завершити, коли всі «читачі» зможуть поспілкуватися з «книгами», які їх цікавлять.

Ярмарок культур: Організуйте подію, де учні зможуть продемонструвати свої традиції та звичаї. Запросіть учнів презентувати їхні регіони, їжу, музику, танці. Це може бути чудовим способом показати різноманітність та культурну спадщину різних куточків та етнічних груп України.

Культурний календар: Створіть культурний календар, де будуть відображені святкування та традиції різних культур. Звіряючись із календарем, учителі можуть перед початком уроків вітати представників цих культур із їхнім святом. Звісно, якщо представники цих культур є в класі.

Куточок культури: Створіть у школі візуальне представлення культури різних етнічних груп. Запросіть учнів зробити стінгазети про свою родину, чи віру, кухню чи звичай. Така стінгазета може тривалий час висіти на стінах школи.

Фільмотека

Для унаочнення належної атмосфери та вкладу кожного в її розбудову можливо використовувати фільми і їхнє обговорення. Добірка фільмів, які допоможуть говорити про співчуття, розуміння, внутрішню красу та розмаїття світу наведена в додатку «Рекомендовані фільми» [стор. 88].

Залучення лідерів

Окрім важливої ролі учителів як основоположників «норми» групи (що для групи прийнятно, а що ні), напрочуд важливу роль грають також лідери дитячого колективу.

Є два типи людей, за якими діти визначають, «як думає група».

По-перше, це так звані «соціальні референти» — діти, які одночасно «крутяться» у різних групах (наприклад, група театралів, група ДНДшників, група «крутих») і мають більш-менш тісні особисті зв'язки в них. Вони виконують роль зв'язкових між різними групами. Ось вони і стають тими, чиї погляди та поведінка зчитуються як взірць групової норми.

По-друге, це лідери шкільних «зграй», «компашок» або, як їх ще називають в літературі, — «клік». Вони мають дуже тісні зв'язки всередині своєї групи й диктують ті норми, яких треба дотримуватися, аби почуватися долученим до гурту.

Навіщо це робити? Роль лідерів у роботі з протидією булінгу є дуже важливою. Лідери можуть стати гарними союзниками вчителів та адміністрації школи. Тут важливо бути

спостережливими і зрозуміти, хто саме є зв'язківцями та лідерами груп.

Робота з лідерами

1. Адміністрація призначає особу, що відповідає за координацію лідерів
2. Координатор/-ка особисто запрошує долучитися до програми лідерства тих дітей, яких інші діти вважають лідерами, у якості волонтерів.
3. Дітям пояснюється візія школи — до чого школа має прийти в результаті їхньої роботи (наприклад: «Наша школа — це сильна спільнота, де кожному є місце і безпечно бути собою»).
4. Дітям передаються для ознайомлення матеріали щодо того, чим є булінг, як з ним працювати, і які є рушійні сили булінгу.
5. Дітям пропонується список активностей, де вони можуть бути корисними, наприклад:
 - а. говорити у своїх групах про прийняття та підтримку одне одного;
 - б. залучати до активностей тих дітей, які почуваються «поза бортом», дружити з ними та підтримувати
 - в. бути ведучими та пропонувати активності для клубу «Рівний рівному»
 - г. виступати медіаторами/посередниками в конфліктах та суперечках
 - д. надихати інших дітей робити те саме
 - е. заохочувати до участі в різних клубах

Координатор/-ка сприяє можливості лідерам проявлятися у цих просоціальних активностях як альтернатива залученості у негативні активності.

Клуб «Рівний рівному»

Навіщо це робити? Клуб «Рівний рівному» дає можливість дітям розкриватися у атмосфері неосуду, розвивати свої соціальні та комунікативні навички, знайти друзів та середовище спілкування.

Клуб проводиться за такою процедурою:

1. Анонсується тема для тижневої дискусії чи розмови.
2. Той, хто запропонував тему, робить короткий виступ, буквально на 7-10 хв, яким задає тон та напрямок обговорення. Кожен з учасників має змогу в неосудливому середовищі поговорити, висловитися на запропоновану тему. Для рівномірного залучення учасників можна передавати одне одному спеціальний предмет, який визначає черговість участі в дискусії.
3. Проводиться сесія гри в короткі настільні ігри, бажано — такі, які не залучають жорсткої конкуренції. Це можуть бути такі ігри, як «Черепашові біга», «Уно», джанга, пікчері, крокодил.
4. Усі разом п'ють чай або їдять піцу. Продукти для цього учасники приносять самі за попередньою домовленістю, або замовляють за передбачені для цього кошти.
5. Усі разом прибирають приміщення клубу після себе.

На засіданнях клубу бажана присутність медіатора/модератора, який спрямовуватиме дітей у русло живої, доброзичливої комунікації.

Шкільні політики з протидії булінгу

Політики наведені в якості прикладів для наслідування.

Р-Р-Р!, булінг!

У роботі з класом та виробленні політики школи щодо реакції на булінг [стор. 53] гарним прикладом є застосування РРР-підходу. Ідеться про візуальне поширення простого та легкого для запам'ятовування правила для дітей: Р-Р-Р!, булінг!. Аббревіатура розшифровується як «Розпізнай! Розкажи! Розберись!».

Перша «Р», або «Розпізнай!» — це вміння кожного учасника спільноти розпізнати, що таке булінг, і як відрізнити його від агресії та з'ясування стосунків.

Друга «Р», чи «Розкажи!», — заохочення дітей до того, аби вони розповідали дорослим про булінг, коли з ним стикаються або спостерігають. Для того, аби діти розповідали про булінг, їм важливо знати, що їх почують, візьмуть до уваги і не відторгнуть.

Щоб створити атмосферу, у якій дитина повідомлятиме старшим про булінг, важливо створити «Простір почутості» (англ. — «Telling Environment») — див. [стор. 57].

Дитина має чітко знати, куди й до кого звернутися у випадку булінгу. Канали повідомлення про булінг повинні передбачати як пряме звернення, так і анонімне повідомлення (див. інструкцію за QR [стор. 97]). Це може бути спеціальна електронна пошта, або мережа скриньок у такому місці, де дитина може непомітно пройти і лишити повідомлення.

Третя «Р» означає «Розберись!» — це про тотальне й усебічне заохочення дітей виступати в ролі захисників у випадках ситуацій із булінгом. Візуальне та усне повідомлення, яке звідусіль отримують діти, говорить про таке: захищай тих, кого цькують! Можливо, школа може впровадити спеціальні відзнаки для того, аби відмітити тих дітей, які не стояли осторонь.

10 ключових принципів роботи з булінгом у школі

Ось основні принципи, якими послуговуються в британських школах, аби не допустити булінг.

1. **Повага.** Усі люди, задіяні в навчальному процесі, є прикладами для наслідування для дітей щодо прийняття інакших та поваги.
2. **Дискримінаційна й нечутлива мова є неприпустимою в школі.** Весь шкільний колектив стежить за тим, щоб послуговуватися чутливою мовою.
3. **Святкування різноманітності.** Інакшість та різноманітність учнів і всього персоналу позитивно підкреслюються і святкуються в усій школі. Це означає, що меншини (які б вони не були) знаходять своє місце в школі, мають нагоду говорити про свій досвід та бути почутими, знають, що їхній досвід інакший, але так само має право на існування, як і досвід більшості.
4. **Принцип почутості.** Думки батьків, персоналу, дітей, опікунів мають бути почуті та взяті до уваги, коли школа складає план щодо протидії булінгу або коли працює з ним безпосередньо. Учні говоритимуть про свій досвід цькування, якщо будуть певні, що їх почують, їм повірять, а школа впроваджується із ситуацією.

5. **Залученість.** Усі діти, попри відмінності чи особливості, мають бути залучені до шкільних активностей. На своєму рівні, відповідно до своїх можливостей. Є гарне гасло: «Не рівність, а справедливість», і, напевно, це гасло чудово застосовується до цього принципу. Можна створити рівні умови для всіх дітей, аби вони грали у футбол чи змагалися з бігу, але це не буде справедливо для дітей на колісному кріслі чи з особливостями здоров'я. Важливо, аби школа шукала можливості справедливого залучення всіх своїх учнів.
6. **Обізнаність.** Усі шкільні працівники (педагогічний і непедагогічний персонал), діти, батьки мають бути обізнані з тим, чим є булінг і чим він не є.

Що робити після того, як булінг трапився

7. **Миттєва реакція.** На булінг має бути невідкладна реакція, діти мають бути долучені до прийняття рішень щодо реагування на булінг.

8. **Довіра.** Усі, хто говорять про булінг (батьки чи діти), мають бути сприйняті максимально серйозно.

9. **Розуміння того, як повідомити.** Усі учасники навчального процесу мають чітко розуміти, кому і як повідомляти про булінг.

10. **Політики щодо булінгу розроблені, у вільному доступі, актуалізовані та зрозумілі всім у школі.** Мається на увазі, що другокласники навряд чи зрозуміють сповнену канцеляризмами мову, а восьмикласникам нецікаво буде читати вижимки із законів. Пишіть політики протидії булінгу на зрозумілій дітям мові! Обговорюйте їх, дискутуйте, додавайте нові пункти разом з дітьми!

**Застосування Принципу III — регулярний
моніторинг й оцінка ефективності
впроваджених заходів, корегування плану дій,
якщо результати незадовільні**

Проведення загальношкільного анонімного опитування (наприклад, за опитувальником Дана Ольвеуса або запропонованим тут [стор. 72] опитувальником «Сприйнятливість шкільного середовища до булінгу») серед учнів 3-11 класів. Вимірювання проводять на початку і ближче до завершення кожного навчального року. За зміною показників визначають ефективність дій у подоланні булінгу і, за потреби, корегують календарні плани або політики, програми підготовки колектива закладу і т.п.

Також проводять формальну частину моніторингу за наявності вимірюваних результатів дій [стор. 53], [стор. 55] за кожним із принципів.

Додатки



Візуал для «Простору почутості»

Для створення відчуття важливості кожної дитини та того, що школа готова її почути, будь ласка, скористайтесь нашими візуальними матеріалами.

За цим лінком ви можете знайти приклади та макети постерів для візуального оформлення закладу освіти →



Рекомендоване читання

Тексти для читання і обговорення в класі, тематичні посібники, перелік художніх творів та інше приємне, необхідне та корисне читання. Рекомендації будуть доповнені і оновлені мірою розгортання пілотувань.

За посиланням розміщено добірку матеріалів про булінг для розширення знань щодо цієї теми →



Мистецтво різноманіття

Переліки творів мистецтва та об'єктів пам'яті, які сприяють розумінню та прийняттю різноманітності світу.

За посиланням викладено добірку ресурсів із творами культури, мистецтва і пам'яті →



Опитувальник для визначення рівня булінгу в закладі освіти

Опитувальник не є валідованим діагностичним інструментом [стор. 76] і призначений для досліджень і наукового пошуку. Водночас, він вже може слугувати інструментом,

який покаже вашому закладу освіти тренд щодо булінгу і підсвітить сутність проблем, якщо вони присутні.

Він не дає абсолютну оцінку рівня поширеності булінгу в школі, натомість дає точку відліку вашій роботі з превенцією булінгу.

Ви можете проводити опитування як в паперовій, так і в електронній формі.

Ресурси



pdf-файл ключів



pdf-файл
опитувальника
для роздруку



Посилання на електронну форму опитувальника та автопідрахунку результатів

Інструкція використання опитувальника

«Сприйнятливість шкільного середовища до булінгу»

Опитування [стор. 72] проводиться за місяць після початку навчального року (жовтень), і наприкінці року (травень) і дає змогу вирахувати дельту вашого прогресу в подоланні булінгу. Якщо показники наприкінці року є нижчими за ті, що були напочатку — це означає, що прогрес у подоланні булінгу є.

Надалі опитування проводиться раз на рік (припустимо, у лютому), для моніторингу ситуації.

Інструкції до проведення (**передовсім — анонімність**), переконайтесь, що:

- Опитувальник самостійно заповнюють учні 3-11 класів;

- учні мають достатньо часу (40 хв) на проходження тесту;
- **діти не підписують аркуші** та жодним чином не видають себе (на аркуші не треба нічого писати — лише позначати обрані відповіді) — анонімність важлива;
- діти мають змогу відповідати на запитання так, що вчитель або інші діти не бачать їхні відповіді.

Обрахунок проводиться за таблицею балів, вам потрібно розрахувати і зберегти середнє значення по класу, школі.

Обрахунок та питання-«ключі»:

Бали обраховуються для кожної анкети індивідуально, результати анкет додаються і діляться на кількість учасників, що брали участь.

Запитання-«ключі»

Деякі запитання (2, 3, 4, 5, 6) сигналізують про окремі проблеми в класі, які можуть бути причиною булінгу і є зонами посиленої уваги. Високі показники (2-3 середній) у запитаннях-ключах показують точки втручання для вас у програмі превенції булінгу.

Запитання-«ключ» 2 — Школа має працювати над розбудовою довірливих стосунків дітей із вчителем. Аспекти, які потребують перевірки:

- чи не має вчитель «улюбленців» та «неулюбленців»
- чи має справедливе, рівне ставлення до всіх?
- чи не кричить, не зривається на дітей?
- чи не тримає клас у страху?

Запитання-«ключ» 3, 5 — Ці запитання досліджують загальну атмосферу, що панує в школі. Аспекти, які потребують перевірки:

- чи гарні стосунки у дитини з вчителем?

- чи почувається дитина прийнятою?
- чи достатньо розбудовані соціальні зв'язки в класі?
- чи є у класі булінг (можливо, прихований, неочевидний для вчителя)?

Запитання-«ключ» 4 — Школа має працювати над почуттям приналежності. Аспекти, які потребують втручання:

- чи є озвученими в школі загальношкільні цінності?
- чи підкреслюється почесність приналежності до шкільної спільноти?
- чи має школа символіку, дні одягу в кольорах школи, гімн школи тощо?
- чи кожен/кожна в школі почувається прийнятою?

Запитання-«ключ» 6 — Школа має звернути увагу на розбудову дружніх стосунків усередині класу. Звернути увагу також варто, якщо більшість відповідей мають низькі бали (за класом), але один чи кілька відповідей мають високі (3) бали. Це може сигналізувати про потенційну або актуальну мішень булінгу. Аспекти, які потребують перевірки:

- чи мають діти достатньо активностей у двійках, трійках, четвірках як під час виконання проектної роботи, так і на перервах?
- чи є діти, яких інші діти уникають брати до проектів, команд, активностей?
- чи достатньо проводиться часу класом разом за приємними активностями?
- чи достатньо клас має позаурочних спільних активностей (похід в музей чи парк, перегляд кіно тощо)?

Анонімний опитувальник

«Сприйнятливість шкільного середовища до булінгу»

Клас _____ Буква _____
(заповнюється на бланку перед тиражуванням)

Цей опитувальник ми створили для того, аби зрозуміти ситуацію з булінгом у твоїй школі. Вчителі чи батьки можуть не бачити багатьох речей. Нам важливо розуміти, що відбувається у твоєму шкільному житті, аби зробити простір школи безпечним, і щоб кожному та кожній було добре вчитися.

Участь в опитуванні є **анонімною**, тож тобі не треба підписувати аркуш. Будь ласка, обводь літеру/-ри перед варіантом/-тами відповіді, які тобі близькі. Твої батьки, однокласники або вчителі не можуть примусити тебе розповісти, якими саме були твої відповіді. За відмову відповідати чи показувати відповіді ніхто і ніяк тебе не покарає. Тому можеш сміливо писати усе, що думаєш.

Оскільки опитування стосуватиметься булінгу, то будь ласка, ознайомся з визначенням булінгу:

Булінг — це коли людині навмисно і неодноразово завдають болю:

- фізичного, словесного, психологічного;
- коли не беруть до гурту або псують репутацію (наприклад, розпускають чутки), перешкоджаючи дружнім стосункам;
- людині, яка зазнає булінгу, непросто захистити себе.

Впродовж всього опитувальника ми говоримо про останні три місяці. Або, якщо це початок шкільного року, то про останні три місяці попереднього року.

Ми будемо вдячні, якщо твої відповіді будуть максимально правдивими. Навіть якщо ти напишеш, що булиш когось — ніхто не дізнається, що це ти :)

Спочатку з'ясуємо трішки про тебе та школу

1. Ти хлопчик чи дівчинка?
 - А. Хлопчик
 - Б. Дівчинка
2. Чи маєш ти у школі вчителя, якому можеш довірити великий секрет?
 - А. Маю одного
 - Б. Маю двох
 - В. Маю трьох чи більше
 - Г. Таких вчителів немає
3. Який настрій у тебе в школі впродовж дня?
 - А. Мені радісно і спокійно
 - Б. Мені нудно, але загалом спокійно
 - В. Я відчуваю легку тривогу
 - Г. Мені сильно тривожно
 - Д. Мені страшно бути в школі
4. Чи пишаєшся ти тим, що є учнем/ученицею своєї школи?
 - А. Так, дуже пишаюся
 - Б. Трохи пишаюся
 - В. Мені все одно
 - Г. Тут нема чим пишатися
 - Д. Мені соромно через те, що я учень цієї школи
5. Чи радісно тобі йти до школи щоранку?
 - А. Так, я радію, коли йду до школи
 - Б. Мені не радісно, але й не сумно
 - В. Мені байдуже, я йду, бо мушу
 - Г. Терпіти не можу школу, ходжу через силу
 - Д. За кожної нагоди пропускаю школу

6. Як часто ти по-дружньому спілкуєшся в школі з однолітками, наприклад, обговорюєш останні події життя, ділишся радістю чи секретами?

- А. Спілкуюся щодня, маю кілька/багато добрих друзів
- Б. Маю одного друга, якому достатньо довіряю
- В. Маю знайомих, але ми не розмовляємо з ними про справді важливі речі
- Г. Здебільшого проводжу час у школі на самоті
- Д. Все моє спілкування в школі — це зачіпки та знущання з боку однокласників

Булінг

Пригадай свої останні кілька місяців у школі: як це було? Якщо ти проходиш тест на початку шкільного року, то пригадай останню чверть у цій школі в минулому класі.

7. Як часто тебе ображали в школі за останні пару місяців?

- А. Зі мною такого не траплялося
- Б. Бувало буквально раз за останній місяць
- В. Було двічі або більше разів на місяць
- Г. Мене ображають так часто, що складно порахувати
- Д. Це відбувається щодня

Говорячи про образи — поговорімо, що саме відбулося

8. Про мене розпускали чутки або/чи наговорювали на мене моїм друзям

- А. Такого не було
- Б. Було десь раз на місяць
- В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
- Г. Щодня

9. Мене зумисне не брали до гурту, лишали поза спілкуванням, не обирали до команди чи не сідали зі мною, від чого мені було образливо

- А. Такого не було або було одного разу
- Б. Буває десь раз на місяць
- В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
- Г. Щодня

10. Мене неприємно дражнили, обзивали чи говорили неприємні речі в обличчя

- А. Такого не було або було одного разу
- Б. Буває десь раз на місяць
- В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
- Г. Щодня

11. Мене могли штовхнути, вдарити, поставити підніжку чи зачинити десь

- А. Такого не було або було одного разу
- Б. Буває десь раз на місяць
- В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
- Г. Щодня

12. Псували мої речі (наприклад, скидали книжки з парти чи жбурлялися портфелем)

- А. Такого не було або було одного разу
- Б. Буває десь раз на місяць
- В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
- Г. Щодня

13. У мене забирали гроші, речі чи їжу

- А. Такого не було або було одного разу
- Б. Буває десь раз на місяць
- В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
- Г. Щодня

14. Мене ображали в якийсь інший спосіб
- А. Такого не було або було одного разу
 - Б. Буває десь раз на місяць
 - В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
 - Г. Щодня

Приводи

15. Мене ображали через те, що я переселенець (-ка)
- А. Такого не було або було одного разу
 - Б. Буває десь раз на місяць
 - В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
 - Г. Щодня
16. Мене ображали через мову, якою я спілкуюся
- А. Такого не було або було одного разу
 - Б. Буває десь раз на місяць
 - В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
 - Г. Щодня
17. Мене ображали через нетипову поведінку (наприклад, надто сильну балакучість, мрійливість чи рухливість)
- А. Такого не було або було одного разу
 - Б. Буває десь раз на місяць
 - В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
 - Г. Щодня
18. Мене ображали через зовнішність (наприклад, незвичну)
- А. Такого не було або було одного разу
 - Б. Буває десь раз на місяць
 - В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
 - Г. Щодня

19. Мене обзивали чи робили жести сексуального характеру (наприклад, імітуючи статевий акт або задираючи спідницю тощо)
- А. Такого не було або було одного разу
 - Б. Буває десь раз на місяць
 - В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
 - Г. Щодня
20. Мене ображали через мою справжню чи уявну сексуальну орієнтацію
- А. Такого не було або було одного разу
 - Б. Буває десь раз на місяць
 - В. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
 - Г. Щодня
 - Д. Не знаю, що відповісти/не розумію питання
21. Скільки учнів займалося булінгом (коли тебе ображали більше ніж один раз, і ти не міг/не могла як слід себе захистити)?
- А. Мене взагалі не булили
 - Б. Здебільшого одна людина
 - В. Група з 2-3 учнів
 - Г. Група з 4-9 учнів
 - Д. Увесь клас
22. Як довго триває ця ситуація (булінгу)?
- А. Мене взагалі не булили
 - Б. Це триває останні пару тижнів
 - В. Це триває від початку навчального року
 - Г. Це тривало скільки себе пам'ятаю
 - Д. Це почалося після мого переходу до нової школи/класу

23. Чи бачив/-ла ти, як булили інших учнів твоєї школи чи класу?

- А. Так, було таке, я це бачив (-ла)
- Б. Про такі випадки говорили в школі, але я на власні очі не бачив/-ла
- В. Ні, такого не було

24. Якщо тебе хтось цькує або ображає, то де саме це відбувається (відміть кожне місце, яке підходить)

- А. Мене не булили
- Б. Мене булили в одному чи кількох місцях нижче (постав Х біля тих місць, де це відбувалося це може бути як одне, так і кілька місць)
 - ☐ На ігровому майданчику
 - ☐ У коридорі
 - ☐ У класі (вчитель був присутній)
 - ☐ У класі (вчитель був відсутній)
 - ☐ На сходах
 - ☐ У туалеті
 - ☐ У кімнаті для перевдягання
 - ☐ В їдальні
 - ☐ На шляху до/з школи
 - ☐ Через інтернет
 - ☐ Інше місце

25. Чи ти комусь розповідав/-ла, що тебе булять у школі?

- А. Я нікому не розповідав/-ла
- Б. Я розповідав/-ла комусь в школі (вчителі, психолог, завуч, директор)
- В. Я розповідав/-ла комусь з батьків/родичів.
- Г. Мене не булять в школі

26. Як часто інші учні твоєї школи, ставши свідками булінгу, намагалися його зупинити?

- А. Це відбувається часто
- Б. Час від часу таке спостерігаю
- В. Дуже зрідка таке буває
- Г. Ніколи такого не доводилося спостерігати
- Д. Я не був/була свідком булінгу

27. Як часто вчителі або інші дорослі в школі намагалися втрутитися в ситуацію цькування?

- А. Це відбувається часто
- Б. Час від часу таке спостерігаю
- В. Дуже зрідка таке буває
- Г. Ніколи такого не доводилось спостерігати
- Д. Я не був/була свідком булінгу

28. Коли ти бачиш, як у школі когось булять (не тебе), чи втручаєшся ти?

- А. Ні, бо це не моя справа
- Б. Ні, бо мене теж цькуватимуть
- В. Ні, бо це все одно не допоможе
- Г. Ні, бо учень, котрого булять, на це заслужив/-ла
- Д. Так, бо відчуваю гостру несправедливість
- Е. Так, бо це зробить мене у власних очах хорошим/хорошою
- Є. Так, бо у нашій школі таким речам не місце
- Ж. Я не був/була свідком булінгу у нашій школі

Булінг інших учнів

29. Як часто ти долучався/-лась до булінгу інших дітей у школі?

- А. Такого не було
- Б. Таке було лише раз
- В. Було десь раз на місяць, більше, ніж один раз
- Г. Більш як 3 рази на місяць, але не щодня
- Д. Щодня

30. Якщо тобі траплялося когось регулярно ображати в школі, то це було:

- А. Обзивання, вигадкування прізвиськ
- Б. Бійки, штовхання, щипання, підніжки
- В. Розпускання пліток, наговорювання на цю людину
- Г. Небажання брати цього учня (ученицю) до гурту
- Д. Діставання учня інтернетом (повідомлення, месенджери, відео)
- Е. Псування речей
- Є. Забирання грошей чи їжі
- Ж. Я не ображав/-ла інших дітей

31. Чи говорив з тобою вчитель або інший дорослий зі школи щодо того, що ти когось булиш?

- А. Я не булю нікого в школі
- Б. Зі мною не говорили
- В. Говорили раз
- Г. Говорили кілька разів
- Д. Говорили, хоча насправді я не цькую

32. Як гадаєш, ти міг/могла би приєднатися до булінгу когось, хто тобі не подобається?

- А. Так
- Б. Можливо
- В. Я не знаю
- Г. Скоріше, ні
- Д. Ні
- Е. Точно ні

33. Як ти зазвичай реагуєш, коли бачиш, що дитину твого віку булять інші?

- А. Я не був/-ла свідком цього
- Б. Можу спостерігати і подумки підтримувати того, хто цькує, бо цей учень заслуговує на таке
- В. Вголос висловлюю підтримку того, хто цькує, особливо якщо цей учень заслуговує на таке
- Г. Сміливо приєднуюся до цькування
- Д. Я просто спостерігаю, що відбувається
- Е. Я нічого не роблю, але думаю, що я повинен/повинна допомогти учневі, над яким знущаються
- Є. Я намагаюся якимось чином допомогти дитині, яку цькують

34. Як часто ти боїшся, що тебе булитимуть?

- А. Ніколи
- Б. Рідко
- В. Іноді
- Г. Досить часто
- Д. Часто
- Е. Дуже часто

Таблиця: Бали для підрахунку рівня булінгу в закладі

№	w ¹	w ²	w ³	w ⁴
1.	-	-	-	-
2.	В	Б	А	Г
3.	А, Б	В	Г	Д
4.	А	Б	В	Г, Д
5.	А, Б	В	Г	Д
6.	А	Б	В	Г, Д
7.	А	Б	В	Г, Д
8.	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г
10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г
18	А	Б	В	Г
19	А	Б	В	Г
20	А, Д	Б	В	Г
21	А			Б, В, Г, Д
22	А			Б, В, Г, Д

№	w ¹	w ²	w ³	w ⁴
23	В		Б	А
24	А			Б
25	-	-	-	-
26	Д	А	Б	В, Г
27	Д	А	Б	В, Г
28	Ж	Д, Е, Є		А, Б, В, Г
29	А, Б	В	Г	Д
30	Ж	-	-	А, Б, В, Г, Д, Е, Є
31	А	Г	В, Д	Б
32	Е, Д	Г, В	Б	А
33	А, Е, Є	Д	Б	В, Г
34	А	Б, В	Г	Д, Е
S ¹³				
Q ¹⁴	* 0 (балів)	* 1 (бал)	* 2 (бали)	* 3 (бали)
R ¹⁵	+	+	+	+
Y ¹⁶	=			

Результат для респондента розраховувати за формулою

$$Y = R w^2 + R w^3 + R w^4 \text{ або } = S w^2 * Q w^2 + S w^3 * Q w^3 + S w^4 * Q w^4$$

Для закладу індекс поширеності булінгу розраховується як середнє усіх індивідуальних індексів за формулою $Y_1 + Y_n / n$.

¹³ S — кількість відповідей в колонці

¹⁴ Q — множник для розрахунку результату для колонки

¹⁵ R — результат множення кількості відповідей на множник колонки

¹⁶ Y — індекс поширеності булінгу за відповідями респондента

Рекомендовані фільми

Для початкової школи

«Коко» (Coco, 2017). Історія хлопчика Мігеля, який мріє стати музикантом, не зважаючи на заборону музики у своїй родині. Хлопчик все ж вирішує слідувати за своєю мрією, тож випадково потрапляє до Країни Мертвих, де він зустрічає своїх померлих родичів та інші душі, що перейшли в потойбічний світ.

Головна тема фільму — це сімейні зв'язки, традиції та важливість пам'яті про померлих.

«Енканто» (Encanto, 2021). Дія розгортається в Колумбії та розповідає про родину Мадрігал, яка живе в магічному будинку. Кожен член сім'ї обдарований унікальним магичним даром, окрім головної героїні Мірабель.

Мірабель виявляє, що магія, яка оточує їхній дім, перебуває під загрозою, і вона вирушає в пригоду, щоб врятувати магичні здібності своєї родини. У фільмі досліджуються теми родини, самовідкриття, прийняття власної унікальності, а також йдеться про неочевидний тягар, який може нести людина в собі.

«Ваяна» (Moana, 2016). Історія молодої та сміливої дівчини на ім'я Ваяна, яка живе на тихоокеанському острові Мотунуї. Ваяна обрана для великого покликання — вона повинна відновити баланс у світі, здолавши демона Те-Ка, який загрожує знищенням її рідному острову.

Фільм розглядає теми самовдосконалення, відваги, прийняття викликів та поваги до природи.

«Відважна» (Brave, 2012). Розповідає історію Меріди, принцеси шотландського королівства, яка має плани та амбіції, не залежні від традицій та очікувань. Вона володіє надзвичайною стрілецькою майстерністю та несамопитим бажанням контролювати своє власне життя.

Конфлікт виникає, коли Меріді вказують на традиційний шлях вибору чоловіка через турнір стрільби з лука. Категорично відмовившись від заміжжя, героїня вирішує звернутися до ведмежої відьми, щоб змінити свою долю. Проте закляття призводить до непередбачуваних наслідків, і Меріді повинна використати свою сміливість та розум, щоб розірвати закляття та врятувати свою сім'ю.

Фільм зачіпає теми відходу від стереотипних ролей та прийняття відповідальності за власний вибір.

«Зоотрополіс» (Zootopia, 2016). У місті Зоотрополісі разом живуть різні види тварин, воно повністю інклюзивне та дружнє для всіх. У цьому місті молода кролиця Джуді Гопс мріє стати першою кроликовою поліцейською. Однак вона стикається з певними упередженнями щодо того, хто вона і яка роль відведена в цьому соціумі кроликам. Разом із лисом-шахраєм вони розслідують загадкові злочини, які ставлять під сумнів доречність інклюзивності Зоотрополісу.

Фільм змушує замислитися, чи справді можливо побороти вроджену природу людини, про роль вроджених особливостей і про можливість побудови суспільства, де кожен може бути собою та водночас мирно вживатися з іншими.

Для середньої школи

«**Лео**» (Leo, 2023). Історія ящірки Лео, який живе в тераріумі 5-го класу вже 74 роки. Лео дізнається, що жити йому лишився тільки рік, тож, аби побачити світ поза стінами класу, він розробляє план втечі і саме таким чином потрапляє по черзі до всіх дітей класу.

Поступово Лео дізнається, що всі діти різні, але всі вони мають щось неймовірне всередині, що неможливо помітити, просто спостерігаючи за їхньою поведінкою в класі.

Мультим про прийняття, розуміння, співчуття, внутрішні мотиви та дружбу.

«**Диво**» (Wonder, 2017). Фільм є екранізацією однойменного роману Р.Дж. Палаччі та розповідає історію хлопчика зі зміненим обличчям, який намагається вписатися в суспільство та знайти своє місце серед однокласників.

Основний персонаж Огаст «Оггі» Пульман страждає від рідкісного генетичного захворювання, яке призвело до серйозних змін у його обличчі. Після кількох років навчання вдома, Оггі вступає в п'ятий клас звичайної школи. Фільм докладно розкриває життя Оггі, його взаємини з родиною та вчителями, а також спілкування з однокласниками. Сюжет порушує теми прийняття, емпатії, толерантності та важливості внутрішньої краси. Важливо також те, що у фільмі йдеться про почуття рідних сестер та братів тих дітей, хто долає такі виклики, як герой фільму.

«**Колір раю**» (The color of paradise, 1999). Фільм розповідає історію сліпого хлопчика на ім'я Мохаммед, який повертається додому після закінчення навчання в школі для сліпих. Його батько, однак, бачить у хлопчикові перешкоду своєму

сімейному щастю та соромиться через особливості Мохаммеда. Батько вирішує позбутися Мохаммеда, записавши на навчання ремеслу. Мохаммад, однак, мріє лишитися вдома з родиною та спостерігати за прекрасною природою навколо нього, з якою він взаємодіє в свій спосіб. Фільм вчить співчуття, розумінню, прийняттю інакшості.

«**Едді Орел**» (Eddie the Eagle, 2016). Майкл Едвардс завжди мріяв взяти участь в Олімпійських іграх. Однак будучи дуже незграбним від народження, із поганим зором, він виглядає як посміховисько для олімпійського комітету. Едді не проходить кваліфікаційний відбір до Британської збірної з лижного спуску. Не здаючись, він вирішує спробувати свої сили в стрибках на лижах: тут від Британії немає ніякої збірної, бо ніхто не займався стрибками з трампліна вже кілька десятиліть років.

Едді «Орел» докладає неабияких зусиль, наполегливості та незламності — й отримує можливість взяти участь у зимових Олімпійських іграх 1988 року в Калгарі (Канада), представляючи Велику Британію.

Фільм про особисті перемоги, про важливість внутрішньої впевненості в своєму виборі та неухильність на шляху до мрій.

«**Палмер**» (Palmer, 2021). Сюжет обертається навколо екс-футбольного гравця на ім'я Едді Палмер, який звільнений з в'язниці та повертається в своє рідне місто. Він вирішує знову взяти життя в свої руки та починає працювати на будівництві. У його житті стає важливою лінія виховання сина своєї колишньої дружини, який виявляється дещо незвичним, адже дуже любить носити сукні.

Сюжет фільму досліджує теми прийняття, сімейних зв'язків та боротьби з гендерними стереотипами.

«**Зірочки на землі**» (Taare Zameen Par, 2007). Фільм розповідає історію восьмирічного хлопчика на ім'я Ішан, який має труднощі в навчанні та часто почувається відірваним від своїх однолітків. Його проблеми в навчанні пов'язані із дислексією та аутизмом, але ніхто не розуміє його потреб та унікальності. Аж доки вчитель мистецтва не розкриває талант хлопчика. Він не лише допомагає Ішану в подоланні труднощів у навчанні, але також надає йому можливість розкрити його творчий потенціал. Фільм наголошує на важливості розуміння та підтримки дітей з особливими освітніми потребами та визначає важливість унікальності та таланту кожної дитини.

Для старших класів

(у фільмах може бути присутня обценна лексика)

«**У ритмі серця**» (CODA, 2021). Рубі Росс є єдиною чуючою дитиною в своїй сім'ї, де всі інші члени сім'ї є глухоніми. Родина має рибальське підприємство в маленькому містечку. Рубі має талант до співу та мріє про кар'єру співачки.

Однак реалізувати мрію непросто: щоб вчитися, Рубі має відлучитися від родини. А родина потребує її допомоги у спілкуванні зі світом.

У фільмі дуже потужно показано теми розмаїття, виклики, із якими стикаються нечуючі люди, дуже важливою є лінія родини та взаємопідтримки. Порушено теми сепарації та поваги до особистого вибору людини.

«**Письменники свободи**» (Freedom Writers, 2007). Головна героїня фільму, Ерін Грюел, молода вчителька англійської, влаштовується в занедбану школу, де панує великий соціальний розбрат і конфлікти між різними расами та соціальними групами учнів. Вона стикається з апатією та байдужістю своїх учнів. Для того, щоб пробудити інтерес до навчання та подолати соціальні розбіжності, Ерін вирішує використати тему толерантності та самовираження через написання щоденників — ідею, яку вона отримала, прочитавши «Щоденник Анни Франк». Учні починають вести свої щоденники, де вони висловлюють свої думки, досвід і переживання.

Фільм демонструє силу знання, толерантності та особистого перетворення. Фільм звертається до глядача із посланням про важливість віри в потенціал кожної людини, незважаючи на її соціальне середовище чи походження.

«**X+Y**» (A Brilliant Young Mind, 2014). Фільм розповідає історію молодого хлопця на ім'я Нейтан Еллісон (грає Ейса Баттерфілд), математичного генія, але з діагнованим аутизмом. Соціальна взаємодія складна для Нейтана, він живе у власному світі математики та числових послідовностей. Його життя змінюється, коли він отримує можливість взяти участь у міжнародній математичній олімпіаді в Тайвані.

На олімпіаді він зустрічає інших талановитих юнаків та дівчат, зокрема американську ученицю Мей. Розцвітаючи на тлі конкуренції та особистих відкриттів, Нейтан вчиться розуміти не лише числа, але й людські відносини, важливість дружби та розвитку особистості.

Фільм глибокий та багатосаровий, розповідає про виклики, з якими можуть стикатися нейровідмінні люди, які

зовнішньо нічим не відрізняються. Побіжно порушено питання: а що ж робити, коли ти нейровідмінний, але не геній?

«**Спілка мертвих поетів**» (Dead Poets Society, 1989). Джон Кітінг — новий викладач англійської мови в консервативному коледжі. У фільмі розповідається історія вчителя, який надихає своїх учнів на зміни в їхньому житті та розпалює в них зацікавленість поезією та літературою. Кітінг надихає своїх учнів оживити «Спілку мертвих поетів» і на уроках допомагає кожному юнакові знайти свій власний голос у хорі, відкриваючи перед учнями чарівний світ природи та поезії.

Фільм навчає пошуку власного шляху, самовираження та незалежності, вказує на важливість відмови від конформізму та боротьби за ідеали, а також порушує питання справедливості.

«**Чужа молитва**» (2017). Сюжет фільму ґрунтується на реальній історії молодой кримськотатарської дівчини Саїде, яка під час окупації нацистами Бахчисарая та депортації кримськотатарського народу, врятувала життя 88 єврейським дітям. Працюючи вихователькою в притулку для татарських дітей-сиріт, вона стикається з хлопчиком на ім'я Іцхак, що переховується разом з іншими єврейськими дітьми від німецьких окупантів. Попри ризик для власного життя, Саїде бере під свій захист вихованців і видає маленьких євреїв за татар, надаючи їм нові імена, навчаючи мови, звичаїв і молитов.

«**Арахісовий сокіл**» (The Peanut Butter Falcon, 2019). За сюжетом, молодий чоловік із синдромом Дауна на ім'я Зак вирішує втекти з установи для людей із особливими потребами, щоб втілити свою мрію стати борцем. Він зустрічає Тайлера, який сам рятуються від проблем та переслідувань.

Розпочинається неймовірна подорож, яка виливається у взаємне зростання та дружбу.

Фільм вирізняється теплом, емоційною силою та непередбачуваністю сюжету, вчить глядача дружбі та прийняттю.



Відеотека



Протокол реагування на булінг (приклад)

Таблиця: Кроки реагування на випадок (кібер-) булінгу

дія	коментар
Отримання повідомлення про булінг через анонімне чи неанонімне джерело (див. інструкцію за QR [стор. 97])	Для цього має бути створена можливість анонімного та неанонімного повідомлення про булінг, а також побудована довіра між дорослими та дитиною.
Інформування директора про ситуацію з булінгом	Особа, відповідальна за обробку заяв про булінг, повідомляє директора. Як варіант: якщо людина, яка отримала повідомлення про булінг, визначає це як булінг — дитина (або батьки/опікуни дитини у випадку інклюзивного навчання) у письмовій формі заповнює заяву про булінг [стор. 98], і ця заява спрямовується до директора.
Інформування поліції впродовж 24 годин після отримання інформації	Відповідно до вимог законодавства України.
Скликання комісії з розслідування ситуації з булінгом	Впродовж 3 днів.
Робота комісії над аналізом шкільного середовища для розуміння, які його аспекти потребують покращення	Шляхом інтерв'ювання вчителів та дітей комісія з'ясовує, де саме шкільна система дала збій.
Збирання доказів щодо того, що сталося	Комісія має: опитати мішень, опитати свідків, зібрати докази, які доводять або не доводять повторюваність явища, завдання болю, дисбаланс сил.

Інформування всієї школи та всіх батьків і дітей стосовно того, що стався булінг і що подібне в школі неприпустимо	Директорка пише листа та розсилає всім учасникам освітнього процесу. Зразок листа можна знайти на [стор. 102].
Базуючись на аналізі, розпорядження директора щодо втілення низки заходів з покращення безпеки шкільного середовища	Це пропрацьовується з усім шкільним колективом.
Проведення класної години по всій школі, де підкреслюється, що булінг у закладі неприпустимий	
Залучення батьків як союзників за допомогою письмової комунікації	

Зразки листів-заяв про булінг

Заповнює дитина після того, як довірена особа кваліфікувала ситуацію як булінг за алгоритмом на [стор. 15]. Зразки заяв [стор. 98], [стор. 100] адаптовані і локалізовані з PACER Center, Inc. | ACTION Sheet: BP-19.

Ресурси



Заява дитини



Шаблони заяв батьків



Інструкція зі створення можливості анонімних повідомлень

Повідомлення директора про ситуацію булінгу

Адреса заявника:.....

.....

Ім'я:.....

Ім'я класного керівника:.....

.....

Номер школи:

і клас

Адреса школи:.....

.....

Шановний/-на,.....

Я,

.....

навчаюся в.....класі

в (назва школи)

.....

У школі я зазнавав/-ла булінгу та переслідувань з боку (ім'я

кривдника/-ів)

.....

.....

.....

Це сталося (дата або приблизний проміжок часу),

.....

коли (опишіть якомога більше деталей інциденту(ів), які можете
пригадати).....

.....

Коли це сталося (ім'я свідка/-ів)

.....

.....

чув/-ла або бачив/-ла це і (їхня реакція була)

.....

Я отримав/-ла (опишіть фізичні травми, емоційні страждання
та будь-яке необхідне медичне або психологічне лікування)

.....

.....

Я маю право перебувати в безпечному середовищі в школі.

Будь ласка, розслідуйте цю проблему та виправте її якомога
швидше.

Будь ласка, повідомте мене/моїх батьків письмово про дії, яких
ви вжили, щоб виправити ситуацію та гарантувати, що вона
більше не повториться, за електронною адресою (адреса email) ...

.....

Дякую за оперативну увагу до цієї серйозної проблеми.

З повагою, (підпис).....

(дата)

(своє ім'я друкованими літерами)

.....

Заява про булінг на ім'я директора від батьків дитини, що перебуває на інклюзивному навчанні

.....(ім'я директора)
(номер школи)
(адреса школи)
, (місто, індекс)

(ваше ПІБ)
(ваша адреса)
, (місто, індекс)
(дата)

Шановний/-на.....(ім'я директора)

Моя дитина,.....(ім'я дитини)
 навчається у підпорядкованій Вам школі. У школі він/вона
 зазнавав/-ла булінгу та переслідувань з боку

.....(ім'я кривдника/-ів). Це сталося
(дата або приблизний проміжок часу),
 коли.....(опишіть якомога більше деталей інциденту/-ів, які можете
 пригадати)

.....Коли це сталося,

(ім'я свідка/-ів)
 чув/-ла або бачив/-ла це і
(їхня реакція).

Ми дізналися про цей інцидент, коли
(опишіть, як ви отримали повідомлення).
(ім'я дитини)
 постраждав/-ла від цих знущань і булінгу. Він/вона отримав/
 -ла

.....
 (опишіть фізичні травми, емоційні страждання та будь-яке необ-
 хідне медичне або психологічне лікування).

Як ви, напевно, знаєте,(ім'я дитини)
 перебуває на інклюзивній формі навчання. Згідно зі стат-
 тею 161 Кримінального кодексу України, описані вище дії є
 порушенням рівноправності громадян залежно від їх расо-
 вої, національної належності, релігійних переконань, інва-
 лідності та за іншими ознаками, а також не відповідають
 Національній стратегії розбудови безпечного і здорового
 освітнього середовища в новій українській школі.
 Будь ласка, надішліть мені за електронною адресою (дійсний
 email)

.....копію політики
 школи щодо булінгу, розслідуйте цю проблему та виправте
 її якомога швидше. Будь ласка, повідомте мене в письмо-
 вій формі про дії, яких ви вжили, щоб виправити ситуацію
 та гарантувати, що вона більше не повториться. Якщо це не
 розв'яже питання, я прошу провести зустріч із фахівцями
 з інклюзії якнайшвидше. Я очікую на відповідь протягом 5
 робочих днів.

Дякую за оперативну увагу до цієї серйозної проблеми. З
 повагою,

З повагою, (підпис).....

(дата)

(своє ім'я друкованими літерами)

Копія для Служби у справах дітей

Інтерпретація та локалізація з: PACER Center, Inc. | ACTion Sheet: BP-19

Реагування адміністрації закладу освіти на випадок кібербулінгу / булінгу (приклад)

Лист має бути за підписом директора середньої школи.

«Вітаю!

Я знаю, що багато наших учнів проявляють розсудливість і мають зразкову поведінку. Проте часом у школі учні відчують спокусу публікувати неприйнятні та образливі повідомлення чи фотографії в інтернеті, не розуміючи до кінця, наскільки руйнівною може бути така поведінка. Для нас, як для школи, заподіяння комусь шкоди є неприпустимим.

Наша задача як дорослих — допомогти дітям приймати в житті правильні рішення. Саме тому прошу вас, шановні батьки, ще раз ознайомитися з політиками школи стосовно булінгу та використання інтернету [посилання на політики школи]. Будь ласка, знайдіть час поговорити про це з дітьми. Ми ж, зі свого боку, переконуємося, що дітям проведено урок про поведінку у віртуальному світі»

«Вітаю, шановні батьки!

Я знаю, що багато наших учнів проявляють розсудливість і мають зразкову поведінку. Вони приєднуються до допомоги вчителям та підтримують одне одного. Проте часом у школі учні відчують спокусу здобувати собі статус через приниження чи ображення інших дітей, не розуміючи до кінця, наскільки руйнівною може бути така поведінка. Для нас, як для школи, заподіяння комусь шкоди є неприпустимим.

Наша задача, як дорослих — допомогти дітям приймати в житті правильні рішення. Саме тому, прошу вас, шановні батьки, ще раз ознайомитися з політиками школи стосовно булінгу [посилання на політики школи]. Будь ласка, знайдіть час поговорити про це з дітьми. Ми ж, зі свого боку, переконуємося, що дітям проведено урок щодо неприпустимості та шкоди булінгу»

Наш коментар

Це — лиш приклад можливої комунікації. Але якою б не була ваша комунікація з батьками, важливо донести ключові моменти:

- проблема булінгу — це проблема не виключно переслідувача та мішені чи класу, у якому вони навчаються, а всієї шкільної спільноти; випадкових людей тут немає.
- до розв'язання ситуації залучено усіх (загальношкільний підхід);
- підкреслено цінності школи як спільноти (належність до групи з певними цінностями, групові норми);
- похвалено та заохочено хорошу поведінку учнів, які обирають не цькувати (позитивне підкріплення, підкреслення заслуги тих, хто поводить відповідно до групових норм);
- превентивні заходи — не лише покарання учасників, а й запобігання булінгу надалі (проговорення цінностей спільноти).



Школа без цькувань: для освітян Протидія традиційному булінгу

(Видання друге, виправлене і доповнене)

Методичні рекомендації з організації системної протидії булінгу в закладі освіти.

Для самопідготовки працівників сфери освіти, шкільних адміністрацій та класних керівників, особливо, середньої школи.

У виданні подано рекомендації з протидії булінгу, як цілісну програму, базовану на ефективних методах та напрацюваннях соціальної психології. Програма виходить з розуміння булінгу як соціо-екологічного явища, для протидії якому слід працювати в першу чергу зі шкільним середовищем.

Текст містить теоретичні основи, практики превенції та реагування: ідеї щодо організації клубів, уроків, кінопереглядів, ярмарків, втілення принципів інклюзивності та не-дискримінаційності, зразки антибулінгових політик та що в них має увійти, прив'язку активностей до шкільного року, алгоритм реагування, приклади заяв тощо.

УДК [159.922.76+(316.6+37.015.31)(076.035)]=161.2(477-075)

Авт. знак. **M47** 104 стор. Умовних друк. арк. 6.0 84х120/32

ISBN **978-966-421-313-1**

Серія «Школа без цькувань», ISBN 978-966-421-304-9

Коректура: Ксенія Мейта, Олена Гуленко

Обкладинка та ілюстрації: згенеровані штучним інтелектом

Головна редакторка: Настя Мельниченко

© Настя Мельниченко. Текст, 2024.

© ГО «Студена». Майнові права видання і розпорядження, 2024.

© Видавництво «Теза». Оформлення, 2024. Свідоцтво ДК №4363 від 17.07.2012

© Sorkin Type, Eben Sorkin, шрифт видання «Merriweather».

© ФОП Осьмук С. Б., тираж, 2024. Свідоцтво ДК №6508 від 30.11.2018

Надруковано ФОП Осьмук С. Б.

купуйте: **zamov@teza.in.ua**

тел.: **+38 (073) 300 52 25**



teza.in.ua



серія

Школа без цькувань



Настя Мельниченко —
голова ГО «Студена»,
координаторка онлайн-курсу для освітян
«Недискримінаційний підхід у навчанні»,
авторка курсів
«Школа без цькувань. Вчителям»
та «Школа без цькувань. Батькам»,
стипендіатка Фулбрайта (Fulbright),
із дослідженням булінгу дітей
із емоційно-поведінковими розладами
та гостьова дослідниця Принстонського
університету (Princeton University)
із дослідженням впливу війни
та російської пропаганди на булінг
в українських закладах освіти

ISBN 978-966-421-304-9 (серія)

ISBN 978-966-421-313-1

