

Карпатський національний університет імені Василя Стефаника
Педагогічний факультет
Кафедра педагогіки початкової освіти та освітніх інновацій

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти
на тему:

ПІДГОТОВКА ЗДОБУВАЧІВ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ ДО ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Виконала: здобувачка вищої освіти
ОПП «Початкова освіта»,
спеціальності 013 Початкова освіта,
групи ПОзм -22
Пилипчук Юлія Олександрівна

Науковий керівник Червінська І.Б.,
доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри початкової освіти та
освітніх інновацій,
Карпатський національний університет
імені Василя Стефаника

Рецензент Зозуляк-Случик Р.В.
доктор педагогічних наук, професор,
Карпатський національний університет
імені Василя Стефаника

АНОТАЦІЯ

Пилипчук Юлія Олександрівна. Підготовка здобувачів початкової освіти до протидії булінгу в освітньому середовищі. Рукопис. 2025

Кваліфікаційна робота на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти ОПІ 013 «Початкова освіта», Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, м. Івано-Франківськ, 2025.

У кваліфікаційній роботі за результатами контент-аналізу психолого-педагогічної літератури, опрацювання звітних матеріалів практики, вивчення передового педагогічного досвіду учителів початкових класів, розкрито організаційно-дидактичні засади підготовки здобувачів початкової освіти до протидії булінгу в освітньому середовищі закладу освіти.

Теоретичне значення роботи полягає в уточненні та систематизації наукових підходів до визначення поняття «булінг» у контексті початкової освіти, розробленні теоретичної моделі підготовки майбутніх учителів до протидії булінгу, обґрунтуванні педагогічних умов та методологічних засад формування антибулінгової компетентності здобувачів шкільної освіти, поглибленні наукових уявлень про взаємозв'язок соціально-емоційного розвитку молодших школярів і безпечного освітнього середовища.

Практична цінність полягає у розробленні конкретних методичних матеріалів, які можуть бути використані в освітньому процесі початкової школи, а саме: програми чи модуля підготовки здобувачів початкової освіти до протидії проявів булінгу в шкільному середовищі.

Підготовлені методичні рекомендації для вчителів початкової школи, які містять низку тренінгових занять, інтерактивних вправ і педагогічних технік для формування в здобувачів освіти навичок ненасильницького спілкування, алгоритмів реагування у ситуаціях проявів булінгу, можливості впровадження результатів дослідження у професійну діяльність психологічної служби та педагогів початкової ланки. Результати можуть бути застосовані під час викладання дисциплін педагогічного циклу, організації педагогічної практики, підвищення кваліфікації вчителів початкової школи.

Робота складається із вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, додатків.

Ключові слова: *булінг, толерантність, здобувачі шкільної освіти, антибулінгові заходи, безпечне освітнє середовище, булер.*

ЗМІСТ

ВСТУП

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

1.1. Булінг в освітньому середовищі початкової школи як соціально-педагогічна проблема	8
1.2. Поняття та види булінгу: психологічний, фізичний, кібербулінг	17
1.3. Причини, що сприяють проявам булінгу в школі	24
Висновки до розділу 1	36

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ В РОБОТІ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Психолого-педагогічні засади протидії булінгу серед здобувачів початкової освіти	38
2.2. Виховні та освітні програми з формування толерантності та емпатії здобувачів початкової освіти	45
2.3. Освітньо-виховний потенціал середовища початкової школи у профілактиці булінгу серед молодших школярів	55
Висновки до розділу 2	61

РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ В ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

3.1. Завдання та логіка організації експериментальної роботи	62
3.2. Експериментальна перевірка результативності профілактики булінгу серед молодших школярів	68
3.3. Методичні рекомендації щодо організації профілактики булінгу в шкільному середовищі	70
Висновки до розділу 3	74

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

ДОДАТКИ

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасний освітній простір характеризується зростанням уваги до проблеми безпеки, комфортності та психологічного благополуччя учасників освітнього процесу. Однією з найпоширеніших загроз, що негативно впливають на розвиток дитини, зокрема молодшого школяра, є булінг. Підвищена емоційна напруженість, соціально-економічна нестабільність у суспільстві зумовлює зростання різних видів відхилень у розвитку та поведінці здобувачів початкової освіти. Підвищена тривожність, агресивність, байдужість стали звичними проявами поведінки молоді. Особливе занепокоєння викликають прояви систематичного, тривалого знущання одних учнів над іншими, залучення до насильства всього класу.

За статистичними даними міжнародних організацій (UNESCO, UNICEF), від булінгу страждає кожна третя дитина у світі. В Україні явище булінгу також набуло системного характеру, що засвідчують результати соціологічних опитувань учнів та педагогів, а також запити батьківської спільноти і практичних психологів.

Особливо вразливою групою є здобувачі освіти 1–4 класів, які лише адаптуються до шкільного середовища, формують базові навички спілкування, емпатії та конструктивної взаємодії. У цей період надзвичайно важливо закладати здібності до ненасильницької комунікації, толерантності, прийняття різноманіття та розпізнавання ризикованих ситуацій.

Науковий аналіз проблеми булінгу засвідчує фрагментарність досліджень у соціальній, психологічній та педагогічній сферах. Проте сучасний етап розвитку освіти характеризується зростанням зацікавленості цією темою серед дослідників, які підкреслюють важливість професійної допомоги здобувачам початкової освіти під час зустрічі з агресивними стратегіями булінгу як складової системи корекції, реабілітації та профілактики девіантної поведінки (М. Алексеєнко, О. Дремлюх, І. Заклинська та ін.). Проблема булінгу викликає інтерес педагогів, психологів, медиків. Теоретико-методологічні засади феномена відображено у працях зарубіжних вчених, зокрема

К. Кампулаена, Д. Корнелла, Х. Лейманна, Т. Моффіта, Д. Ольвеуса, К. Паура, І. Ресанена, Д. Хей та ін. Проблеми насильства, зокрема третирування у дитячому середовищі, присвячені роботи Є. Дубровської, С. Кривцової, М. Ясеновської. Соціально-педагогічні умови профілактики та подолання насильства щодо підлітків розкривали Т. Вовчок, І. Даниленко, О. Дроздов, Є. Дубровська, Н. Степура. Психологічну профілактику шкільного насильства у початкових класах досліджувала О. Юрчук. Визначальну роль у профілактиці та подоланні булінгу науковці відводять саме вчителю.

У законах України булінг та мобінг визначаються як «діяння учасників в системі освіти, які повлягаються у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, зокрема із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освіти, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого» [15].

З огляду на євроінтеграційні пріоритети, модернізацію стандартів освіти та необхідність забезпечення психоемоційного добробуту учнів, дослідження питань підготовки здобувачів початкової освіти до протидії впливам булінгу в шкільному середовищі є значущим як на науковому, так і на практичному рівнях.

Саме затребуваність проблеми серед педагогічної спільноти, її практико-зорієнтоване спрямування зумовили вибір теми нашого дослідження: **«Підготовка здобувачів початкової освіти до протидії булінгу в освітньому середовищі»**.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та розробити ефективну систему підготовки здобувачів початкової освіти до протидії булінгу та формування безпечного освітнього середовища у закладах загальної середньої освіти.

Об'єкт дослідження – освітній процес у закладах загальної початкової освіти.

Предмет дослідження – педагогічні умови, зміст, форми та методи підготовки здобувачів початкової освіти до протидії булінгу в освітньому середовищі закладу освіти.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до трактування сутності булінгу та його видів у сучасних наукових джерелах.
2. Визначити психолого-педагогічні особливості попередження та подолання булінгу в початковій школі.
3. Дослідити стан сформованості компетентностей здобувачів початкової освіти щодо протидії булінгу.
4. Обґрунтувати педагогічні умови, методи й форми підготовки школярів до створення безпечного освітнього середовища в початковій школі.
5. Розробити й експериментально перевірити інноваційну методикау підготовки здобувачів початкової освіти до протидії булінгу.
6. Оцінити ефективність впроваджених заходів і сформулювати рекомендації для освітньої практики.

Теоретичне значення роботи полягає в уточненні та систематизації наукових підходів до визначення поняття «булінг» у контексті початкової освіти, розробленні теоретичної моделі підготовки здобувачів початкової освіти до протидії булінгу, обґрунтуванні педагогічних умов та методологічних засад формування антибулінгової компетентності здобувачів шкільної освіти, поглибленні наукових уявлень про взаємозв'язок соціально-емоційного розвитку молодших школярів і безпечного освітнього середовища.

Практична цінність полягає у розробленні конкретних методичних матеріалів, які можуть бути використані в освітньому процесі початкової школи, а саме: програми чи модуля підготовки здобувачів початкової освіти до протидії проявів булінгу в шкільному середовищі.

Підготовлені методичні рекомендації для вчителів початкової школи, які містять низку тренінгових занять, інтерактивних вправ і педагогічних технік

для формування в здобувачів освіти навичок ненасильницького спілкування, алгоритмів реагування у ситуаціях проявів булінгу, можливості впровадження результатів дослідження у професійну діяльність психологічної служби та педагогів початкової ланки. Результати можуть бути застосовані під час викладання дисциплін педагогічного циклу, організації педагогічної практики, підвищення кваліфікації вчителів початкової школи та в освітньому середовищі сучасної початкової школи.

База дослідження:

Апробація результатів дослідження. Концептуальні положення дослідження були представлені в доповідях на наукових конференціях магістрантів Карпатського національного університету імені Василя Стефаника», VI Міжнародній науково-практичній конференції «Україно моя вишивана: етнокультурний та освітньо-виховний потенціал української вишиванки» (Івано-Франківськ, 2025); Всеукраїнській науково-практичній конференції «IX Фльорівські читання». Чернігів, 2025.

Публікації. Пилипчук Ю. Булінг в освітньому середовищі початкової школи як соціально-педагогічна проблема. Матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції «IX Фльорівські читання». Чернігів, 2025. С.56-59.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

1.1. Булінг в освітньому середовищі початкової школи як соціально-педагогічна проблема

У контексті ускладнення соціально-політичної ситуації, запровадження військового стану, а також економічних та освітніх проблем в Україні спостерігається значне зростання рівня насильства у різних сферах суспільного життя. Соціальні дисбаланси, зокрема розрив між поколіннями, девальвація ролі родини та підвищення рівня агресивності в суспільстві, виступають факторами, що стимулюють поширення булінгу в освітньому середовищі.

Як показують психолого-педагогічні дослідження [1, 2, 3, 31], у перші місяці навчання першокласники ще не є організованим колективом: діти мало спілкуються один з одним, недостатньо знають успіхи товаришів у навчанні, у них ще відсутня диференціація за статусом, який кожен з них займає серед товаришів. Взаємини у класі будуються переважно через вчителя, він визначає ставлення учнів один про одного, організовує діяльність і спілкування. Кожне слово вчителя є законом для дітей, він є вищим авторитетом. Окрім того, молодші школярі легше усвідомлюють вчинки та мотиви інших людей, ніж свої. На другому році навчання суспільна думка як регулятор поведінки і взаємовідносин між дітьми тільки формується. У 1-4 класах ті мотиви, які складають основу поведінки і діяльності молодшого школяра, зазнають значних змін. Тому потрібно вчасно створити передумови для виникнення нової, значущої для особистості школяра мотивації. До 3-4 класів учні звикають до статусу школяра, засвоюють нові обов'язки. Вчитель починає займати другорядне місце в житті школярів.

З віком діти стають більш самостійними і менш залежними від дорослих. Поряд з тим, провідний вид діяльності – навчання – сприяє встановленню нових відносин між школярами: з'являється бажання бути разом,

разом гратись, працювати, виконувати суспільні доручення, виникає зацікавленість думкою товаришів, хочеться завоювати їх авторитет.

Методологічною основою дослідження є ключові положення діяльнісного, особистісно орієнтованого підходів на основі взаємоузгодженості та відповідно до мети дослідження. У процесі дослідження використано як теоретичні, так і практичні методи.

Булінг є поширеним явищем у закладах загальної середньої освіти та має комплексний вплив на розвиток школярів. Його наслідки проявляються у педагогічній сфері (шкільна дезадаптація, зниження успішності), психологічній (соціальна дезадаптація, девіантна поведінка, формування негативного уявлення про себе, зниження самооцінки, порушення процесів соціалізації) та медичній (травматизація, у крайніх випадках – суїцидальні настрої) площинах (Стоп, шкільний терор. Результати дослідження Українського інституту дослідження екстремізму).

За даними Українського інституту дослідження екстремізму, 8 із 10 дітей стикалися з булінгом у закладах загальної середньої освіти. При цьому 48% дітей, які зазнавали психологічного насильства, не повідомляли про це, а 22% сприймали такі прояви як норму (Стоп шкільний терор. Результати дослідження Українського інституту дослідження екстремізму).

Булінг у науковій літературі визначається «як небажана агресивна поведінка школярів, що проявляється у приниженні, залякуванні та демонстрації сили одним учнем або групою учнів стосовно іншого» [21]. (Центр інформації про права людини, 2019).

За даними ЮНІСЕФ, 67% школярів віком 11–17 років в Україні стикалися з цькуванням протягом останніх трьох місяців, при цьому 24% виступали булерами, а 48% жертв мовчали про ці прояви насильства.

Особливо вразливими є діти з сімей з низьким рівнем доходу, неблагополучних сімей або внутрішньо переміщені особи, які під час повномасштабного військового вторгнення змушені були залишити свої

домівки. Ці обставини підвищують ризик соціальної дезадаптації та агресивної поведінки серед зазначених груп дітей (United Nations Ukraine, 2018).

Школа виступає ключовою інституцією соціалізації та формування особистості школярів, що покладає на педагогічних працівників відповідальність за створення умов, сприятливих для розвитку людської гідності та гармонійного розвитку дитини.

Науковий аналіз проблеми булінгу засвідчує фрагментарність досліджень у соціально-психолого-педагогічній сфері. Проте сучасний етап розвитку освіти характеризується зростанням зацікавленості цією темою серед дослідників, які підкреслюють важливість професійної допомоги учням з агресивною поведінкою як складової системи корекції, реабілітації та профілактики девіантної поведінки [22].

У наукових джерелах існує низка визначень поняття булінгу у психології, педагогіці та правознавстві. Одним із перших термін було запропоновано норвезьким дослідником Д. Ольвеусом, який розуміє булінг як «ситуацію, у якій учень неодноразово піддається негативним діям з боку одного або кількох учнів» [11]. Вчений трактує цькування ширше, визначаючи його соціальні взаємини, у рамках яких одна або кілька осіб зазнають регулярних нападів іншої особи чи групи протягом тривалого часу, що призводить до пригніченого стану та безпорадності, а також ризику соціального виключення (Звіт про результати першого циклу загальнодержавного моніторингового дослідження якості початкової освіти, 2018) [13].

Відомий дослідник булінгу Д. Ольвеус (Dan Olweus) визначає три важливих його компоненти: 1) боулінг – агресивна поведінка, що охоплює небажані, негативні дії; 2) булінг охоплює патерн поведінки (патерн (від англ. patron) прийняті в певній культурі зразки та стереотипи поведінки), що постійно повторюється; 3) булінг характеризується нерівністю влади або сили [13].

Впродовж останніх років явище насильства в середовищі викликає певний інтерес дослідників з багатьох освітніх галузей. Відносно недавно

кібербулінг став предметом вивчення і в Україні, зокрема у працях учених П. Воропаєв, А. Корнійченко, Л. Найдьонова, Є. Собол [12; 24; 14; 5].

Посилює цей інтерес прийняття Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» (2019) [15]. Ідею організації компанії протидії булінгу, розпочату державними й громадськими організаціями, підтримали засоби масової інформації. Суть закону щодо протидії булінгу в шкільному середовищі.

Визначення булінгу (цькування) трактується законом, який чітко дає визначення булінгу у контексті освітнього процесу. Булінг – це діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які можуть бути психологічним, фізичним, економічним або сексуальним насильством. Також він охоплює випадки з використанням електронних комунікацій (наприклад, кібербулінг).

При цьому такі дії мають бути спрямовані на малолітню чи неповнолітню особу або вчиненими такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу. Ключовий момент – ці дії повинні спричинити або мати потенціал спричинити шкоду психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Адміністративна відповідальність за булінг згідно тлумачень Закон доповнює Кодекс України про адміністративні правопорушення (КУпАП) новою статтею 173-4, яка встановлює відповідальність саме за булінг у освітньому процесі. Санкції – штраф або громадські роботи. Зокрема, накладається штраф від 50 до 100 неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на термін від 20 до 40 годин. Адже не тільки булер (той, хто цькує) може бути притягнутий, але й відповідальність передбачена для керівництва освітнього закладу або педагогічного/науково-педагогічного працівника, якщо вони приховують випадки булінгу [16].

Внесення змін до законів в галузі освіти – це нові варіанти поправок у низку освітніх законів — зокрема в Закон «Про освіту», а також у закони про дошкільну, загальну середню, позашкільну, професійну й вищу освіту.

У Законі України «Про освіту» [27] з'являється офіційне визначення булінгу. Крім того, законодавча база дає Освітньому омбудсмену важливі повноваження:

- перевіряти заяви про випадки булінгу в закладах освіти; оцінювати, чи вжито повно та вчасно заходів реагування керівництвом закладу, педагогами, засновниками;
- отримувати статистику або інформацію про кількість зафіксованих випадків булінгу від центрального органу виконавчої влади в сфері освіти.

Захист прав потерпілих і учасників освітнього процесу Закон спрямований не лише на покарання агресорів, а й на запобігання і систему реагування: він визнає, що жертвами булінгу можуть бути діти, але також інші учасники освітнього процесу (наприклад, працівники закладу). Тобто створюється правова база, щоб освітні заклади мали механізми реагування, фіксації та протидії цькуванню.

Після прийняття закону Міністерство освіти і науки України випустило рекомендації для закладів освіти щодо застосування норм цього закону [29]. Ці рекомендації покликані допомогти ЗЗСО (та іншим освітнім закладам) правильно організувати процедуру повідомлення про булінг, реагування на випадки, документування та подальші дії.

Згідно зі звітом Міністерство освіти і науки України [29], вже після ухвалення закону почали фіксуватися непоодинокі випадки адміністративної відповідальності за прояви булінгу. Так лише в 2021 році Національна поліція задокументувала 344 адміністративні правопорушення за статтею 173-4 КУпАП, серед правопорушників – і неповнолітні [29]. Це демонструє, що закон не просто декларативний: він почав застосовуватись на практиці.

Значення закону для шкільного середовища є досить вагомим. Оскільки Закон створив правові рамки, які легітимізують булінг як окреме порушення в освітньому контексті. Раніше подібна проблема не була чітко визначена на законодавчому рівні. Завдяки визначенню булінгу заклади освіти тепер мають

чітке розуміння, які дії підпадають під це визначення (психологічне, фізичне, економічне, сексуальне насильство, кібербулінг).

Впровадження адміністративної відповідальності створює інструмент стримування – булери або ті, хто приховує випадки, можуть бути покарані. Освітні заклади змушені розробляти внутрішні заходи щодо політики та процедури реагування (повідомлення, розслідування, захист потерпілих).

Повноваження Освітнього омбудсмена означають системний контроль і моніторинг: є незалежний механізм, який може реагувати на порушення й аналізувати, наскільки ефективно школи справляються з проблемою. Рекомендації МОН допомагають школам правильно впровадити закон на практиці, роблячи процеси реагування більш структурованими і прозорими.

Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» [27] є важливим кроком у боротьбі з булінгом в українських школах. Він не просто визнає булінг як проблему, а вводить правову відповідальність, визначає чіткі механізми реагування та контролю, а також залучає державні інституції (освітня влада, Омбудсмен) до системної протидії. *Табл. 1.1.*

Таблиця 1.1.

Аналіз Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» (2019)

Сильні сторони закону	Недоліки та проблеми реалізації	Пропозиції щодо вдосконалення
Закон вперше вводить чітке правове визначення булінгу, включно з психологічним, фізичним, економічним, сексуальним та кібербулінгом	Визначення вимагає доведення систематичності та спрямованості, що ускладнює фіксацію багатьох реальних випадків	Уточнити визначення, включивши можливість реагування на одноразові, але небезпечні дії
Запроваджена адміністративна відповідальність за булінг і приховування булінгу	Наголос переважно на покаранні, а не на виховних або відновлювальних практиках	Розробити програми медіації, відновного підходу, роботи з агресором і групою

Сильні сторони закону	Недоліки та проблеми реалізації	Пропозиції щодо вдосконалення
Школи зобов'язані створювати систему реагування, фіксації й профілактики	Часто процес перетворюється на формальність; деякі заклади приховують інциденти	Створити прозорий механізм контролю, регулярний моніторинг виконання процедур
Посилені повноваження Освітнього омбудсмена (перевірка скарг, контроль реагування, збір статистики)	Нерівномірність реагування у різних регіонах; школи бояться перевірок і реагують формально	Підсилити регіональні команди психологічної та соціальної підтримки, забезпечити методичний супровід
Після прийняття закону МОН розробило чіткі рекомендації, алгоритми дій, пам'ятки	Не всі педагоги знайомі з ними або вміють застосовувати на практиці	Запровадити обов'язкове навчання педагогів щодо протидії булінгу та алгоритмів дій
Закон охоплює всі рівні освіти та всіх учасників освітнього процесу	Особливо в початковій школі каральний підхід може призводити до стигматизації дитини-булера	Ввести програми корекційної та виховної роботи, індивідуальних планів розвитку для агресора
Створюється правова база для захисту прав жертв	Брак шкільних психологів, консультантів, ресурсів для якісної підтримки	Забезпечити нормативну вимогу щодо обов'язкової кількості психологів, підсилити фінансування
Закон стимулює співпрацю школи, соціальних служб і батьків	Складна бюрократична процедура фіксації випадку; адміністрації бояться «псувати статистику»	Скоротити бюрократію, створити електронні форми повідомлення та обліку
Булінг визнається не приватною, а суспільно значущою проблемою	Немає єдиної національної системи профілактичних програм у школах	Розробити всеукраїнську програму профілактики булінгу (уроки, тренінги, тренінги для батьків, класні години)

Прийняття Закону України № 2657-VIII «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» у 2019 році стало важливим етапом у розбудові державної політики із забезпечення безпечного освітнього середовища. Закон уперше закріпив на законодавчому рівні чітке поняття булінгу, визначивши його як систематичне фізичне,

психологічне, економічне, сексуальне насильство, а також кібербулінг, що здійснюється учасниками освітнього процесу. Це дозволило стандартизувати розуміння явища, встановити єдині критерії його виявлення та створити правові механізми реагування.

Серед ключових позитивів закону варто відзначити запровадження адміністративної відповідальності за вчинення булінгу, а також за приховування випадків цькування. Такий крок підвищив рівень персональної та інституційної відповідальності учасників освітнього процесу, зокрема педагогів та адміністрації закладу. Крім того, закон покладає на школу обов'язок формувати внутрішню систему виявлення, фіксації та реагування на булінг, що сприяє становленню безпечного освітнього простору.

Важливою новацією стало розширення повноважень Освітнього омбудсмена, який отримав можливості контролювати дотримання норм закону, аналізувати скарги, збирати статистику та здійснювати посередництво між учасниками конфліктних ситуацій. Після прийняття закону Міністерство освіти і науки України також підготувало низку методичних рекомендацій, алгоритмів дій, пам'яток та інструкцій для педагогів, що суттєво підсилює нормативну та інформаційно-методичну базу протидії булінгу.

Разом із тим, реалізація законодавчих положень супроводжується низкою труднощів і недоліків. Передусім проблема полягає у складності доведення систематичності та навмисності дій, що є необхідними елементами юридичного визначення булінгу. Це ускладнює кваліфікацію багатьох випадків, особливо в початковій школі, коли одноразові акти агресії можуть мати серйозні наслідки, але не підпадають під критерії систематичності. У практичній площині такі колізії можуть призводити до відмови школи фіксувати інциденти або до їх неправильної кваліфікації.

Ще одним суттєвим недоліком є домінування карального компонента над профілактичним. Хоча адміністративні стягнення є необхідним механізмом правового впливу, самі по собі вони не змінюють поведінкових моделей дітей та підлітків. Без супровідних програм виховної та корекційної роботи, медіації,

розвитку емпатії та соціальних навичок, штрафи можуть мати поверхневий ефект або призводити до стигматизації дитини-булера.

Проблема формального підходу у низці закладів освіти залишається актуальною. Частина шкіл обмежується лише виконанням вимог документального забезпечення, не впроваджуючи реальних змін у роботі з дітьми. У деяких випадках адміністрації намагаються приховувати факти булінгу, щоб уникнути негативної статистики. Ситуацію ускладнює недостатня обізнаність педагогів із законодавчими вимогами та алгоритмами реагування, а також відсутність системної підготовки вчителів у сфері запобігання та подолання булінгу.

Варто підкреслити й проблему кадрового забезпечення: значний дефіцит шкільних психологів, соціальних педагогів та фахівців служб підтримки у громадах. Відсутність достатнього психологічного супроводу знижує ефективність роботи зі сторонами конфлікту, перешкоджає ранньому виявленню проблем і обмежує можливості профілактики.

Ефективність реалізації закону також суттєво різниться залежно від регіону. У великих містах існують ширші можливості для комплексної роботи: є мережа спеціалістів, методичні центри, громадські організації, які підтримують школу. У сільській місцевості ресурси значно обмежені, що ускладнює повноцінне виконання вимог закону.

Беручи до уваги зазначені недоліки, науковий аналіз дає змогу сформулювати низку рекомендацій щодо вдосконалення реалізації Закону. Насамперед необхідно оновити юридичне визначення булінгу, передбачивши можливість реагування на одноразові, але небезпечні прояви агресії. Важливо забезпечити системну підготовку педагогів, спрямовану на формування компетентностей у сфері медіації, ненасильницької комунікації, діагностики психоемоційного стану дітей та роботи з конфліктами. Потребує посилення й кадрового забезпечення психологічних служб, а також створення регіональних міжвідомчих команд психологічної та соціальної підтримки.

Необхідним кроком є впровадження національної програми профілактики булінгу, що включатиме регулярне проведення тренінгів, класних годин, занять із розвитку емоційного інтелекту, уроків цифрової безпеки та заходів для батьківської спільноти. Пріоритетним має стати розвиток відновних практик та індивідуальних корекційних програм для дітей, схильних до агресивної поведінки, що дасть змогу зменшити ризики повторних випадків булінгу [18].

У підсумку, закон є значним кроком уперед у державній політиці протидії булінгу, однак його ефективність у шкільному середовищі залежить не лише від нормативної бази, а насамперед від практичної готовності закладів освіти, педагогів, батьків та місцевих громад реалізовувати його положення комплексно та системно. Закон створює рамку, але її наповнення зм

1.2. Поняття та види булінгу: психологічний, фізичний, кібербулінг

Освітнє середовище початкової школи є унікальним соціальним простором, у якому діти молодшого шкільного віку здійснюють перехід від родинного середовища до ширшої соціальної взаємодії. Для цього вікового етапу характерні такі особливості як високий рівень емоційної вразливості. Адже учні 6–10 років мають недостатньо розвинені навички емоційної регуляції. Вони часто реагують імпульсивно, не завжди здатні визначити власні почуття та адекватно висловити потреби. Саме тому конфлікти можуть виникати частіше й швидше переростати в систематичні негативні дії.

Формування перших соціальних ролей відбувається активно у шкільному середовищі, де у початкових класах діти починають усвідомлювати своє місце у групі. Відбувається процес соціалізації, у межах якого дитина прагне бути прийнятою однолітками, шукати друзів, наслідувати авторитети. Будь-яке відхилення від групових норм може стати підставою для стигматизації.

Невміння вести конструктивну комунікацію притаманне молодшим школярам, оскільки вони часто не володіють стратегіями ненасильницького спілкування, навичками вирішення конфліктів та емпатійного слухання. Тому навіть дрібні сварки можуть призвести до образ, принижень і проявів агресії.

У початковій школі ще досить сильно прослідковується залежність від дорослих. Адже учні цього віку ще не здатні самотійно захистити свої права, їм необхідна підтримка педагога.

Тому роль учителя як посередника, модератора взаємин і захисника дитини є визначальною. Також варто звернути увагу на особливості формування класного колективу. Тому що саме клас у початковій школі - це постійна, відносно замкнена група, в якій усі учні щодня проводять багато часу разом. У таких умовах легше утворюються стабільні ієрархічні структури, що можуть сприяти появі «лідерів», «вигнанців» або «об'єктів» систематичних негативних дій.

На жаль, булінг досить сильно впливає на соціалізацію здобувача початкової освіти. Булінг порушує процес формування соціальних навичок, адже дитина засвоює моделі насильницької поведінки як норму. У систематично приниженого учня формується почуття власної неповноцінності, відчуження, недовіра до людей.

Варто зазначити, що булінг породжує стереотипи та дискримінацію серед учнівського колективу. Булінг часто базується на соціальних відмінностях: зовнішності, одязі, мовленні, успішності, культурних особливостях. Це сприяє відтворенню нерівності й соціальної ізоляції. Одночасно він несе ризики для психічного здоров'я зростаючої особистості. Що підтверджується результатами різнопланових досліджень [20].

Дослідження ЮНІСЕФ, UNESCO, ВООЗ доводять, що діти, які зазнають булінгу, частіше страждають від стресу, тривожності, депресивних проявів, можуть мати психосоматичні симптоми. Також варто відмітити, умови, необхідні для появи та існування цькування, включають не тільки наявність агресивних дітей, схильних до домінування, а й наявність певного середовища,

у якому дорослі не дають собі звіту про причини існування цькування та його наслідки як для жертви, так і для всього колективу. Булінг розвивається у тому випадку, коли відсутній контроль за поведінкою учнів на перервах та присутня байдужість як з боку однолітків, так і з боку педагогів

Булінг має значний впливає на сім'ю та громаду, де поширюються навіть поодинокі прояви булінгу. Іноді проблема боротьби з булінгом виходить далеко за межі школи – батьки залучаються до конфліктів, громада отримує сигнали про небезпечне середовище. Це знижує довіру до закладу освіти та породжує соціальну напругу. І в результаті страждають усі причетні до цієї неоднозначної ситуації.

Проблема визначення сутності булінгу та його типологізації є однією з ключових у сучасних психолого-педагогічних дослідженнях. У науковій літературі булінг (*англ. bullying*) визначається як систематичні, повторювані дії агресивного характеру, спрямовані на заподіяння фізичної, психологічної або соціальної шкоди особі, яка перебуває у завідомо менш захищеному становищі. Важливими ознаками булінгу є: повторюваність, наявність наміру завдати шкоди, асиметрія сил між агресором та жертвою, а також емоційний тиск або фізичний вплив [23].

У межах освітнього середовища початкової школи булінг проявляється у специфічних формах, що зумовлено віковими особливостями молодших школярів – підвищеною емоційною чутливістю, потребою у соціальному визнанні та недостатньою здатністю до саморегуляції.

У сучасних наукових підходах поширеним є поділ булінгу на психологічний (емоційний), фізичний та кібербулінг, кожен із яких має власні механізми впливу, специфічні прояви та наслідки для розвитку дитини.

1. Психологічний (емоційний) булінг

Психологічний булінг – це систематичні дії, спрямовані на приниження, образу, зниження самооцінки, емоційне виснаження або соціальну ізоляцію дитини. Він не завжди має явний характер, тому вважається одним із найбільш прихованих та небезпечних видів.

Основні форми психологічного булінгу:

- насмішки, образливі прізвиська, глузування;
- поширення чуток, вигадування неправдивої інформації;
- соціальна ізоляція, ігнорування, відсторонення від групових активностей;
- маніпуляції, погрози, залякування;
- демонстративне виключення із колективу;
- приниження досягнень або зовнішності.

Особливості прояву у початковій школі

У молодшому шкільному віці психологічний булінг частіше виражається через: образливі слова або насмішки, що швидко поширюються у класному середовищі, небажання грати або працювати в парі з окремим учнем, створення «груп проти когось», демонстрацію зневаги шляхом колективного ігнорування.

Психологічний булінг може завдати тривалої шкоди самооцінці, формуванню особистості та загальному психоемоційному стану дитини.

2. Фізичний булінг

Фізичний булінг передбачає застосування фізичної сили або дій, що становлять небезпеку для здоров'я дитини. Він є найбільш помітним, оскільки має матеріально-фізичні ознаки та часто супроводжується безпосереднім тілесним впливом.

Форми фізичного булінгу:

- штовхання, удари, щипання, підніжки;
- пошкодження одягу або особистих речей;
- блокування рухів, утримування силою;
- крадіжки або навмисне псування шкільного приладдя;
- фізичне втручання у простір дитини (затискання у куті, блокування виходу).

Особливості прояву у початкових класах молодші школярі часто не усвідомлюють межі між «грою» та насильством. Рухливі ігри, змагання або

суперечки можуть перерости у навмисні фізичні дії. Через недостатній рівень емоційного контролю діти швидше переходять до тілесних проявів агресії, що потребує постійного моніторингу з боку вчителя.

3. Кібербулінг

Кібербулінг (*кіберзнуцання*) – це форма булінгу, що відбувається із використанням цифрових технологій: мобільних телефонів, соціальних мереж, месенджерів, онлайн-ігор тощо. Особливість кібербулінгу полягає у його швидкому поширенні, анонімності та неможливості для жертви повністю контролювати ситуацію.

Форми кібербулінгу:

- образливі або загрозливі повідомлення у месенджерах;
- поширення фото/відео без згоди дитини;
- створення принизливих зображень, мемів, колажів;
- хейтерські коментарі;
- кіберсталкінг – нав'язливе переслідування онлайн;
- створення фейкових профілів з метою дискредитації;
- групові чати, де обговорюється чи висміюється окрема дитина.

Особливості кібербулінгу серед молодших школярів У початковій школі прояви кібербулінгу пов'язані із доступом дітей до смартфонів та онлайн-спільнот. Типові ситуації: поширення фото з метою висміювання; групові чати класу, де принижують окремого учня; обговорення у месенджерах, закритих групах; використання ігор або платформ для ізоляції учасника (наприклад, виключення з онлайн-груп).

Особливо небезпечним є те, що цифровий простір посилює ефект публічності та невідворотності: дитина може піддаватися агресії 24/7, навіть поза межами школи *Табл. 1.2.*

Таблиця 1.2.

Види булінгу, їх ознаки та приклади

Вид булінгу	Ознаки	Приклади проявів у початковій школі
Психологічний (емоційний) булінг	Систематичне приниження або образи; Намір завдати емоційної шкоди; Соціальна ізоляція; Тиск на особистість	Насмішки, образливі прізвиська; Поширення чуток або неправдивої інформації про однокласника; Ігнорування або виключення з групових ігор; Демонстративне приниження досягнень учня
Фізичний булінг	Використання фізичної сили; Загроза або шкода здоров'ю; Порушення особистого простору	Штовхання, удари, підніжки; Псування одягу або особистих речей; Блокування рухів, утримування силою; Крадіжка шкільного приладдя
Кібербулінг (онлайн-булінг)	Використання цифрових технологій; Можливість анонімного впливу; Швидке поширення інформації; Порушення психологічного комфорту	Надсилання образливих або загрозливих повідомлень у месенджерах; Поширення фото або відео без згоди учня; Створення фейкових акаунтів для висміювання; Приниження в групових чатах або онлайн-іграх
Сексуальний булінг	Неправомірні сексуальні коментарі або дії; Порушення фізичної або психологічної цілісності; Використання страху або тиску	Образливі жарти щодо тіла; Непристойні дотики або спроби залякування; Поширення неприйняттого контенту про однокласника
Соціальний (груповий) булінг	Маніпуляція міжособистісними стосунками; Виключення з групи;	Колективне ігнорування або ізоляція учня; Створення «груп проти когось»; Відмови у спільній

Вид булінгу	Ознаки	Приклади проявів у початковій школі
	Вплив на соціальний статус	діяльності через бажання залякати або контролювати

Типологізація булінгу за психологічними, фізичними та онлайн-формами дозволяє глибше зрозуміти механізми насильницької взаємодії у шкільному середовищі. Для початкової школи характерна взаємодія цих видів: психологічна агресія може переростати у фізичну, а конфлікти – переходити у цифровий простір. Це визначає необхідність комплексного підходу до профілактики, що включає формування емоційної компетентності, безпечної комунікації та цифрової грамотності.

Прояви булінгу серед учнівського колективу початкової школи серйозно порушує безпечність освітнього процесу, веде до підвищення соціальної напруги, впливає на успішність здобувачів освіти, завдає шкоди ще не зовсім сформованій психіці зростаючій особистості.

Закон України «Про освіту» [27] гарантує кожному учневі безпечне освітнє середовище. Булінг є прямим порушенням цього принципу, а вчитель виступає ключовою особою, яка має забезпечити його дотримання.

Багато досліджень показують, що діти, які є жертвами булінгу, мають гіршу концентрацію уваги, нижчу мотивацію до навчання, частіше пропускають уроки. А також формує небажані моделі поведінки. Якщо вчитель не реагує на булінг, він мимоволі демонструє дітям, що агресія може залишатися безкарною. Це створює культуру мовчання, страху та толерування насильства.

Булінг в учнівському середовищі досить сильно ускладнює педагогічну взаємодію – батьки-педагоги, здобувачі освіти.

Конфліктні стосунки у класі руйнують атмосферу довіри, ускладнюють групову роботу, знижують ефективність виховного впливу вчителя.

Також прояви цькування в шкільному колективі мають негативний вплив на професійну діяльність учителя початкових класів.

Щоб протидіяти проявам цькування учитель має бути готовим до раннього виявлення проявів булінгу, вміти налагодити комунікацію з різними учасниками конфлікту – агресором, жертвою, свідками, тісно взаємодіє з батьками, знати й активно застосовувати методику розвитку соціально-емоційних компетентностей, спрямовану на формування культури ненасильницького спілкування.

1.3. Причини, що сприяють проявам булінгу в школі

Проблема булінгу у початковій школі є актуальною темою сучасної педагогіки та психології, оскільки цькування має різні прояви та характеризується особливою соціально-психологічною природою. Булінг може проявлятися як одноразові інциденти, так і у формі систематичних, повторюваних дій, які завжди призводять до шкоди психічному та фізичному здоров'ю всіх учасників освітнього процесу – кривдника (буллера), жертви та спостерігачів. Наприклад, дитина, яка регулярно ображає однокласника, може не лише формувати у нього страх і тривожність, а й підвищувати ризик виникнення агресивної поведінки у себе [31].

Виявлення булінгу у шкільному середовищі є складним завданням, оскільки він часто відбувається у місцях, де відсутній контроль з боку педагогів: на перервах у коридорах, у шкільних туалетах, на майданчиках. Жертви та спостерігачі часто не повідомляють дорослих через страх стигматизації або небажання бути сприйнятими як «ябедники».

Найбільш небезпечним є систематичний характер булінгу, який визначає його сутність. Термін «булінг» походить від англійського слова *bully*, що означає «хуліган, забіяка, задира». У сучасній науковій літературі булінг розглядається як дії або бездіяльність учасників освітнього процесу, що проявляються у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, а також через електронні засоби комунікації (кібербулінг) і завдають шкоди психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Булінг відрізняється від конфлікту або сварки між дітьми кількома категоріальними ознаками:

Систематичність дій. Насильство проявляється повторно щодо однієї і тієї ж дитини. Наприклад, учень регулярно ображає свого однокласника під час обіду, на перервах або у групових іграх.

Наявність злого умислу. Дії булера спрямовані на заподіяння психологічної або фізичної шкоди, приниження гідності, викликання страху та тривожності, соціальну ізоляцію. Наприклад, група дітей може ігнорувати нового учня, навмисно виключати його з ігор і обговорювати його недоліки.

Дисбаланс сил. Стосунки між кривдником і жертвою є асиметричними: буллер може мати фізичну перевагу, вищий соціальний статус, кращу адаптацію в колективі або відсутність особливих освітніх потреб у порівнянні з жертвою.

Відсутність розкаяння. Булінг не припиняється самостійно – необхідне втручання дорослих, соціальна підтримка жертви, робота з кривдником та спостерігачами. Наприклад, ефективним може бути залучення шкільного психолога, організація класних годин на тему емпатії та вирішення конфліктів, а також медіація між сторонами конфлікту.

Таким чином, булінг у початковій школі є системним явищем, що потребує цілеспрямованого педагогічного та психологічного втручання. Важливим є формування в дітей навичок співпраці, емпатії та конструктивного вирішення конфліктів, що дозволяє зменшити прояви агресії та підвищити соціальну адаптованість учнів.

Булінг у початковій школі є складним багатофакторним явищем, що охоплює як соціальну, так і педагогічну сфери. Він порушує природний процес соціалізації дітей, заважає формуванню позитивного мікроклімату та безпечного освітнього середовища.

В умовах зростання агресивності та цифровізації суспільства особливої актуальності набуває професійна підготовка майбутніх учителів початкової школи до розпізнавання, профілактики та реагування на булінг. Саме

компетентний учитель є тим фахівцем, який може запобігти негативним наслідкам і забезпечити розвиток дитини у комфортному, дружньому, безпечному шкільному середовищі.

Проаналізувавши наукові розвідки західних вчених [3; 7], зазначимо, що шкільний булінг проявляється у таких формах як фізичний булінг та психологічний булінг.

Фізична форма булінгу характеризується умисними штовханнями, ударами, стусанами, побоями, нанесенням інших тілесних ушкоджень тощо. Деякі вчені до цієї форми відносять також сексуальний боулінг (дії сексуального характеру).

Психологічна форма цькування характеризується наявністю систематичних довготривалих проявів пов'язаних з дією на психіку, яке наносить психологічну травму способами словесних образ чи погроз, створенням напруженої атмосфери для навчання з метою формування зверхнього ставлення групи учнів, переслідування, залякування, навіть вчителів чи допоміжного персоналу школи, до аутсайдера, патологічної жертви, почасти фізично слабкішого учня або з бідної чи неблагополучної сім'ї.

Виявами психологічного цькування визначаються: вербальний боулінг, невербальний боулінг – образливі жести або дії, залякування; бойкот, ізоляція, вимагання, кібербулінг у його проявах [9].

Узагальнивши різні наукові підходи, можемо констатувати, що булінгом прийнято вважати умисне, свідоме, не пов'язане з самозахистом та не санкціоноване законними нормативно-правовими актами, довготривале (чи систематично повторюване) фізичне чи психологічне цькування з боку індивіда або групи людей, які володіють певними перевагами (фізичними, психологічними, адміністративними та ін.) щодо індивіда, та реалізується переважно в організованих групах людей з певною особистою (корисною) метою [29].

Варто відзначити, що булінг у закладі загальної середньої освіти проявляється не тільки в між учнями одне одного, але і в діяльності вчителів стосовно учнів або навпаки.

Учителі у взаємодії з учнями можуть демонструвати прояви такої поведінки, що завдає школярам психологічний, або, в деяких випадках, і фізичний біль та обмежує їхнє право на відстоювання гідності і свободи особистості. Але виявити прояви такої поведінки, що вказує на явище булінгу, досить не просто.

Вчитель під час комунікації з своїми учнями може використовувати авторитарний (директивний) стиль менеджменту, котрий, на думку учнів, може сприйматися як обмеження їх прав і свобод, але, по суті, не є булінгом за характеристиками. Іншими варіантами булінгу можуть бути переслідування учнями самого вчителя [44].

Причини та фактори виникнення булінгу в початковій школі

1. Індивідуальні фактори. Ці фактори пов'язані з особистісними характеристиками дитини, її поведінкою та емоційною сферою.

Особистісні риси агресора: імпульсивність, низький рівень емпатії, потреба у контролі або домінуванні над іншими, низька здатність до саморегуляції. Особистісні риси жертви: сором'язливість, тривожність, низька самооцінка, фізична слабкість, замкнутість, підвищена емоційна чутливість. Соціальні навички: недостатній розвиток комунікативних навичок у дітей може провокувати конфлікти та непорозуміння. Приклад: дитина, яка часто уникає спілкування з однолітками, може стати мішенню для агресивного однолітка, що шукає підтвердження власної значущості [41].

2. Сімейні фактори. Роль сім'ї у формуванні моделей поведінки є дуже вагомою. Виховний стиль батьків: авторитарний або надмірно ліберальний підхід може призводити до агресивної або залежної поведінки дітей. Насильство в родині: діти, які є свідками або потерпілими домашнього насильства, частіше відтворюють агресивні моделі у школі. Недостатня увага та підтримка: відсутність емоційного тепла або контролю з боку батьків може

спонукати дитину до пошуку уваги через негативну поведінку. Приклад: дитина, яка не отримує уваги вдома, може шукати її через цькування однокласників, щоб відчувати себе значущою.

3. Шкільні та соціальні фактори. Навколишнє середовище й організація освітнього процесу суттєво впливають на виникнення булінгу. Мікроклімат у класі: відсутність дружньої атмосфери, конкуренція або нерівність у спілкуванні з однолітками. Недостатній контроль педагогів: якщо вчителі не помічають конфлікти або не реагують на перші прояви агресії, булінг може закріпитися. Групова динаміка: бажання відповідати груповим нормам або отримати статус у колективі може спонукати дитину до агресивної поведінки. Приклад - клас, де один чи два учні лідирують через тиск на слабших, сприяє формуванню моделей цькування.

4. Культурні та медіафактори. Зовнішнє середовище, включно з медіа та культурними моделями, також впливає на поведінку дитини. Популяризація агресії в мультфільмах та іграх: дитина може наслідувати негативні моделі поведінки.

Соціальні мережі та цифровий простір: навіть у молодшому шкільному віці прояви кібербулінгу (образи, глузування онлайн) можуть стимулювати або підсилювати традиційний булінг.

Культурні та медіафактори відіграють значну роль у формуванні моделей поведінки дітей і можуть опосередковано сприяти проявам булінгу в шкільному середовищі. В сучасних умовах розвитку інформаційного простору молодші школярі активно контактують із медіа-контентом, що включає мультфільми, комп'ютерні ігри, відео та соціальні мережі, де часто демонструються агресивні моделі вирішення конфліктів. Діти, особливо на ранніх етапах соціалізації, схильні наслідувати поведінку героїв, сприймаючи її як допустиму або ефективну.

Крім того, поширення цифрових платформ, доступних навіть для молодших школярів, відкриває можливості для кібербулінгу, який часто стає продовженням або доповненням традиційного шкільного булінгу.

Соціальні та культурні стереотипи, поширені в родині, медіа та суспільстві, також впливають на формування уявлень дітей про «сильних» і «слабких», про статус у групі та допустимі способи самоствердження.

Такий культурний контекст може стимулювати дітей до проявів домінування над однолітками через приниження, насмішки або ізоляцію. Важливо відзначити, що медіафактори не є прямою причиною булінгу, проте вони модифікують поведінкові схеми та емоційні реакції дітей, роблячи їх більш схильними до агресивних дій у взаємодії з однолітками.

Соціальні мережі, такі як Facebook, Instagram, TikTok, Snapchat та інші, є одними з основних цифрових платформ, з якими сучасні молодші школярі стикаються у повсякденному житті. Вони забезпечують швидкий і широкий доступ до інформації, одночасно створюючи середовище, у якому поширюються різноманітні форми соціальної взаємодії, включно з негативними та агресивними моделями поведінки.

Однією з головних небезпек соціальних мереж є поширення образливих коментарів і хейту, що можуть принижувати гідність окремих дітей або груп однолітків.

Додатково соціальні мережі дозволяють створювати принизливі публікації, меми або відео, що демонструють агресивну або дискримінаційну поведінку. Завдяки великій кількості користувачів такі матеріали швидко поширюються серед однолітків, що підсилює емоційний тиск на жертву та сприяє формуванню групової агресії.

Особливу увагу слід приділяти явищу анонімного цькування: можливість залишатися невидимим або створювати фейкові акаунти знімає соціальні бар'єри перед проявом агресії, що у звичайному спілкуванні могло б стримувати дитину.

Вплив соціальних мереж на прояви булінгу обумовлений ще й тим, що молодші школярі перебувають на ранньому етапі соціалізації та недостатньо критично оцінюють наслідки власних дій у цифровому середовищі. Вони часто наслідують моделі поведінки, які спостерігають у публікаціях чи відео,

сприймаючи агресію та приниження як допустимі способи самоствердження або взаємодії з однолітками.

Таким чином, соціальні мережі виступають як опосередкований, але потужний фактор формування булінгу у початковій школі, оскільки вони модифікують поведінкові схеми дітей, знижують внутрішні бар'єри перед агресією та розширюють аудиторію можливого цькування.

Профілактика негативного впливу таких платформ потребує розвитку у школярів медіаграмотності, критичного мислення та навичок емоційної саморегуляції, а також активного контролю і супроводу з боку дорослих.

Таким чином, культурні та медіафактори виступають опосередкованими чинниками, що формують соціально-поведінкове середовище дитини, впливають на її сприйняття норми поведінки і створюють умови, які можуть сприяти проявам булінгу в початковій школі.

Розуміння цього впливу є важливим для розробки ефективних профілактичних програм, спрямованих на формування медіаграмотності, критичного мислення та емпатії у молодших школярів.

Соціальні стереотипи: переконання про «сильних» і «слабких» дітей, конкуренція між групами, культурні уявлення про статус і владу. Приклад: дитина, яка бачить у мультфільмах або відео героїв, які вирішують конфлікти через силу, може відтворювати це у школі.

5. Психологічні причини. Нерозвинені навички емпатії: здатність розуміти емоції інших дітей у ранньому віці ще формується, що підвищує ризик агресивної поведінки. Стресові ситуації: адаптація до школи, зміни у сім'ї чи середовищі, перевантаження навчанням.

Пошук самоствердження: у маленьких дітей частіше проявляються імпульсивні спроби домінувати над іншими, щоб відчувати власну значущість.

Психологічні фактори є важливим компонентом механізмів виникнення булінгу в початковій школі, оскільки вони визначають здатність дитини до саморегуляції, усвідомлення емоцій та адекватного реагування на конфліктні ситуації. Одним із ключових аспектів є нерозвинені соціально-емоційні

навички, зокрема емпатія та здатність до співпереживання. Молодші школярі часто не в змозі повною мірою усвідомлювати емоційний стан однокласників, що підвищує ризик агресивної поведінки та зменшує внутрішні бар'єри проти нанесення шкоди іншим.

Стресові фактори, пов'язані з адаптацією до нових умов навчання, змінами в сімейному оточенні чи надмірним навчальним навантаженням, також можуть стимулювати прояви агресії або замкнутості. У таких випадках булінг може виступати як механізм емоційного розвантаження або спосіб самоствердження. Особливо важливою є потреба дитини у самоствердженні в соціальному середовищі класу: прагнення до визнання, підвищення власного статусу серед однолітків може проявлятися через цькування слабших або менш соціально активних дітей.

Таким чином, психологічні фактори виступають як внутрішні передумови для формування булінгу: вони визначають індивідуальні реакції на конфлікти, сприйняття соціальних сигналів та готовність дитини до агресивних дій. Розуміння цих чинників дозволяє педагогам і психологам розробляти профілактичні програми, спрямовані на розвиток емоційної компетентності, навичок самоконтролю та формування позитивної соціальної поведінки серед молодших школярів. Див. *Табл. 1.3.*

Таблиця 1.3.

Причини та фактори виникнення булінгу в початковій школі

Категорія факторів	Ознаки / характеристики	Приклади проявів у школі
Індивідуальні фактори	Агресивність, імпульсивність Низька емпатія Сором'язливість, тривожність Низька самооцінка	Дитина ображає однокласників, щоб відчутти себе значущою Замкнена дитина стає жертвою цькування
Сімейні фактори	Авторитарний або пасивний стиль виховання Насильство в родині Недостатня увага та підтримка	Дитина наслідує агресивну поведінку батьків Шукає уваги через приниження інших
Шкільні та соціальні фактори	Негативний мікроклімат у класі Відсутність контролю з боку вчителів Групова конкуренція, прагнення до статусу	Лідери класу організують тиск на слабших дітей Учитель ігнорує конфлікти, що призводить до повторення булінгу

Категорія факторів	Ознаки / характеристики	Приклади проявів у школі
Культурні та медіафактори	Популяризація насильства в мультфільмах, іграх Соціальні мережі та цифровий простір Соціальні стереотипи щодо сили та статусу	Дитина копіює агресивну поведінку героїв мультфільмів Кібербулінг серед учнів
Психологічні причини	Нерозвинені навички емпатії Стресові ситуації (адаптація до школи, зміни в родині) Пошук самоствердження	Дитина імпульсивно ображає однокласників Стресова поведінка у новому класі або після сімейних змін

Булінг у початковій школі – це результат взаємодії багатьох факторів: індивідуальних, сімейних, шкільних, соціальних та культурних. Для профілактики необхідна комплексна робота: розвиток соціально-емоційних навичок, підтримка сім'ї, створення безпечного шкільного середовища та формування культури ненасильницького спілкування.

Проблема булінгу має значну наукову розробленість у зарубіжному та вітчизняному науковому дискурсах. Перші ґрунтовні дослідження булінгу були здійснені скандинавським ученим Д. Олвеусом (Dan Olweus), який визначив основні характеристики булінгу як тривалу, повторювану агресивну поведінку та запропонував першу системну аналітичну модель його профілактики. Соціально-психологічні аспекти шкільного насильства вивчали К. Рігбі (Ken Rigby), Д. Еспелаж (Dorothy Espelage), П. Сміт (Peter Smith), С. Лімбер (Susan Limber), а групові динамічні чинники досліджували В. Крэйг та ін. В українському науковому просторі питання шкільного насильства та профілактики булінгу досліджували О. Данилевська, О. Белкіна, О. Заблоцька, С. Кириленко, Н. Костюк, а також науковці, які вивчають соціально-педагогічні та психологічні аспекти дитячої агресивності та девіантної поведінки, зокрема Л. Орбан-Лембрик, Г. Бевз [29].

Аналіз внеску українських та зарубіжних дослідників у вивчення булінгу. Проблема булінгу в освітньому середовищі є предметом дослідження багатьох вітчизняних та зарубіжних науковців. Аналіз їхніх наукових праць

дозволяє виділити основні напрямки дослідження та підходи до розуміння причин, форм проявів і профілактики булінгу.

1. Зарубіжні дослідники *Ден Ольвеус (Dan Olweus, Норвегія)* вважається піонером наукового вивчення булінгу. Він сформулював класичне визначення цього явища, виділив його основні ознаки (систематичність, умисність, асиметрія сил) і розробив першу комплексну програму профілактики – *Olweus Bullying Prevention Program*. Його дослідження дозволили встановити зв'язок між проявами агресії та соціально-психологічним кліматом класу.

Кен Різбі (Ken Rigby, Австралія) зосередив увагу на соціально-психологічних механізмах булінгу, ролі групи та школи у підтримці або запобіганні проявів насильства. Він також досліджував ефективність інтервенцій та методів попередження булінгу.

Б. Коллоросо (Barbara Coloroso, США) розробила модель «агресор – жертва – спостерігач», підкресливши роль свідків у булінгових ситуаціях. Вона пропонує конкретні практичні стратегії для педагогів та батьків щодо запобігання конфліктів.

С. Свіпер (Susan Swearer, США) та інші американські дослідники аналізували психологічні наслідки булінгу, включаючи тривожність, депресію та зниження успішності жертв. Вони також вивчали ролі «були-віктим», коли дитина одночасно є агресором і жертвою.

П. Сміт (Peter Smith, Великобританія) приділив увагу віковій динаміці булінгу та ролям дітей у класних групах. Його праці допомогли розробити методи діагностики та моніторингу булінгу у шкільному середовищі.

К. Саліва (Christina Salmivalli, Фінляндія) розробила програму KiVa, яка базується на моделюванні соціальних ролей у групі та формуванні колективної відповідальності за протидію булінгу. Її дослідження підтвердили ефективність системного підходу до профілактики [29].

Зарубіжні дослідження також акцентують увагу на кібербулінгу, особливо у працях *Ніколь Імон та Шеррі Блейр (Nicole E. Limber, Sheri Bauman,*

США). Вони вивчали механізми онлайн-агресії та роль цифрових технологій у формуванні нових форм булінгу.

В Україні проблема булінгу досліджується у межах соціально-педагогічної та психологічної науки. О. Лунченко аналізує особливості проявів булінгу в українських школах та розробляє рекомендації для формування антибулінгової політики.

В.Сорока досліджує соціально-педагогічні аспекти девіантної поведінки дітей та питання створення безпечного освітнього середовища. Вона підкреслює значення превентивної роботи та формування навичок емоційної компетентності у дітей [33].

Г. Слесь приділяє увагу психологічним механізмам булінгу в молодшому шкільному віці та розробляє тренінгові програми толерантності, які можуть бути інтегровані в освітній процес [31].

Л. Лупшай акцентує на діагностиці булінгу, методах його виявлення та профілактики, а також на підготовці педагогів до роботи з різними ролями учнів у конфліктних ситуаціях [26]. Н. Лесько розробила комплексні програми запобігання агресивній поведінці та підтримки психологічної безпеки в освітньому середовищі [18]. Їхні роботи особливо цінні для підготовки майбутніх учителів початкової школи. Ю.Градова займається соціально-педагогічними механізмами протидії булінгу та створення безпечного освітнього середовища, наголошуючи на інтеграції превентивних програм у систему початкової освіти [12].

У практичній площині значний внесок здійснено фахівцями Міністерства освіти і науки України та Українського інституту розвитку освіти, які розробили методичні рекомендації щодо запобігання та реагування на випадки булінгу.

Таблиця 1.4..

Узагальнена інформація про дослідників проблеми булінгу

Група дослідників	Дослідник	Країна / регіон	Основний внесок у дослідження булінгу
Зарубіжні	Ден Олвеус (Dan Olweus)	Норвегія	Засновник наукових досліджень булінгу; створив <i>Olweus Bullying Prevention Program</i> ; описав критерії булінгу (систематичність, дисбаланс сил).
	Кен Рігбі (Ken Rigby)	Австралія	Аналіз соціально-психологічних наслідків булінгу; вплив шкільного середовища й стосунків «учитель–учень» на прояви насильства.
	Дороті Еспелаж (Dorothy Espelage)	США	Дослідження взаємозв'язку булінгу з агресією, нормами поведінки групи, гендерними особливостями та ризикованою поведінкою підлітків.
	Пітер Сміт (Peter Smith)	Велика Британія	Вивчення механізмів шкільного насильства, кібербулінгу; розробка методів вимірювання й типологізації булінгу.
	С. Лімбер (Susan Limber)	США	Формування політик безпечного шкільного середовища; правові й інституційні аспекти профілактики булінгу.
	В. Крейг (W. Craig), Д. Піддел (D. Pepler)	Канада	Роль спостерігачів та групової динаміки у булінгу; вплив ровесників на розвиток і підтримку агресивної поведінки.
Українські	О. Белкіна, О. Данилевська	Україна	Кібербулінг, цифрова безпека; формування безпечного освітнього середовища в умовах сучасних ризиків.
	О. Заблоцька	Україна	Психологічні чинники виникнення булінгу; профілактичні програми для учнів молодшого й середнього шкільного віку.
	М. Костюк, С. Кириленко	Україна	Вивчення шкільної дезадаптації та конфліктів; особливості взаємодії молодших школярів у групі.
	Л. Орбан-Лембрик	Україна	Дослідження соціально-психологічної поведінки дітей у колективі; закономірності групових процесів.
	Г. Бевз	Україна	Соціально-педагогічна діяльність щодо профілактики булінгу; робота з класним колективом і сім'єю.

Група дослідників	Дослідник	Країна / регіон	Основний внесок у дослідження булінгу
Офіційні інституції	МОН України, УІРО	Україна	Практичні методичні матеріали; алгоритми реагування; нормативно-правові роз'яснення; рекомендації для шкіл та батьків.

Зарубіжні дослідники сформувавши теоретичну та методологічну базу вивчення булінгу, розробили програми профілактики (Olweus Program, KiVa) та моделі оцінювання соціальної поведінки учнів. Українські дослідники адаптують міжнародний досвід до національного контексту, розробляють локальні методики діагностики та профілактики, враховуючи особливості освітнього середовища та психологічний розвиток українських дітей.

Висновки до розділу 1

Одним із ключових чинників ефективного запобігання булінгу є належна підготовка майбутніх учителів початкової школи.

Успішна професійна діяльність педагога передбачає не лише знання нормативно-правової бази й методів реагування, а й вміння організовувати безпечне інклюзивне середовище, використовувати педагогічні технології, що формують соціально-комунікативні компетентності дітей.

Відтак, проблема вдосконалення професійної підготовки здобувачів освіти у закладах вищої освіти у сфері протидії булінгу набуває особливої актуальності.

Спільним підходом є акцент на комплексному розумінні булінгу, що включає психологічний, фізичний та кіберпросторовий виміри, а також врахування ролей учасників конфлікту: агресор, жертва, спостерігач.

Підсумовуючи зазначимо, що у сучасних психолого-педагогічних дослідженнях тлумачиться як специфічна форма соціальної взаємодії агресивного характеру, при якій сильніша (авторитетніша) особистість (або група осіб) систематично і цілеспрямовано цькує, залякує іншу (слабшу,

аутсайдера). Даний феномен є досить поширеним у всьому світі і характеризується такими специфічними рисами як повторюваність та дисбаланс сил.

Таким чином, булінг – це специфічна форма соціальної взаємодії, що має агресивну природу, при якій одна особистість (або група осіб) систематично і цілеспрямовано переслідує іншу, використовуючи при цьому різні форми насильства та маніпуляції.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПРОФІЛАКТИКИ

БУЛІНГУ В РОБОТІ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Психолого-педагогічні засади протидії булінгу серед здобувачів початкової освіти

Проблематика булінгу в початковій школі набуває особливої значущості в контексті забезпечення безпечного освітнього середовища та формування соціально прийнятної поведінки молодших школярів. Освітнє середовище початкової школи виступає важливим простором первинної соціалізації дитини, у межах якого формуються її комунікативні навички, культурні норми взаємодії та емоційно-ціннісні орієнтації. Саме в цей період закладаються основи особистісного розвитку, що зумовлює високу чутливість дітей до будь-яких форм негативного соціального впливу.

Особливості освітнього середовища початкової школи є специфічним соціально-педагогічним простором, що характеризується кількома ключовими особливостями.

По-перше, для дітей молодшого шкільного віку властива підвищена емоційна вразливість і недостатній рівень сформованості механізмів саморегуляції. Обмеженість життєвого досвіду та недостатній розвиток емоційного інтелекту ускладнюють здатність дітей конструктивно реагувати на конфліктні ситуації.

По-друге, у цьому віці активно формується система міжособистісних стосунків. Діти починають усвідомлювати власний соціальний статус у групі однолітків, вибудовують перші стійкі соціальні ролі, що нерідко супроводжується боротьбою за лідерство, прагненням до самоутвердження та підвищеною залежністю від думки інших.

По-третє, комунікативні навички молодших школярів знаходяться на етапі активного становлення. Нерозвиненість навичок мирного врегулювання конфліктів, недостатня здатність до емпатії та відсутність досвіду тривалої

групової взаємодії створюють передумови для виникнення різних проявів агресивної поведінки.

По-четверте, діти цього віку значною мірою залежать від дорослого — учителя, який виконує роль посередника у взаємодії між учнями, регулятора комунікації та гаранта дотримання правил поведінки. Невчасна або неадекватна реакція педагога може сприяти загостренню конфліктів і розвитку негативних моделей поведінки.

По-п'яте, класний колектив початкової школи часто функціонує як відносно замкнута мікрогрупа, у межах якої щоденна взаємодія учнів є інтенсивною та тривалою. У таких умовах швидко формуються неформальні групи, ієрархії, стійкі типи міжособистісних відносин, які можуть сприяти виникненню та закріпленню булінгових практик.

Булінг як соціальна проблема. Булінг у початковій школі набуває ознак соціальної проблеми з огляду на його вплив на процес соціалізації та соціальне благополуччя дитини. Систематичні прояви агресії порушують процес засвоєння соціальних норм, ускладнюють формування позитивного образу «Я», сприяють виникненню станів емоційної напруги, тривожності та недовіри до оточення.

Соціальний характер проблеми проявляється у тому, що булінг часто ґрунтується на соціально означених відмінностях – рівні успішності, зовнішніх фізичних характеристиках, мовленні, соціокультурних особливостях. Це сприяє закріпленню практик стигматизації та дискримінації, що суперечить принципам рівноправності та інклюзивності освітнього середовища.

Крім того, наслідки булінгу виходять за межі шкільного простору, впливаючи на сімейні відносини, взаємодію учасників освітнього процесу, а також на соціальний імідж закладу освіти. Зниження довіри батьківської спільноти до школи та зростання соціальної напруги підтверджують соціальну масштабність цієї проблеми.

Булінг як педагогічна проблема. Булінг має ознаки педагогічної проблеми, оскільки безпосередньо впливає на організацію освітнього процесу та якість педагогічної взаємодії.

По-перше, шкільний булінг порушує один із ключових принципів освіти – принцип безпечності та психологічного комфорту всіх учасників освітнього процесу, закріплений у Законі України «Про освіту». Відтак педагоги несуть професійну відповідальність за створення умов, що унеможливають прояви насильства.

По-друге, досвід систематичного приниження або агресії негативно позначається на навчальній діяльності учня: знижується рівень мотивації, погіршується увага, з'являються труднощі у засвоєнні навчального матеріалу та зростає кількість пропусків занять.

По-третє, толерування агресії або несвоєчасна реакція педагога призводить до закріплення небажаних моделей поведінки у дітей, формування норм «мовчазної згоди» та нівелювання виховного впливу школи.

Таким чином, педагогічний аспект проблеми полягає у необхідності підготовки майбутніх учителів до ефективного виявлення, профілактики та подолання булінгу з використанням відповідних методичних інструментів, психологічної компетентності та комунікативних стратегій.

Причини та фактори, що сприяють проявам булінгу в школі:

Індивідуальні фактори. Особистісні риси агресора: імпульсивність, низький рівень емпатії, прагнення до домінування, труднощі у самоконтролі.

Особистісні риси жертви сором'язливість, тривожність, низька самооцінка, фізична слабкість. Соціальні навички відсутність навичок спілкування, конфліктного вирішення проблем. Приклад - дитина з імпульсивним характером часто ображає однокласників через невміння висловлювати емоції словами. Індивідуальні фактори пов'язані з особистісними, психологічними та поведінковими характеристиками дитини, які можуть підвищувати ймовірність як агресивної поведінки, так і стати причиною того, що дитина стає жертвою булінгу.

Особистісні риси агресора. Імпульсивність і низький самоконтроль. Діти, які швидко реагують на емоції та не вміють стримувати негативні почуття, часто проявляють агресію у вигляді словесних або фізичних нападів.

Низький рівень емпатії, пов'язаний з неможливістю усвідомлювати та відчувати емоції інших дітей сприяє байдужості до наслідків власних дій і підвищує ризик цькування. Потреба у домінуванні або самоствердженні через агресивну поведінку часто є способом «підкреслити свій статус» у класі, особливо якщо дитина відчуває невпевненість у собі.

Важливість для вчителя та батьків – розуміння цих рис допомагає вчителям і психологам передбачати потенційні конфлікти, працювати з агресивними дітьми та навчати їх альтернативним способам вираження емоцій.

Особистісні риси жертви це – сором'язливість, тривожність, низька самооцінка. Такі діти часто уникають конфліктів або не вміють захистити себе, що робить їх легкою мішенню для агресора. Фізична слабкість або невпевненість у своїх діях.

Діти, які не здатні фізично або психологічно протистояти агресії, часто стають постійними жертвами. Замкнутість та соціальна ізоляція. Дитина, яка не має друзів або підтримки однолітків, більше піддається цькуванню, адже агресор отримує відсутністю опору.

Важливо враховувати ці характеристик дозволяє педагогам та психологам вчасно виявляти вразливих дітей і проводити профілактичні заходи, включно з розвитком соціальних навичок та підвищенням самооцінки.

Соціальні навички та вміння комунікувати для дітей, які не вміють висловлювати власні емоції словами, конфліктують або реагують агресивно. Відсутність навичок вирішення конфліктів може призводити до ескалації суперечок та залучення до булінгу.

Важливо працювати над розвитком комунікативних навичок у дітей з раннього віку допомагає зменшити прояви агресії та сприяє формуванню дружнього класного середовища.

Індивідуальні фактори є фундаментальними для розуміння механізмів виникнення булінгу. Робота з особистісними рисами, соціальними навичками та емоційною компетентністю дітей дозволяє не лише запобігати агресії, але й формувати безпечне та підтримуюче шкільне середовище.

Сімейні фактори це перш за все, стиль виховання: авторитарний або надмірно поблажливий стиль. Насильство в сім'ї свідчить про те, що діти, що стають свідками або жертвами насильства, можуть відтворювати агресивні моделі.

Недостатня увага та підтримка – діти шукають визнання через негативну поведінку. Приклад дитина, яка не отримує емоційної підтримки вдома, може домінувати над однокласниками, щоб відчувати свою значущість.

Сімейні фактори та сім'я є основним середовищем соціалізації дитини. Стиль виховання, атмосфера в родині та емоційна підтримка значною мірою впливають на формування поведінкових моделей, у тому числі агресивних чи пасивних.

Стиль виховання. Авторитарний стиль (жорсткі правила, покарання, відсутність емоційної підтримки). Діти часто наслідують жорстку модель поведінки, вважають силу або контроль над іншими нормою. Надмірно поблажливий стиль (відсутність дисципліни, слабкий контроль). Дитина не вчиться обмежувати свої бажання та поважати інших, що може призводити до конфліктів і агресії.

Стиль виховання формує базові уявлення дитини про соціальні норми та допустиму поведінку. Корекція шкідливих моделей допомагає попередити агресивну поведінку.

Насильство в сім'ї для дітей є важкою психо-емоційною травмою. Адже діти, які стають свідками або жертвами фізичного чи психологічного насильства, часто відтворюють агресивні моделі у шкільному середовищі. Така поведінка може бути способом «виплеску» внутрішнього стресу або засобом самозахисту.

Важливо усвідомлювати роль впливу домашнього насильства дозволяє педагогам і психологам своєчасно втручатися, надавати підтримку жертвам і проводити профілактику агресивної поведінки.

Недостатня увага та емоційна підтримка для дітей, які не отримують тепла та підтримки від батьків, можуть шукати визнання у колективі через негативну поведінку. Відсутність позитивних моделей спілкування вдома підвищує ризик конфліктів і булінгу. Забезпечення емоційної підтримки вдома формує стійкі соціальні та моральні навички у дитини, зменшуючи ймовірність агресії.

Соціально-економічні фактори сім'ї, як проявляються як стресові ситуації через фінансові труднощі, конфлікти між батьками або зміни в сім'ї можуть підвищувати тривожність та агресивність дитини. Діти з неблагополучних сімей частіше стають як жертвами, так і агресорами. Для цього педагогам потрібно враховувати контекст сімейного життя при оцінюванні причин конфліктної поведінки та булінгу.

Сімейні фактори є критично важливими у формуванні моделей поведінки дітей. Комплексна робота з родиною, розвиток позитивного спілкування, підтримка емоційного благополуччя дитини значно зменшують ризик проявів булінгу в школі.

Шкільні та соціальні фактори: мікроклімат у класі: конкуренція, нерівність, відсутність дружньої атмосфери.

Недостатній контроль з боку вчителів: нерегульовані конфлікти, слабкий нагляд. Групові процеси, які проявляються як прагнення до статусу в класі, вплив лідерів. Лідери класу організують цькування дітей, що не відповідають груповим нормам. Зазвичай шкільні та соціальні фактори пов'язані з організацією освітнього процесу, взаємодією дітей у колективі та соціальним середовищем, в якому перебуває дитина. Вони створюють умови, що можуть або стримувати, або посилювати прояви булінгу.

Мікроклімат у класному колективі – це наявність конкуренції між учнями та постійна боротьба за увагу вчителя або лідерство в групі може провокувати конфлікти.

Відсутність дружньої атмосфери й недостатнє спілкування, відсутність підтримки серед однолітків сприяє соціальній ізоляції вразливих дітей. При цьому варто звернути увагу на те, що позитивний мікроклімат формує відчуття безпеки і взаємоповаги серед дітей, зменшуючи ризик булінгу.

Недостатній контроль з боку педагогів та ігнорування перших проявів агресії, коли вчителі не помічають або не реагують на дрібні конфлікти, діти вчать, що агресія «припустима». Відсутність системи профілактики та недостатня увага до правил поведінки та відсутність заходів протидії цькуванню сприяє закріпленню негативних моделей. При цьому дуже важливою є своєчасна реакція педагога і введення чітких правил поведінки запобігають ескалації конфліктів.

Групові процеси та прагнення до статусу лідерства в класному колективі. Вплив лідерів класу, які можуть організовувати цькування тих, хто не відповідає груповим нормам. Це породжує прагнення відповідати колективу. Діти часто наслідують поведінку групи, щоб «не виділятися», навіть якщо це включає агресивні дії. Розуміння динаміки групи допомагає педагогам попереджати груповий тиск і формувати культуру взаємоповаги.

Соціальні взаємозв'язки та взаємовідносини між однолітками з друзями, а також наявність підтримки однолітків, впливає на те, чи дитина стає жертвою або агресором. Соціальна ізоляція – це коли діти без підтримки друзів частіше піддаються булінгу. Як протидія соціальній ізоляції – розглядаємо розвиток дружніх відносин і інтеграція кожного учня у класний колектив зменшує конфліктність.

Шкільні та соціальні фактори створюють середовище, яке може або стимулювати, або стримувати прояви булінгу. Контроль за мікрокліматом, активне педагогічне втручання, робота з груповою динамікою та формування

дружніх взаємовідносин серед дітей є ключовими для профілактики булінгу в школі.

2.2. Виховні та освітні програми з формування толерантності та емпатії здобувачів початкової освіти

У сучасних умовах трансформації української освіти особливої актуальності набуває формування в учнів початкової школи соціально-емоційних компетентностей, серед яких ключове місце займають толерантність, емпатія та культура ненасильницької взаємодії.

Молодший шкільний вік є сенситивним періодом для розвитку емоційної чутливості, моральних норм, навичок співпереживання та розуміння інших, що визначає необхідність цілеспрямованої педагогічної роботи у цьому напрямі. Саме в цей час закладаються основи соціальної поведінки, формується вміння будувати здорові взаємини, розв'язувати конфлікти мирним шляхом та протидіяти проявам агресії й булінгу.

У відповідь на зростання соціальних викликів, збільшення випадків шкільного насильства та поглиблення проблеми емоційної нестійкості дітей у цифрову епоху, освітні системи багатьох країн приділяють значну увагу впровадженню програм формування толерантності та емпатії. Такі програми — «Дружня школа», SEL-ініціативи, антибулінгові модулі, тренінги з розвитку емоційного інтелекту – довели свою ефективність у зниженні рівня конфліктності, формуванні позитивного мікроклімату та підвищенні успішності учнів.

Для української початкової освіти питання впровадження відповідних програм є особливо важливим, оскільки інтегрується із принципами НУШ, компетентнісним підходом та потребою формування безпечного й підтримувального шкільного середовища.

Педагоги отримують нові завдання: допомагати дітям навчитись розпізнавати власні емоції, приймати відмінності інших, проявляти співчуття,

співпрацювати та долати стереотипи. Ретельно розроблені виховні та освітні програми стають інструментом профілактики булінгу, зміцнення психологічного добробуту учнів та розвитку соціальних компетентностей, необхідних для адаптації в сучасному суспільстві.

Таким чином, актуальність дослідження полягає у необхідності теоретичного обґрунтування та практичного впровадження програм, спрямованих на розвиток толерантності та емпатії в молодших школярів, що є важливою умовою формування безпечного освітнього середовища, попередження агресивної поведінки та всебічного розвитку особистості дитини.

Підготовлені програми спрямовані на розвиток емпатії, навичок безконфліктної поведінки та толерантного ставлення до інших. Вона включає просвітницький та інтерактивно-тренінговий блоки, що сприяють формуванню толерантності у молодших школярів.

Реалізація програми засвідчила її ефективність у зниженні проявів булінгу шляхом формування толерантності в дитячому середовищі. Висновки та рекомендації для вчителів і шкільних психологів підкреслюють важливість профілактики булінгу через розвиток толерантності в освітньому процесі

Програма формування толерантності як засобу профілактики булінгу - це програма акцентує увагу на створенні безпечного та дружнього освітнього середовища в початковій школі. Толерантність розглядається як потужний інструмент профілактики булінгу, оскільки вона сприяє розвитку емпатії, взаєморозуміння та поваги між учнями. Виховання толерантності з раннього віку допомагає дітям усвідомити цінність різноманітності, навчитися приймати відмінності та знаходити спільну мову з однолітками незалежно від їхнього походження, зовнішності чи особливостей. Це створює атмосферу взаємоповаги та співпраці, де булінгу немає місця.

Програма виховання толерантності у молодших школярів - ця програма розроблена в рамках освітнього процесу Нової української школи. Вона включає педагогічні умови та засоби виховання толерантності у молодших

школярів, зокрема через інтеграцію елементів толерантності в навчальні предмети та позакласну діяльність. Програма спрямована на формування в учнів позитивного ставлення до різноманітності, розвитку навичок співпраці та взаємоповаги. Вона також передбачає використання сучасних педагогічних технологій та методів для досягнення цих цілей.

Проблема профілактики булінгу в шкільному середовищі під час уроків та дозвілля. Булінг у початковій школі є комплексною соціально-психологічною проблемою, яка проявляється не лише під час навчальних занять, а й у вільний час – на перервах, під час гурткових занять та організованого дозвілля. Профілактика булінгу у шкільному середовищі є надзвичайно актуальною, оскільки саме регулярні контакти дітей у колективі формують соціальні навички, моделі поведінки та ставлення до однолітків. Відсутність системної профілактики під час уроків і позакласного часу призводить до закріплення агресивних моделей взаємодії, соціальної ізоляції вразливих дітей та емоційного стресу. Учитель виступає ключовою фігурою у профілактиці булінгу, оскільки саме педагог контролює навчальне та соціальне середовище класу. До основних завдань учителя належать:

- ✓ Формування позитивного мікроклімату у класі та створення атмосфери взаємоповаги;
- ✓ Моніторинг міжособистісних взаємодій та своєчасне втручання у конфліктні ситуації;
- ✓ Проведення спеціальних уроків або інтерактивних вправ, спрямованих на розвиток емпатії, навичок спілкування та конструктивного вирішення конфліктів;
- ✓ Інформування батьків та залучення шкільної психологічної служби у випадках систематичного булінгу.

Однолітки виконують важливу соціальну функцію, оскільки вони формують групові норми та моделі поведінки. Активне залучення учнів до профілактичних заходів включає:

Підтримку жертв булінгу та створення культури взаємоповаги у колективі, ініціативу щодо мирного вирішення конфліктів, відмову від підтримки агресивної поведінки і протидію негативним проявам серед однолітків. Батьки також є невід'ємним компонентом профілактичної системи оскільки вони моделюють поведінку дітей та формують у них цінності, які визначають ставлення до насильства та агресії та пильнують за активністю дітей у соціальних мережах та інших цифрових платформах, співпрацюють із школою, реагують на сигнали про конфлікти та підтримують розвиток навичок емоційного регулювання у дітей.

Профілактика булінгу у початковій школі потребує комплексного підходу, що охоплює як навчальні заняття, так і дозвілля дітей. Ефективна система передбачає спільну діяльність учителів, однолітків і батьків, формування позитивного мікроклімату, розвиток емпатії та навичок соціальної взаємодії, а також активний контроль за проявами агресії в класі та цифровому середовищі. Такий підхід дозволяє знизити ризик виникнення булінгу та створити безпечне та підтримуюче середовище для всіх учнів.

Методика розвитку соціально-емоційних компетентностей учнів та її провідні механізми. «КЛАС ДОВІРИ: ЕМОЦІЇ, СПІВПРАЦЯ, ПОВАГА»

1. Загальна характеристика методики. Методика розвитку соціально-емоційних компетентностей (СЕК) – це цілеспрямована педагогічна система формування в учнів навичок емоційної регуляції, емпатії, ефективної комунікації та конструктивного розв'язання конфліктів, що забезпечує становлення культури ненасильницької взаємодії. У контексті профілактики булінгу методика виконує превентивну, корекційну та розвивальну функції, формуючи у школярів здатність розпізнавати ознаки агресії, асертивно висловлювати власну позицію, звертатися по допомогу та будувати здорові стосунки.

Мета методики : формування в учнів стійких соціально-емоційних компетентностей; розвиток навичок ненасильницького спілкування (NVC); створення безпечного, підтримувального мікроклімату в класі; профілактика та

мінімізація проявів булінгу, агресивної поведінки, соціальної ізоляції; підвищення рівня емоційної грамотності та емпатійності молодших школярів.

Алгоритм реалізації методики.

Етап 1. Діагностичний – передбачає визначення рівня розвитку СЕК (емпатія, саморегуляція, комунікативність, самооцінка), аналіз соціального клімату класу, визначення потенційних ризиків булінгу (ізоляція окремих учнів, конфліктність групи), індивідуальні бесіди та спостереження.

Етап 2. Мотиваційно-ціннісний – передбачає обговорення цінностей дружби, поваги, взаємодопомоги, укладення «Класної угоди про ненасильницьку взаємодію», розвиток усвідомлення: «Я відповідаю за безпеку свою і свого класу».

Етап 3. Формувально-практичний - систематичне впровадження вправ з розвитку емоційного інтелекту, відпрацювання навичок NVC за алгоритмом «спостереження – почуття – потреби – прохання», тренування асертивної поведінки, проведення практикумів з ненасильницького вирішення конфліктів.

Етап 4. Рефлексивний – передбачає аналіз власних емоцій та поведінки, групову рефлексію («Коло довіри», «Щоденник настрою»), усвідомлення позитивних змін у класі.

Етап 5. Підсумково-оцінювальний – повторна діагностика СЕК, оцінювання безпеки класного середовища, розроблення індивідуальних рекомендацій для учнів і батьків.

Суть методики розвитку соціально-емоційних компетентностей учнів та її провідні механізми. «КЛАС ДОВІРИ: ЕМОЦІЇ, СПІВПРАЦЯ, ПОВАГА»

Механізм емоційної грамотності спрямовані на розвиток уміння розпізнавати, називати та адекватно виражати власні емоції (радість, злість, образа, страх). Уміння, необхідне для протидії булінгу: дитина не переходить до агресії, а вербалізує свій стан. Механізм емпатійної реакції. Вправи, спрямовані на розвиток співпереживання, здатності розуміти стан іншого. Уміння: учень не підтримує булінг, а стає «захисником».

Механізм ненасильницького спілкування (NVC). Алгоритм М. Розенберга: спостереження без оцінки, вираження почуттів та формулювання потреби, ввічливе прохання. Використовується для вирішення конфліктів між учнями. Механізм формування соціальної відповідальності сприяє розвитку розуміння, що слова та вчинки впливають на інших; підвищення відповідальності за власну поведінку. Механізм саморегуляції передбачає застосування різноманітних технік дихання, релаксації, пауз перед реакцією, «Семафор емоцій». Знижує імпульсивну агресію.

Форми роботи в межах реалізації завдань методики:

- тренінгові заняття (15–20 хвилинні мікротренінги на уроках);
- класні години за темами: «Емоції», «Конфлікти», «Дружба», «Повага»;
- рольові ігри («Медіатор», «Якщо я свідок булінгу», «Зупини образу»);
- групові проєкти (створення коміксів, плакатів про доброзичливість);
- інтерактивні вправи («Коло довіри», «Емоційний термометр»);
- казкотерапія та арт-терапія;
- міні-диспути та обговорення ситуацій (case-studies);
- щоденники емоцій.

Основні методи роботи зі здобувачами початкової освіти:

Комунікативні методи: діалог, дискусія, мозковий штурм, сторітелінг про доброзичливі взаємини, аналіз конфліктних ситуацій. Ігрові методи: сюжетно-рольові ігри: «Медіатор», «Ми можемо домовитись», «Добрій вчинок дня»; дидактичні ігри на емпатію («Відгадай почуття», «Місток підтримки»). Тренінгові методи: вправи на розвиток емоційного інтелекту, техніки саморегуляції, методи групової взаємодії з акцентом на довірі.

Метод моделювання ситуацій: коли педагог пропонує учням змодельовані ситуації булінгу (психологічний, вербальний, кібер-булінг) та

тренує алгоритми реагування. Арт- і казкотерапевтичні методи: малювання емоцій, створення казок про дружбу, колективні колажі «Школа без булінгу».

Очікувані результати впровадження методики полягають в тому, що відбувається зниження рівня конфліктності та агресії у класі, зростає емпатійність, довіра та взаємоповага серед учнів; формуються сталі навички ненасильницького спілкування, підвищується рівень психологічної безпеки в освітньому середовищі, розвивається асертивна поведінка і вміння звертатися по допомогу. Що в комплексі призводить до зменшення випадків булінгу та пасивного спостереження.

Методика розвитку соціально-емоційних компетентностей є ефективним інструментом превенції булінгу в початковій школі. Її цілісність забезпечує поєднання емоційної грамотності, асертивності, емпатії та культур ненасильницької комунікації. Реалізація методики сприяє не лише зниженню проявів агресії, а й створенню позитивного, згуртованого колективу, де кожна дитина відчуває психологічну безпеку.

Методика розвитку соціально-емоційних компетентностей молодших школярів, спрямована на формування культури ненасильницького спілкування

Сучасні підходи до організації безпечного освітнього середовища передбачають інтеграцію соціально-емоційного навчання (*Social and Emotional Learning – SEL*) у структуру навчально-виховного процесу початкової школи. Розвиток соціально-емоційних компетентностей учнів виступає одним із ключових механізмів попередження різних форм насильницької поведінки, зокрема булінгу, оскільки безпосередньо пов'язаний із умінням розпізнавати власні емоції, розуміти емоційні стани інших, регулювати поведінку, будувати доброзичливі взаємини та конструктивно вирішувати конфліктні ситуації.

Запропонована методика розвитку соціально-емоційних компетентностей ґрунтується на принципах гуманістичної педагогіки, ненасильницького спілкування, компетентнісного та діяльнісного підходів, а також на ідеї активної участі учнів у створенні безпечного мікросоціуму класу. Її зміст орієнтований на формування в молодших школярів емоційної

грамотності, навичок конструктивної комунікації, емпатії, відповідального вибору та асертивності.

Алгоритм реалізації методики. Методика реалізується за логічно вибудованим алгоритмом, який включає чотири взаємопов'язані блоки:

1) Діагностично-мотиваційний етап.

Мета – виявлення вихідного рівня сформованості соціально-емоційних компетентностей та створення позитивної мотивації до взаємодії. На цьому етапі застосовуються спостереження, міні-опитування, вправи на визначення емоційного стану, ігрові форми консолідації групи. Учитель визначає наявні проблеми у спілкуванні, рівень тривожності та типові поведінкові реакції дітей.

2) Навчально-розвивальний етап.

Основою є спеціально організована робота над оволодінням навичками: розпізнавання і вербалізації емоцій, емпатійного слухання, асертивного вираження власної позиції, моделей безпечної поведінки у конфлікті, ненасильницького реагування у складних ситуаціях. Тут використовуються тренінгові вправи, рольові ігри, групові завдання, кооперативні форми взаємодії.

3) Практично-поведінковий етап.

Передбачає застосування набутих навичок у реальних або змодельованих шкільних ситуаціях. Особлива увага приділяється алгоритму «Стоп-булінг», умінню звертатися по допомогу, формуванню груп взаємопідтримки.

4) Рефлексивно-оцінювальний етап.

Учні аналізують власні поведінкові зміни, оцінюють ефективність запропонованих правил спілкування, визначають труднощі й успіхи. Етап закріплює внутрішню мотивацію до ненасильницької взаємодії.

Суть та дієві механізми методики.

Ефективність цієї методики забезпечують низка механізмів, які активізують емоційно-ціннісну сферу та соціальну поведінку учнів:

➤ Ідентифікація та усвідомлення емоцій.

Через вправи з картками емоцій, «емоційним термометром» та емоційними діалогами молодші школярі навчаються коректно називати власний стан та співвідносити його з поведінкою.

➤ Розвиток емпатії. Парні та групові вправи дають можливість учням відчувати стан іншої дитини, що знижує ймовірність проявів агресії та сприяє формуванню прийняття.

➤ Формування асертивності. Відпрацювання фраз типу «Мені неприємно», «Стоп», «Я хочу, щоб...» сприяє формуванню навички неконфліктного, але впевненого відстоювання власних кордонів.

➤ Моделювання безпечної поведінки. Рольові ігри та «світлофор рішень» дають можливість опрацювати алгоритми поведінки в ситуації булінгу: зупинка небажаної дії, вихід із небезпеки, звернення до компетентного дорослого.

➤ Командна взаємодія. Командні естафети, групові завдання й «ланцюжок підтримки» формують у дітей відчуття причетності й відповідальності за емоційний клімат класу.

Форми та методи роботи зі здобувачами початкової освіти.

Методика передбачає використання різноманітних форм роботи, що поєднують елементи тренінгу, ігрових технологій, кооперативного навчання та рефлексивних практик:

➤ Інтерактивні форми: тренінги, кола довіри, групові дискусії, рольові моделювання.

➤ Ігрові форми: командні естафети, сюжетно-рольові ігри, рухливі соціальні ігри, ситуаційні картки.

➤ Рефлексивні практики: емоційні щоденники, стікер-рефлексія, обговорення почуттів.

Методи роботи: метод ситуаційного аналізу; метод рольових тренувань, кооперативне навчання («Пліч-о-пліч», «Ажурна пилка» тощо); метод

ненасильницької комунікації; метод емпатійного слухання; робота з картками-символами.

Практичні заняття як інструмент попередження булінгу

У методиці передбачено комплекс вправ, які сприяють формуванню необхідних навичок. Наведені тренінгові заняття («Ми – дружній клас», «Стоп, булінг!», «Командна підтримка») виступають прикладом інтегрованого підходу.

Заняття «Ми – дружній клас». Спрямоване на формування позитивної атмосфери, розвиток емоційної грамотності та навичок доброзичливого спілкування. Вправи «Емоційний термометр» і «Добрі слова – добрі стосунки» навчають дітей ідентифікувати емоції, надавати підтримку, формувати доброзичливе ставлення до однокласників.

Заняття «Стоп, булінг!». Містить практичний модуль з розпізнавання конфліктних ситуацій та визначення булінгу. Алгоритм «Три кроки реакції» формує у молодших школярів чітку послідовність безпечних дій у разі зіткнення з агресією.

Заняття «Командна підтримка». Орієнтоване на значення командної взаємодії для зниження ризиків булінгу. Виконання групових завдань та аналіз ситуацій формують відчуття єдності, готовність підтримати однокласника й протидіяти несправедливим діям.

Очікувані результати впровадження методики. Реалізація методики розвитку соціально-емоційних компетентностей створює умови для цілісного формування культури ненасильницького спілкування, що виявляється у:

- підвищенні рівня емоційної грамотності учнів;
- збільшенні кількості позитивних соціальних контактів;
- зниженні конфліктності й проявів агресії;
- зростанні довіри між учнями та між учнями й учителем;
- активізації груп підтримки всередині класу;
- покращенні психологічного мікроклімату в учнівському колективі.

Запропонована методика розвитку соціально-емоційних компетентностей здобувачів початкової молодших школярів має високий потенціал у контексті профілактики булінгу та формування безпечного освітнього середовища. Її ефективність забезпечується комплексністю, системністю та активним залученням дітей у процес створення культури доброзичливого й ненасильницького спілкування. Комбінація тренінгових вправ, інтерактивних методів та рефлексивних практик дозволяє сформувати у молодших школярів навички, необхідні для конструктивної комунікації, відповідальної взаємодії та протидії проявам агресії.

2.3. Освітньо-виховний потенціал середовища початкової школи у профілактиці булінгу серед молодших школярів

Пропедевтика та профілактика булінгу в початковій школі . Пропедевтика булінгу – це комплекс навчально-пізнавальних заходів, спрямованих на формування у дітей базових знань про булінг, його прояви, наслідки та соціальні механізми. Метою пропедевтики є створення фундаменту для розуміння моральних, етичних і соціальних норм, розвитку емоційної компетентності та здатності до емпатії. Вона передбачає навчання дітей визначати конфліктні та агресивні ситуації, усвідомлювати власні емоції та емоції однолітків, а також розуміти наслідки власних дій у соціальному середовищі.

Профілактика булінгу – це система заходів, спрямованих на попередження виникнення булінгу та зменшення його проявів у шкільному середовищі. Вона включає розвиток позитивного мікроклімату у класі, формування навичок соціальної взаємодії, емоційного самоконтролю та критичного мислення. Профілактичні заходи можуть бути інтегровані як у навчальні, так і у позаурочні види діяльності, а також у процес дозвілля дітей.

Система роботи з молодшими школярами щодо превенції будь-яких проявів булінгу – це діяльність щодо його запобігання або збереження на

соціальному прийнятному рівні за допомогою усунення або нейтралізації причин, що його провокують [30]. Ефективність профілактики булінгу у освітньому просторі залежить від дотримання певних психолого-педагогічних умов. На думку Л Лушпай, необхідними умовами профілактики булінгу у освітньому просторі НУШ є: «формування толерантності у всіх учасників освітнього процесу, розвиток їх емоційного інтелекту, організація педагогічної взаємодії з батьками учнів, постійна робота спрямована на оптимізацію соціально-психологічного клімату у шкільному колективі [23].

Реалізація пропедевтики та профілактики під час уроків у початковій школі пропедевтика та профілактика булінгу можуть реалізовуватися через різні навчальні предмети та форми роботи:

Літературне читання та мовлення. Обговорення сюжетів казок та оповідань із акцентом на моральні уроки, конфлікти та способи їх вирішення. Вправи на вираження емоцій, опис почуттів героїв та власних реакцій у схожих ситуаціях.

Математика та інтегровані предмети. Використання сюжетних задач, які моделюють соціальні ситуації та конфлікти, що потребують колективного вирішення. Розвиток навичок співпраці та прийняття рішень у групових завданнях.

Я досліджую світ. Обговорення правил поведінки у спільних групових проектах. Формування навичок взаємодопомоги та відповідальності під час дослідів і спільної роботи.

Мистецтво та музика. Арт-терапевтичні вправи, малювання ситуацій взаємоповаги або конфліктів та їхнього мирного вирішення. Спільні музичні проекти, що сприяють командній роботі та позитивній взаємодії.

Фізична культура та рухливі ігри та вправи, що відпрацьовують правила чесної гри, взаємопідтримку та співпрацю. Створення умов для емоційного розвантаження та зниження напруженості у класі.

Таким чином, пропедевтика та профілактика булінгу в початковій школі повинні бути інтегровані у різні навчальні дисципліни, поєднуючи навчальні

цілі з розвитком емоційної компетентності, соціальних навичок і емпатії. Такий комплексний підхід дозволяє сформувати у дітей усвідомлене ставлення до агресії, розпізнавати прояви булінгу та активно протидіяти йому. Сучасні підходи та методи підготовки учнів до протидії булінгу. Підготовка учнів до протидії булінгу є важливою складовою виховного та навчального процесу в сучасній початковій школі. Сучасні підходи передбачають системну роботу над формуванням соціально-емоційних компетенцій, навичок конструктивного вирішення конфліктів та розвитку емпатії. Основні підходи.

Компетентнісний підхід

- ✓ Орієнтований на формування у дітей умінь і навичок, необхідних для розпізнавання, запобігання та подолання булінгу;
- ✓ Передбачає розвиток емоційного інтелекту, навичок самоконтролю, критичного мислення та соціальної відповідальності.

Інтегрований (міжпредметний) підхід

Поєднує освітній та виховний процес, дозволяючи впроваджувати профілактику булінгу на різних уроках (літературне читання, природознавство, мистецтво, фізична культура), забезпечує комплексне формування соціальних навичок та етичних цінностей у різних контекстах.

Інтерактивно-ігровий підхід. Використання сюжетно-рольових ігор, тренінгів, дискусійних платформ та інтерактивних вправ., що дозволяє відпрацьовувати практичні навички конструктивного вирішення конфліктів, емпатії та співпраці в безпечному середовищі.

Проектний підхід передбачає участь дітей у соціальних, творчих та навчальних проєктах, спрямованих на розвиток командної взаємодії та підтримки однолітків, дозволяє формувати власний досвід протидії булінгу через активну практичну діяльність.

Методи підготовки учнів. Дискусії та обговорення передбачають аналіз життєвих ситуацій, сюжетів казок, історій та відеоматеріалів та відпрацювання способів реагування на конфлікти та агресію. Сюжетно-рольові ігри як варіант

модельовання ситуацій булінгу та практичне відпрацювання конструктивних стратегій взаємодії, розвиток емпатії та навичок прийняття чужих емоцій.

Тренінги соціально-емоційного розвитку пропонують вправи на самоконтроль, управління емоціями, комунікативні вправи, навчання прийомам активного слухання, підтримки та взаємодопомозі.

Проектна діяльність та групові завдання передбачають виконання завдань у групах, де важлива співпраця та взаємодопомога, реалізація шкільних проєктів на теми дружби, взаємоповаги та запобігання конфліктам, використання цифрових та мультимедійних ресурсів. Освітні відео, інтерактивні вправи, електронні платформи для розвитку медіаграмотності та критичного мислення, навчання безпечній поведінці в соціальних мережах та цифровому середовищі.

Сучасна підготовка учнів до протидії булінгу потребує поєднання теоретичних знань, практичних навичок та активної соціальної взаємодії. Використання інтерактивних, проєктних та міжпредметних методів дозволяє сформувати у дітей компетенції, необхідні для запобігання та ефективного реагування на прояви агресії, сприяючи створенню безпечного та підтримуючого шкільного середовища.

Позитивні аспекти – розвиток емпатії та взаєморозуміння: Програми сприяють розвитку в учнів здатності розуміти та співпереживати з іншими, що є основою для формування толерантних взаємовідносин.

Зниження проявів булінгу відбувається завдяки впровадженню програм спостерігається зниження випадків булінгу в учнівському середовищі, оскільки учні навчаються вирішувати конфлікти мирним шляхом та поважати однолітків.

Інтеграція в освітній процес проходить шляхом застосування ресурсів протибулінгових програм в освітній процес початкової школи. Програми ефективно інтегруються в різні аспекти освітнього процесу, включаючи навчальні предмети, позакласну діяльність та взаємодію з батьками, що відображено в *Табл. 2.2*.

Таблиця 2.2.

Сучасні підходи та методи підготовки учнів до протидії булінгу у початковій школі

Підхід / Метод	Опис	Приклади вправ / заходів	Предмети / контекст застосування
Компетентнісний підхід	Формування навичок розпізнавання булінгу, емоційного самоконтролю та соціальної відповідальності	Вправа «Що я відчуваю?» – діти визначають свої емоції та емоції інших у конфліктних ситуаціях	Літературне читання, навколишній світ, уроки розвитку соціальних навичок
Інтегрований (міжпредметний) підхід	Використання різних предметів для комплексного розвитку соціальних компетенцій	Аналіз сюжетів казок і літературних творів з акцентом на взаємодію героїв; створення колективного проєкту «Як вирішувати конфлікти»	Літературне читання, мистецтво, природознавство, інтегровані уроки
Інтерактивно-ігровий підхід	Використання рольових ігор, тренінгів, інтерактивних вправ		

Сучасні підходи до підготовки учнів передбачають комплексне використання інтегрованих, компетентнісних, ігрових та проєктних стратегій навчання, що забезпечують усвідомлене розпізнавання агресивних проявів та ефективне реагування на них. Компетентнісний підхід орієнтований на формування у дітей ключових компетенцій, необхідних для протидії булінгу: соціально-комунікативних навичок, емпатії, здатності до самоконтролю та критичного оцінювання власної поведінки. Інтегрований (міжпредметний) підхід дозволяє реалізовувати профілактичну роботу в межах різних навчальних предметів (літературне читання, природознавство, мистецтво, фізична культура), забезпечуючи комплексне формування соціальної та емоційної компетентності учнів. Інтерактивно-ігровий підхід – реалізується шляхом використання сюжетно-рольових ігор, симуляцій конфліктних

ситуацій, тренінгів та дискусій для розвитку практичних навичок мирного вирішення конфліктів і емпатії.

Проектний підхід передбачає активну участь учнів у створенні шкільних проєктів, спрямованих на пропаганду дружби, взаємоповаги та безпечного середовища, що дозволяє закріплювати знання у практичній діяльності.

Форми роботи – уроки та інтегровані заняття: використання літературних казок, природознавчих ситуацій, творчих завдань для моделювання позитивної взаємодії. Позакласні та клубні заходи: соціальні ігри, тренінги, арт- та музико-терапевтичні заняття, спортивні ігри для розвитку командної взаємодії.

✓ Дискусії та обговорення: аналіз життєвих ситуацій, мультимедійного контенту та сюжетів казок для розвитку критичного мислення та емпатії.

✓ Сюжетно-рольові ігри та симуляції: моделювання ситуацій булінгу з відпрацюванням конструктивних стратегій реагування. Проектна діяльність полягає у створенні колективних плакатів, презентацій та відеоматеріалів на теми дружби, взаємоповаги та протидії агресії. Використання цифрових і мультимедійних ресурсів: освітні відео, інтерактивні вправи, платформи для розвитку медіаграмотності та цифрової безпеки. Методи роботи – це практичні вправи та ігрові завдання для відпрацювання соціальних навичок. Тренінги соціально-емоційного розвитку (самоконтроль, управління емоціями, активне слухання). Дискусії, мозкові штурми та обговорення реальних життєвих ситуацій. Проблема протидії булінгу у початковій школі потребує системного педагогічного підходу, який поєднує розвиток соціально-емоційних компетенцій, формування етичних цінностей та практичних навичок безпечної взаємодії з однолітками. Ключовий момент профілактики булінгу – формування безпечного середовища, тобто умов, за яких максимально знижено або нівельовано вплив факторів, які провокують насильство.

Висновки до розділу 2

Таким чином, варто наголосити на необхідності системного підходу: Для досягнення стійких результатів важливо забезпечити системний підхід до впровадження програм, включаючи регулярне проведення тренінгів, моніторинг та оцінку ефективності. Підвищення кваліфікації педагогів важливо проводити як регулярне навчання та підвищення кваліфікації вчителів щодо методик виховання толерантності та емпатії, щоб вони могли ефективно реалізовувати програми. Залучення батьків та громади: Активна участь батьків та громади в процесі виховання толерантності сприяє створенню єдиного освітнього простору, де цінності взаємоповаги та емпатії підтримуються на всіх рівнях.

Освітньо-виховні програми з формування толерантності та емпатії в початковій школі є ефективними інструментами профілактики булінгу та сприяють створенню безпечного та дружнього освітнього середовища. Їх успішна реалізація вимагає системного підходу, професійної підготовки педагогів та активної участі батьків і громади.

Забезпечення цих умов сприятиме формуванню у молодших школярів цінностей взаємоповаги, співпраці та розуміння різноманітності, що є основою для побудови гармонійного суспільства. Сучасна підготовка учнів до протидії булінгу ґрунтується на комплексному поєднанні інтерактивних, компетентнісних, міжпредметних та проєктних підходів. Використання різноманітних форм і методів роботи дозволяє формувати у молодших школярів знання, вміння та навички, необхідні для розпізнавання та запобігання булінгу, розвитку емоційної компетентності, емпатії та соціальної відповідальності. Такий підхід сприяє створенню безпечного, підтримуючого та толерантного шкільного середовища.

РОЗДІЛ 3

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ В ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

3.1. Завдання та логіка організації експериментальної роботи

Проведений теоретичний аналіз та систематизація наукової літератури, що стосується проблем булінгу в шкільному середовищі зумовила розробку проведення емпіричного дослідження. Під час дослідження було розроблено програму (комплекс заходів та завдань) для молодших школярів, метою якої була профілактика булінгу в шкільному середовищі.

Експериментальна робота з реалізації інтерактивної методики профілактики булінгу серед молодших школярів у виховному середовищі закладу загальної початкової освіти.

Проблема експерименту. *Інтерактивна методика «Клас довіри: емоції, співпраця, повага».*

1. Мета застосування інтерактивної методики – формування соціально-емоційних компетентностей здобувачів початкової освіти, розвиток навичок ненасильницького спілкування та емпатії та профілактика та протидія проявам булінгу в класі задля створення атмосфери взаємної довіри та підтримки в класному колективі.

У початковій школі фіксуються поодинокі випадки агресивної поведінки серед учнів, словесного та психологічного цькування, що негативно впливає на соціально-емоційний розвиток дітей, формує страх та небажання взаємодіяти з однолітками. Проблемою експерименту стало виявлення ефективної моделі профілактики булінгу у шкільному виховному середовищі, яка дозволяє знизити прояви агресії, розвинути емпатію та навички конструктивної взаємодії серед молодших школярів.

Мета експерименту – розробити, впровадити та оцінити ефективність інтерактивної методики профілактики булінгу, що інтегрує навчальні, виховні

та сімейні компоненти для забезпечення безпечного та підтримуючого шкільного середовища.

Об'єкт експерименту – учні 1-4 класів

Предмет експерименту – процес профілактики булінгу у шкільному середовищі через реалізацію педагогічних, психологічних та соціальних технологій.

Компоненти інтерактивної методики «Клас довіри: емоції, співпраця, повага». Діагностичний компонент передбачає первинне оцінювання рівня проявів булінгу у класі за допомогою анкетування, спостережень, інтерв'ю з учнями та педагогами, виявлення груп ризику, учнів, які схильні до агресивної або пасивної поведінки. Профілактичний компонент охоплює освітні заходи для здобувачів початкової освіти: інтерактивні уроки, рольові ігри, сюжетно-рольові тренінги для розвитку емпатії, комунікативних навичок та уміння конструктивно вирішувати конфлікти. Формування навичок саморегуляції: вправи на контроль емоцій, «емоційне коло», «слово підтримки», арт- та музикотерапія. Ці заняття включати в себе: 1. Теоретичний блок: молодшим школярам пояснювалося, що являє собою поняття булінг, які види булінгу існують, чим булінг відрізняється від конфлікту, і які негативні наслідки для всіх учасників приносить. 2. Тренінгові елементи: вправи, спрямовані на ефективну комунікацію. 3. Практичний блок: групова робота під час якої створювалися

«правила дружнього класу». У цей же час було проведено декілька зустрічей з батьками дітей, що носили також дослідницький характер

Важливим аспектом інтерактивної методики є процес інтеграції в навчальні предмети: літературне читання (аналіз поведінки героїв), природознавство та я досліджую світ (спільні групові дослідження), мистецтво та музика (спільні творчі проекти).

Виховний компонент реалізується через створення позитивного мікроклімату у класі через правила взаємоповаги, колективні обговорення,

систему підтримки однолітків, організацію позакласних заходів і гуртків, що стимулюють співпрацю та взаємопоміч.

Компонент роботи з батьками передбачає проведення консультацій та тренінгів для батьків щодо розпізнавання ознак булінгу, розвитку емоційної підтримки дитини та контролю за поведінкою у цифровому середовищі, інформування про ризики кібербулінгу та шляхи запобігання конфліктам у соціальних мережах, спільну роботу над розробкою правил поведінки дітей вдома та у школі.

Контролююче-оцінюючий компонент реалізується через постійний моніторинг ефективності профілактичних заходів через спостереження, анкетування та бесіди, корекція програми залежно від результатів спостережень та змін у поведінці дітей.

Технології боротьби з проявами булінгу реалізується шляхом застосування в освітньому процесі сюжетно-рольових ігор та тренінгів та відпрацювання сценаріїв реагування на агресію та підтримки жертв. Дієвими є арт- і музикотерапія: розвиток емпатії, самовираження та контролю емоцій та проектна діяльність, яка реалізується у процесі створення плакатів, колективних презентацій на тему дружби, взаємоповаги та безпечного середовища. Інтерактивні вправи та медіаресурси: аналіз казок, відео, мультфільмів із моральним змістом, інтерактивні заняття з безпечної поведінки у соцмережах.

Робота зі здобувачами початкової освіти передбачає щотижневі інтерактивні заняття на теми дружби, співпраці та протидії агресії, рольові ігри, де учні відпрацьовують практичні навички реагування на цькування, групові проекти, що стимулюють позитивну взаємодію та командну роботу, вправи на усвідомлення власних емоцій і емоцій інших («емоційне коло»).

Робота з батьками – це перш за все, консультації щодо раннього виявлення ознак булінгу, тренінги з підтримки емоційного стану дитини та формування правил поведінки, інформаційні листи та вебінари про безпечне користування цифровими ресурсами та соціальними мережами.

- ✓ Фізичне насильство або агресивні дії у класі та на перервах;
- ✓ Психологічний тиск, словесні образи та приниження;
- ✓ Соціальна ізоляція або виключення дітей з колективу;
- ✓ Кібербулінг – переслідування та приниження.
- ✓ Психоемоційні порушення у дітей, зниження самооцінки та мотивації до навчання.

Реалізація інтерактивної методики профілактики булінгу в освітньому середовищі забезпечує системне формування у здобувачів початкової освіти соціальних, емоційних та комунікативних компетенцій. Комплексна робота з учнями, педагогами та батьками, що сприяє створенню безпечного та підтримуючого шкільного середовища, зменшенню проявів агресії та розвитку емпатії.

Інноваційні технології дозволяють активно залучати дітей до навчально-виховного процесу, моделювати безпечні соціальні ситуації та формувати відповідальну поведінку.

Інноваційні методики: «Соціально-емоційне навчання (SEL – Social Emotional Learning)» Мета: розвиток навичок самоконтролю, емпатії, взаємоповаги та конструктивного вирішення конфліктів. Методи: інтерактивні заняття, обговорення емоційних станів, вправи «емоційне коло», рольові ігри.

Тренінги з розвитку емпатії та комунікативних навичок. Мета: формування позитивної взаємодії між однолітками. Методи: сюжетно-рольові ігри, моделювання конфліктних ситуацій, «круглі столи» з обговореннями.

Проектна та групова діяльність. Мета: практична реалізація знань про дружбу, повагу та запобігання конфліктам. Методи: створення плакатів, презентацій, соціальних проєктів на тему «Дружба та взаємоповага».

Арт- і музикотерапія. Мета: розвиток емоційної саморегуляції та зменшення проявів агресії. Методи: малювання емоційних станів, колективні музичні вправи, творчі завдання на тему дружби.

Інтерактивні технології та цифрові платформи. Мета: розвиток медіаграмотності, формування безпечної поведінки в Інтернеті та соцмережах.

Методи: освітні відео, інтерактивні вправи, електронні платформи для тренування соціальних навичок. Форми роботи:

- ✓ Уроки та інтегровані заняття: поєднання навчального матеріалу та профілактичної роботи (літературне читання, природознавство, мистецтво).
- ✓ Позакласні заходи: тренінги, гуртки, спортивні та творчі ігри.
- ✓ Дискусії та обговорення: обговорення казок, мультфільмів, відео з моральним змістом, життєвих ситуацій.
- ✓ Сюжетно-рольові ігри та симуляції: моделювання ситуацій булінгу з відпрацюванням конструктивних стратегій реагування.
- ✓ Проектна діяльність: створення колективних продуктів (плакати, презентації, соціальні проекти).
- ✓ Робота з батьками: тренінги, консультації, інформування про цифрові ризики та поведінку дітей вдома.

Методи роботи. Практичні вправи на розвиток емпатії, самоконтролю та комунікації. Тренінги соціально-емоційного розвитку. Моделювання конфліктних ситуацій у сюжетно-рольових іграх. Використання інтерактивних та цифрових ресурсів для формування безпечної поведінки. Проектна діяльність для закріплення соціальних і етичних норм у практичній діяльності.

Інноваційні методики та технології протидії булінгу у початковій школі забезпечують системне формування у дітей знань, навичок і компетенцій, необхідних для розпізнавання та запобігання агресивним проявам. Поєднання інтерактивних, проектних, арт-терапевтичних і цифрових методів дозволяє створити безпечне, підтримуюче і толерантне шкільне середовище, що сприяє розвитку соціальної та емоційної компетентності молодших школярів.

3.2. Експериментальна перевірка результативності профілактики булінгу серед молодших школярів у виховному середовищі

Експериментальна робота була спрямована на перевірку ефективності інтерактивної методики «Клас довіри: емоції, співпраця, повага» у профілактиці булінгу серед молодших школярів. Метою експерименту стало оцінювання впливу розроблених інтерактивних технологій на рівень емпатії,

толерантності, згуртованості класного колективу та частоту конфліктних ситуацій у дитячому середовищі. Експеримент проводився у двох паралельних класах:

4-А клас (16 учнів) – експериментальна група, у якій системно застосовувалася інтерактивна методика; 4-Б клас (18 учнів) – контрольна група, у якій процес виховання здійснювався традиційними способами без спеціальних соціально-емоційних тренінгів. Досліджувані показники включали: рівень емпатії, рівень толерантності; частоту конфліктних ситуацій; рівень згуртованості класного колективу.

1. Порівняльні результати щодо рівня емпатії. Рівень емпатійних здібностей визначався за авторською 10-бальною шкалою. Отримані дані свідчать про суттєве зростання рівня емпатії у 4-А класі порівняно з контролем *Табл. 3.2.*

Таблиця 3.2.

Динаміка рівня емпатії учнів 4-А та 4-Б класів

Клас	Кількість учнів	Середній бал ДО	Середній бал ПІСЛЯ	Приріст
4-А (експериментальний)	16	5,1	8,3	+3,2
4-Б (контрольний)	18	5,0	5,6	+0,6

Аналіз свідчить, що учні експериментального класу стали більш відкритими до розуміння емоцій інших людей, частіше проявляли підтримку та готовність допомогти однокласникам, що є безпосереднім результатом системної роботи над розвитком емоційного інтелекту.

2. Динаміка рівня толерантності молодших школярів. Толерантність оцінювалася за трьома критеріями: уміння слухати однолітків, прийняття індивідуальних відмінностей, готовність до співпраці. Результати представлені у *Табл. 3.3.*

Таблиця 3.3.

Порівняльні показники розвитку толерантності

Клас	Кількість учнів	До експерименту	Після експерименту	Приріст
4-А	16	5,4	8,7	+3,3
4-Б	18	5,3	6,0	+0,7

Підвищення показника у 4-А класі майже удвічі свідчить про результативність системи інтерактивних вправ, спрямованих на формування позитивного ставлення до інших та прийняття різноманітності.

3. Частота конфліктних ситуацій у класному середовищі. Показник визначався на основі систематичних педагогічних спостережень і реєстрації випадків суперечок, агресивної поведінки та словесних нападів Табл.3.4.

Таблиця 3.4.

Динаміка конфліктності учнівських взаємин

Клас	Кількість учнів	Конфлікти на місяць ДО	Конфлікти на місяць ПІСЛЯ	Зміна
4-А	16	9	3	-6
4-Б	18	10	8	-2

Отримані результати демонструють суттєве зменшення напруженості та агресивності у 4-А класі. Учні стали частіше вирішувати суперечки шляхом діалогу, звертатися по допомогу до вчителя або шукати компромісні рішення.

4. Рівень згуртованості класного колективу за результатами соціометрії

Соціометричний метод дозволив визначити якість міжособистісних зв'язків.

Показник відображає відсоток позитивних виборів у групі. Табл. 3.5

Таблиця 3.5.

Показники згуртованості учнівського колективу

Клас	Кількість учнів	До експерименту	Після експерименту	Приріст
4-А	16	46%	72%	+26%
4-Б	18	45%	51%	+6%

Якісний аналіз демонструє підвищення кількості взаємних виборів у групових і парних формах роботи, зростання емоційної безпеки та довіри між учнями експериментального класу. Відповіді на запитання анкети було запропоновано учням 4-х класів. В анкетуванні взяли участь 34 учні 4-х класів (16 учнів експериментальної групи та 18 учнів контрольної групи).

Перший крок у протидії і профілактиці булінгу, це визнання проблеми. Молодші школярі повинні усвідомлювати, що глузування, цькування інших дітей, це не гра, не спосіб завоювання авторитету, це насильство, булінг, який має вкрай негативні наслідки.

Тож, перше питання, яке ми намагалися з'ясувати було «Чи знаєте Ви, що таке булінг?».

Усі молодші школярі, які прийняли участь у дослідженні намагалися дати відповідь на це запитання, зважаючи на власний досвід, згадували про випадки цькування щодо своїх однокласників або друзів. 80% учнів відповіли ствердно на це запитання, 20% зазначили, що «Ні» (див. рис. 3.1.)



Рис. 3.1. Відповіді молодших школярів на запитання анкети «Чи знаєте Ви, що таке булінг?»

Загальний аналіз результатів дослідження. Зміни, зафіксовані у 4-А класі, свідчать про суттєвий вплив інтерактивної методики «Клас довіри: емоції, співпраця, повага» на покращення соціально-емоційного стану класного колективу. Порівняно з контрольним класом, учні експериментальної групи:

- ✓ продемонстрували значно вищі темпи розвитку емпатії та толерантності;

- ✓ виявили вищий рівень згуртованості та підтримки одне одного;
- ✓ рідше вступали у конфліктні ситуації;
- ✓ показали стабільнішу та врівноваженішу поведінку;
- ✓ активніше застосовували навички ненасильницького спілкування.

У 4-Б класі також спостерігається незначна позитивна динаміка, однак її можна вважати природним віковим розвитком без впливу спеціальних програм.

Такі цифри свідчать, що багато дітей, які прийняли участь у дослідженні не відчують емоційної близькості з батьками, а їх батьки використовують неприйнятні методи і засоби виховання, травмуючи власних дітей. Зауважимо, що на цю проблему необхідно звернути особливу увагу батьків, оскільки родина має стати джерелом емоційної підтримки, а довірчі стосунки з батьками є запорука у протидії булінгу. Саме від того, чи зможуть батьки ідентифікувати проблему булінгу на початковому етапі, залежить ефективність її розв'язання, рівень психічного здоров'я їх дитини. Ситуації ж цькування молодших школярів педагогами взагалі неприпустимі.

3.3. Методичні рекомендації щодо організації профілактики булінгу в шкільному середовищі

Інтерактивна методика «Клас довіри: емоції, співпраця, повага».

Мета методики – формування соціально-емоційних компетентностей учнів початкової школи, розвиток навичок ненасильницького спілкування та емпатії. Профілактика та протидія проявам булінгу в класі задля створення атмосфери взаємної довіри та підтримки.

Ефективне впровадження методики розвитку соціально-емоційних компетентностей у початковій школі потребує цілісного методичного забезпечення та професійної готовності педагога до роботи з емоційно-поведінковими формами розвитку учнів. Навчання дітей навичкам ненасильницького спілкування, емпатії, конструктивної взаємодії та відповідального ставлення до власної поведінки можливе лише за умов

системності, чіткого дотримання алгоритму занять та створення безпечного, психологічно комфортного середовища.

Наведені нижче методичні рекомендації визначають принципи, умови, етапність та способи організації занять із використанням зазначеної методики у практиці початкової школи. Принципи реалізації методики.

Принцип гуманізму та безпечної взаємодії. Усі види діяльності повинні відбуватися в атмосфері доброзичливості, поваги та прийняття. Недопустиме використання форм тиску або покарань. Учитель виступає фасилітатором, а не контролером.

Принцип розвитку емоційної грамотності. Будь-яке завдання має містити елемент роботи з емоціями: їх визначення, вербалізацію, усвідомлення впливу на поведінку.

Принцип поступовості. Використання методики має відбуватися поетапно: від простих тренувальних вправ до складніших моделей поведінки в конфліктних ситуаціях. Принцип активної участі учнів. Діти мають бути не пасивними слухачами, а безпосередніми учасниками тренінгових вправ, моделювання ситуацій та рефлексивних практик. Принцип відновного підходу. У разі виникнення суперечок чи конфліктів акцент робиться на відновленні стосунків, розумінні почуттів та пошуку безпечних рішень, а не покаранні. Умови ефективної реалізації методики. Для успішного впровадження запропонованої методики вчителю необхідно забезпечити такі умови. Організаційні умови:

- виділення окремого часу для тренінгових занять (10–20 хв в межах уроку або окремі години класного керівника);
- гнучке групування учнів: робота в парах, командах, малих групах;
- наявність матеріалів: картки емоцій, картки ситуацій, кольорові маркери, наліпки, кульки, фішки, плакати «Правила дружнього класу».

Психолого-педагогічні умови:

- створення атмосфери довіри, чіткі правила взаємодії («говорю по черзі», «не перебиваю», «поважаю почуття інших»);

- педагогічна підтримка кожної дитини незалежно від її поведінкових труднощів. недопущення стигматизації учнів.
- Фахова готовність учителя:
- володіння техніками ненасильницького спілкування;
- уміння регулювати власний емоційний стан, здатність фасилітувати обговорення та організовувати групову взаємодію;
- знання способів безпечного реагування на конфліктні та булінгові ситуації.

Покрокові методичні рекомендації щодо проведення занять.

Крок 1. Вступне емоційне налаштування (2–3 хв)

Мета – занурити дітей в емоційну атмосферу заняття. Рекомендовані інструменти: «Емоційний термометр» (діти обирають свій настрій); вправа «Злови емоцію» з картками; коротке коло привітання. Учитель має коротко коментувати ситуацію, підводячи дітей до теми заняття.

Крок 2. Основна тренінгова вправа (10–15 хв). Застосовуються різні типи діяльності залежно від завдання:

- ✓ емоційні вправи: розпізнавання почуттів, робота з емоційними картками;
- ✓ комунікативні вправи асертивні висловлювання, тренування фраз «Стоп», «Мені неприємно», «Я хочу...»;
- ✓ рольові ігри: моделювання ситуацій булінгу, програвання ролей (жертва, свідок, булер, посередник);
- ✓ аналіз ситуацій: робота з картками «Що робити, якщо...».

Учитель повинен: чітко формулювати інструкції, слідкувати за емоційною безпекою, підтримувати всі висловлювання дітей, не допускати висміювання та оцінювання.

Тренінгові картки для учнів.

Картки емоцій: з назвами та зображенням базових емоцій (радість, сум, страх, злість, здивування, спокій). *Ситуаційні картки «Що робити, якщо...»:* моделюють реальні шкільні конфлікти та булінг. *Картки підтримки:* позитивні

вислови для взаємної допомоги. *Картки рефлексії*: «Сьогодні я відчував...», «Що мені допомогло?»

3. Схеми та додаткові матеріали. Алгоритм реагування на булінг: покрокова схема для учнів і вчителя. Таблиця «Правила дружнього класу»: для стенду або дошки класу. Схема етапів заняття: швидкий план для вчителя.

Крок 3. Обговорення та рефлексія (5–7 хв).

Обов'язковий етап для усвідомлення отриманого досвіду. Рекомендовані запитання: «Що ти відчував/відчувала під час вправи?» «Що було найскладнішим?» «Як ця вправа може допомогти в реальному житті?» «Що нового ти дізнався/дізналася про своїх однокласників?»

Важливо дозволити дітям вільно висловлювати емоції, не пропонуючи готових оцінок.

Крок 4. Закріплення та позитивне завершення (1–2 хв).

Мета – підсумувати заняття та створити емоційно комфортний фінал.

Рекомендовано: дати дітям коротку дію «з позитивом» (плескання, «привітальний жест», комплімент сусідові), сформулювати одне правило, яке група бере з собою («Сьогодні ми вчимося говорити спокійно»).

Рекомендації вчителю щодо роботи з конфліктними та булінговими ситуаціями. Розрізняти конфлікт і булінг. Конфлікт – рівні сторони, випадковість; булінг – систематичність, повторюваність, дисбаланс сил. Не ігнорувати навіть слабкі сигнали. Будь-який прояв приниження, глузувань, ізоляції потребує реакції педагога.

Застосовувати алгоритм ненасильницького реагування: зупинити небезпечну дію; назвати почуття учасників; визначити потреби; запропонувати безпечне рішення. Створювати середовище, у якому кожна дитина знає, до кого може звернутись. Обов'язкова наявність «Скриньки довіри», правил взаємодії, інформації про відповідальних дорослих. Не допускати покарання дитини, яка проявляє агресію, без аналізу причин її поведінки. Орієнтація на відновні практики: бесіда, примирення, пояснення наслідків.

Висновки до розділу 3

Інтерактивна методика профілактики булінгу є ефективним інструментом розвитку соціально-емоційних компетентностей молодших школярів.

Учні експериментального класу продемонстрували значно кращі результати за всіма досліджуваними критеріями порівняно з контрольним класом. Застосування інтерактивних вправ, рольових ігор і рефлексивних технологій сприяє формуванню атмосфери довіри, емоційної безпеки та взаємоповаги у класі. Доведено необхідність включення подібних методик у систему виховної роботи початкової школи як складника профілактики булінгу.

Проведене дослідження дозволило нам виділити такі предикати булінгової поведінки учнів у ЗЗСО: наявність певних неврологічних порушень, таких як опозиційний розлад непокори, синдром дефіциту уваги, гіперактивність, біполярний афективний розлад тощо; сімейні проблеми: брак теплих та довірливих стосунків з рідними та близькими, використання батьками авторитарного стилю виховання, гіперопіка, ігнорування потреб дитини; факторами підвищеного ризику прояву жорстокої поведінки є досвід попередньої агресивної чи жорстокої поведінки, «зазнавання» у минулому фізичного чи сексуального насилля, генетичні фактори (сімейна спадковість), вплив жорстокості в медіа (телебачення, фільми, Інтернет ресурси), комбінація стресогенних соціо-економічних факторів сім'ї.

Зокрема, варто наголосити, що в Україні, не зважаючи на певні позитивні зрушення, а саме внесення змін до Кодексу України про адміністративні правопорушення і встановлення відповідальності за вчинення таких дій, все ще не напрацьовані дієві механізми притягнення до відповідальності кривдників, оскільки більшість жертв не звертаються за допомогою, а свідками таких дій здебільшого є самі агресори.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Результати проведеного дослідження дають підстави для таких висновків: 1. У результаті теоретико-методологічного аналізу було встановлено, що у широкому розумінні булінг визначається як специфічна форма соціальної взаємодії агресивного характеру, при якій сильніша (авторитетніша) особистість (або група осіб) систематично і цілеспрямовано цькує, залякує іншу (слабшу, аутсайдера).

У науковому дискурсі виділяють такі ознаки булінгу як: прояв насильницьких, агресивних дій; процесуальність; спрямованість на людину, яка здатна себе захистити; усвідомленість.

Узагальнення даних наукової літератури дало змогу уточнити поняття шкільного булінгу, як довготривалого фізичного чи психологічного насильства, здійснюване однією дитиною або групою та спрямованого проти іншої, яка не може себе захистити в даній ситуації, з метою завдати їй болю, прагнення налякати, піддати тривалій напрузі.

Булінг у початковій школі є комплексним соціально-психологічним явищем, що проявляється у фізичній, словесній, психологічній та цифровій формах. Його виникнення зумовлюється поєднанням індивідуальних, сімейних, шкільних, соціальних, культурних та психологічних факторів.

Процедури пропедевтики та профілактики булінгу повинні поєднуватися із навчальним процесом та позакласною діяльністю.

Пропедевтична робота передбачає розвиток емоційного інтелекту, емпатії та навичок конструктивного вирішення конфліктів через інтегровані уроки, рольові ігри, тренінги та проєктну діяльність. Виховне середовище школи виступає ключовим чинником профілактики булінгу.

Системне формування позитивного соціального клімату, правил взаємоповаги, підтримка колективної взаємодії та розвиток соціально-

емоційних компетенцій сприяють зменшенню проявів агресії та формуванню безпечного середовища для дітей.

2. Досліджено поширеність булінгу та особливості булінгу серед молодших школярів у НУШ. Розкрито зміст та основні причини виникнення шкільного насильства в дітей молодшого шкільного віку.

Сучасні підходи та методи підготовки учнів до протидії булінгу включають компетентнісний, інтегрований, інтерактивно-ігровий та проєктний підходи. Використання інтерактивних технологій, сюжетно-рольових ігор, арт- і музикотерапії, медіаресурсів та цифрових платформ дозволяє ефективно формувати у дітей навички безпечної взаємодії, емпатії та соціальної відповідальності.

Робота з батьками є невід'ємним компонентом профілактичної системи. Консультації, тренінги та інформування про ризики булінгу та кібербулінгу сприяють розвитку батьківської компетентності у підтримці емоційного благополуччя дітей та контролі їхньої поведінки у цифровому середовищі.

3. Розроблено та обґрунтовано програму, що спрямована на запобігання та протидію булінгу в освітньому середовищі молодших школярів. Експериментальна реалізація запропонованої методики профілактики булінгу показала, що системна інтеграція діагностичних, профілактичних, виховних та контролюючо-оцінюючих компонентів дозволяє зменшити прояви булінгу, підвищити рівень емпатії та навичок конструктивної взаємодії серед молодших школярів.

Інноваційні методики та технології профілактики булінгу, такі як соціально-емоційне навчання (SEL), інтерактивні тренінги, сюжетно-рольові ігри, арт- та музикотерапія, цифрові платформи та проєктна діяльність, довели свою ефективність у формуванні безпечного шкільного середовища та розвитку соціально-емоційних компетенцій учнів.

Отже, ефективність профілактики булінгу у освітньому просторі закладу залежить від дотримання певних психолого-педагогічних умов, а саме формування толерантності у всіх учасників освітнього процесу, розвиток їх

емоційного інтелекту; організації педагогічної взаємодії з батьками учнів; проведення роботи з оптимізації соціально-психологічного клімату у шкільному колективі.

Протидія булінгу у початковій школі потребує інтеграції традиційних педагогічних підходів з сучасними інноваційними методиками, які сприяють розвитку соціально-емоційної компетентності, емпатії та конструктивного вирішення конфліктів.

Перспективи подальшого дослідження профілактики булінгу у закладах освіти полягають у поглибленому вивченні динаміки його розвитку з метою превенції та визначенні дієвих механізмів його попередження на кожному етапі формування шкільного колективу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеєнко Т. Явища мобінгу й булінгу у взаєминах особистості та колективу. *Управління освітою*. 2019. № 4. С. 46-53.
2. Альохін М. Антибулінгові практики в школі: соціально-педагогічний контекст. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2019. № 1-2. С. 85-91.
3. Андросюк В. Г. Проблема булінгу в сучасному юридично-психологічному просторі України. *Часопис Київського університету права*. 2019. № 1. С. 216-220.
4. Барліт Л. К. Форми і методи подолання (мінімізації) соціально-педагогічної та психологічної проблеми булінгу в освітньому середовищі. *Горизонти освіти*. 2022. №2. С. 44-46.
5. Беженар Г. Булінг : підліткове насильство в школі. *Школа*. 2022. № 2(74). С. 75-79.
6. Булінг – ми всі можемо допомогти це зупинити : навч. посібник. Весна, 2023. 130 с.. URL: <http://www.edu.gov.on.ca/eng/multi/ukrainian/>
7. Найдьонова Л. А. Кібер-булінг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини. *Методичні рекомендації. Сер. На допомогу вчителю*. 2021. № 4. 34 с
8. Врадій І. С. Що таке булінг і як з ним боротися? *Сім'я і школа*. 2022. № 11. 15 с.
9. Воронцова Т. В. Вчимося жити разом. Київ: Алатон, 2017. 53 с.
10. Гончаров В.В. Жорстока поведінка в підлітковому середовищі. *Соціальний педагог*. 2019. № 11. С. 59-61.70
11. Градова Ю. В., Артамонова М. Г. Конституційно-правові засади протидії булінгу в Україні. *Вісник Харківського національного університету імені В. Каразіна*. 2020. Вип. 29. С. 84-92.
12. Градова Ю.В. Булінг в Україні: проблема очима дитини. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Право. 2021. Вип 4. С. 41-45.

13. Градова Ю.В. Психологічне насильство як одна з форм булінгу учасників освітнього процесу. International scientific and practical conference «Legal science, legislation and law enforcement practice: regularities and development trends»: conference proceedings, October 30-31, 2020. Lublin: Izdevnieciba «Baltija Publishing», 2020. 392 pages. P.222-225.

14. Нова українська школа: poradnik для вчителя / Бібік Н. М. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2017. 83 с.

15. Кодекс України про адміністративні правопорушення. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10> \

16. Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» (2019) Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) : Закон України від 18.12.2018 № 2657-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19>

17. Король А. Причини та наслідки явища булінгу. *Відновне правосуддя в Україні*. 2009. № 1-2 (13). С. 84-93.

18. Лесько Н. В. Адміністративно-правове забезпечення формування та реалізації державної політики у сфері захисту дітей від насильства та інших протиправних дій: дис. ... докт. юр. наук: 12.00.07. Національний університет «Львівська політехніка», Львів, 2019. 489 с.

19. Максьом К.В. Соціально-психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту підлітків як чинник запобігання шкільному булінгу: дис. на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.05. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2020. 228 с.

20. Мандзюк Д. Булінг у закладах освіти. Країна. 2018. № 42. С. 28-29.

23. Моїсеєва Т. Зламаний інстинкт . *Урядовий кур'єр*. 2017. 7 верес. (№ 166). С.4.

24. Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі: Схвалено Указом Президента України

№ 195/2020 від 25 травня 2020 р. URL:
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020#Text>

25. Пономаренко О. Д. «Герпіти не можна діяти» – де ставимо кому? Знов про цькування. *Педагогічна майстерня*. 2016. № 11. С. 42-43.

26. Лушпай Л. І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія філологічна., 2019 . Вип. 33. С.78-82.

27. Про освіту : Закон України № 2145-VIII від 5 вересня 2017 р. URL:
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>

28. Превенція агресивності та насилля в освітньому середовищі : методичні рекомендації / О.Ю. Дроздов, Живолуп, О.В. Ніжинська, ЯВ. Сухенко ; за ред. Сухенко. Полтава : ПОППО, 2011. 80 с.

29. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід: методичний посібник / Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. Київ: ТОВ Агентство «Україна», 2019. 132 с.

30. Савельєв Ю.Б. Виключення та насильство: чи існує булінг в українській школі? Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. Національний університет «Києво-Могилянська академія». *Наукові записки НаУКМА*. 2009. Т. 97. С. 71-75

31. Слесь Г. Насильство серед учнів. Як його уникнути чи як йому протидіяти? *Педагогічна майстерня*. 2019. № 2. С. 30-35.

33. Сорока В. Булінг – це міні-теракт. *Освіта України*. 2018. 6 серп. (№ 30). С. 10-11.

34. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період: метод. рек. / Н.П. Бочкор, Є.В. Дубровська, О.В. Залеська та ін. Київ: МЖПЦ «Ла Страда-Україна». 2014 с. 34 с.

36. Стоп шкільний терор. Особливості цькування у дитячому віці. *Профілактика та протистояння булінгу*. 2017. С. 14–17.

URL: <http://Doslidzhennya-buling/pdf>.

37. Суденко Ю.А. Актуальні юридично-психологічні проблеми протидії шкільному булінгу. *Юридична психологія*. 2019. № 2 (25). С. 54-60.

38. Суденко Ю.А. Превенція булінгу в освітньому середовищі. *Юридична психологія*. 2020. № 2 (27). С. 41-47.

39. У Новій Зеландії тролінг в інтернеті визнано кримінальним злочином. Острів знань : URL: <http://novyny.ostriv.in.ua/publication/code-6949443A73A8D/list-21F3EE36B27>

40. Коновальчук М. Розвиток творчості молодших школярів: система літературних завдань. К. : Шкільний світ, 2020. 120 с.

41. Макарова О. Проблема булінгу в сучасному суспільстві *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти*. 2019. Вип. 33. С. 85-86.

42. Кон І. С. Що таке булінг і як з ним боротися? *Сім'я і школа*. 2006. № 11. 15 с.

43. Король А. Причини та наслідки явища булінгу. *Відновне правосуддя в Україні*. 2019. № 1. 10 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета 1. Чи знаєте ви що таке булінг?

А)Так Б)Ні

2. Чи стикалися ви з ситуаціями знущання одних людей над іншими?

А) Так, стикалися Б)Ніколи не зустрічав(ла) В) Інше

3.Якщо так, то в якій формі?

А) Приниження Б) Образи (вербальна агресія) В) Фізичне насилля Г) Зйомка знущання на телефон Д) Кібербулінг (погрози, знущання і приниження в інтернеті)

4. Хто, на ваш погляд, частіше піддається цькуванню (булінгу)?

А) Той, хто слабкіших і не може дати здачі Б)Той, хто відрізняється від інших (зовні, фізично) має особливу обдарованість, не схожий за світосприйняттям на інших В) Той, хто має свою думку Г) Інші причини _____

5. Чи були в житті випадки коли ви самі були в ролі «жертви булінгу» ?

А) Ні, ніколи

Б) Так, були випадки у дошкільному закладі

В) Так, були випадки у початковій школі

Г) Так, були випадки в основній школі (середні, старші класи)

Д) Так, були випадки у сім'ї

6. Чи були ви в ролі співучасника в процесі булінгу?

А)Роль «нападника», булера

Б)Пасивного спостерігача

В)Пасивного спостерігача, який подумки підтримує жертву

Г)Боїться вийти на захист

Д)Інший варіант.

Анкета-тест

Учень _____ клас _____

1. Як тебе сприймають однокласники?

- Більшість сприймають мене добре.
- Ніхто особливо не цікавиться мною.
- Мені здається, що більшість однокласників не хоче, щоб я був з ними в одному класі.

2. Чи задоволений ти тим, як твої товариші ставляться до тебе?

- повністю задоволений.
- Хотів би, щоб більше дітей зі мною дружили, запрошували в гості, в кіно.
- Мене не люблять в класі.

3. Як ти ставишся до класу?

- Я хочу, щоб наш клас був дружній.
- Мені все одно.
- Я не хочу, щоб проводили якісь заходи, бо не братиму участь.

4. Кого б ти запросив на день народження, а кого ні?

5. Як ти думаєш, чи багато дітей запросили би тебе на день народження?

Додаток В.1

Тренувальні вправи для інтерактивної методики профілактики та протидії булінгу

1. Вправа «Емоційне коло»

Мета: розвиток усвідомлення власних емоцій та емоцій інших.

Опис: учні сідають у коло, кожен по черзі називає емоцію, яку відчуває, та пояснює чому. Інші діти можуть ділитися, коли вони відчували щось подібне.

Очікуваний ефект: розвиток емпатії, навичок активного слухання, формування безпечного середовища.

2. Тренінг «Коло підтримки»

Мета: навчити дітей надавати підтримку одноліткам.

Опис: учні об'єднуються у групи. Один учень описує вигадану ситуацію булінгу, а інші пропонують способи допомоги та підтримки. Після обговорення проводиться рефлексія: «Що ми відчували, допомагаючи іншому?»

Очікуваний ефект: розвиток соціальної компетентності, комунікативних навичок, готовності захищати однолітків.

3. Сюжетно-рольова гра «Мирне рішення конфлікту»

Мета: відпрацювання конструктивних стратегій реагування на конфлікти.

Опис: учні моделюють різні ситуації (словесний конфлікт, суперечка за іграшку, образливий коментар). Кожен учень грає певну роль: жертва, агресор, свідок. Потім обговорюють, які дії були конструктивними і чому.

Очікуваний ефект: формування навичок мирного вирішення конфліктів, розвитку самоконтролю та емпатії.

4. Вправа «Слово підтримки»

Мета: навчити дітей висловлювати позитивні та підтримуючі слова.

Опис: кожен учень по черзі каже комплімент або слово підтримки іншому учневі. Можна використовувати «поштівку підтримки» – учні пишуть на паперових листках позитивні повідомлення один одному.

Очікуваний ефект: підвищення рівня довіри та дружніх взаємин, розвиток позитивної атмосфери в класі.

5. Інтерактивна вправа «Що робити?»

Мета: навчити дітей реагувати на прояви булінгу.

Опис: учням пропонуються різні життєві ситуації (фізичний булінг, словесні образи, кібербулінг). Клас обговорює можливі дії: що робити жертві, свідку, як залучити дорослих.

Очікуваний ефект: формування алгоритмів безпечної поведінки та навичок конструктивного втручання.

6. Арт-терапевтична вправа «Мій світ без булінгу»

Мета: розвиток емоційного самовираження та позитивних уявлень про колектив.

Опис: учні малюють або створюють колаж на тему «Мій клас без булінгу». Після завершення роботи проводиться обговорення, де кожен пояснює, що символізує його робота.

Очікуваний ефект: зниження емоційного напруження, формування позитивної шкільної культури.

7. Проектна діяльність «Дружба та взаємоповага»

Мета: закріплення знань через практичну діяльність.

Опис: учні в малих групах створюють плакати, презентації або відеоролики про дружбу, взаємоповагу, правила безпечної поведінки. Потім роботи демонструються всьому класу.

Очікуваний ефект: формування практичного досвіду конструктивної взаємодії, розвитку командної роботи та соціальних навичок.

8. Вправа «Емпатичний міст»

Мета: розвиток здатності до розуміння емоцій інших.

Опис: учні по черзі описують ситуацію, коли вони відчули смуток або образ, а інші намагаються уявити себе на місці того, хто страждає, і пропонують допомогу. **Очікуваний ефект:** підвищення рівня емпатії та готовності допомогти одноліткам у реальному житті.

Додаток В.2

Комплекс тренінгових занять: «Дружня школа – це школа без булінгу»

Заняття 1: Емоції та емпатія

Тема: «Розуміємо почуття інших»

Мета: розвиток емоційного інтелекту, здатності до співпереживання.

Хід заняття:

1. Вправа «Коло довіри»

Учні сідають у коло і по черзі діляться, що їх ображало або засмучувало на минулому тижні.

Інші учні слухають уважно без перебивань.

Вчитель обговорює, як можна підтримати однокласника.

2. Вправа «Емоційні карточки»

Діти отримують картки з малюнками обличчя, що виражають різні емоції.

Учні ідентифікують емоції та наводять приклади ситуацій, коли вони відчували подібні почуття.

Очікуваний результат: діти вчаться розпізнавати емоції, співпереживати, формуються соціальні навички.

Заняття 2: Розпізнавання булінгу

Тема: «Що таке булінг?»

Мета: навчити дітей відрізняти булінг від конфлікту та розпізнавати його прояви.

Хід заняття:

1. Вправа «Ситуації на вибір»

Вчитель пропонує 3–5 ситуацій (наприклад, ображення однокласника через зовнішність, ігнорування під час гри).

Діти обговорюють, чи є це булінгом, і пропонують способи реагування.

2. Вправа «Булінг чи конфлікт?»

Діти отримують картки зі сценками (2–3 приклади булінгу, 2–3 приклади конфліктів).

Клас спільно визначає, де проявляється булінг, а де – нормальний конфлікт.

Очікуваний результат: діти розуміють відмінності між конфліктом і булінгом, навчаються шукати безпечні шляхи вирішення.

Заняття 3: Комунікація та асертивність

Тема: «Говоримо про свої почуття без страху»

Мета: навчити дітей висловлювати емоції словами, розвивати асертивність.

Хід заняття:

1. Вправа «Магічні слова»

Діти формулюють фрази, які можна сказати у ситуаціях образ або несправедливості:

«Мені неприємно, коли ти так робиш»

«Будь ласка, не ображай мене»

Педагог демонструє, як безпечно звертатися по допомогу.

Продовження додатку В.2

2. Вправа «Розв'язуємо конфлікт»

Розігруються міні-сценки конфліктів.

Діти шукають мирне вирішення ситуації словами.

Очікуваний результат: розвиток навичок конструктивної комунікації та асертивної поведінки.

Заняття 4: Співпраця та підтримка

Тема: «Сильні разом»

Мета: формування командного духу та взаємопідтримки.

Хід заняття:

1. Вправа «Командний пазл»

Клас поділяється на групи, які складають великий пазл.

Успіх залежить від співпраці всіх учасників.

2. Обговорення:

Як допомога один одному запобігає конфліктам і булінгу.

Що робити, якщо хтось із дітей відчуває себе ображеним.

Очікуваний результат: розвиток співпраці, уміння підтримувати однокласників.

Заняття 5: Кібербулінг та безпечне онлайн-спілкування

Тема: «Дружба в Інтернеті»

Мета: навчити дітей запобігати кібербулінгу та безпечно користуватися цифровими платформами.

Хід заняття:

1. Вправа «Що робити онлайн?»

Обговорюються приклади онлайн-агресії: образливі повідомлення, грубі коментарі.

Діти пропонують безпечні способи реагування: блокувати, повідомити дорослого, підтримати жертву.

2. Вправа «Правила дружби онлайн»

Клас разом складає правила поведінки в Інтернеті, які закріплюють на дошці.

Очікуваний результат: діти розуміють ризики кібербулінгу, вчать безпечній поведінці в мережі та взаємопідтримці.