

УДК 159.922.7

<https://doi.org/10.31891/PT-2023-1-11>

Роман ПОПЕЛЮШКО

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

<https://orcid.org/0000-0002-1227-1292>

e-mail: r.p.popeliushko@npu.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ЖЕРТВАМ ШКІЛЬНОГО БУЛІНГУ

Стаття присвячена актуальній проблемі шкільного насильства у міжособистісних стосунках в освітньому просторі. У статті пропонується огляд проявів булінгу в поведінці школяра, характерних особливостей шкільного булінгу та його вплив на розвиток особистості дитини. Описано спільні ознаки антибулінгових програм які застосовуються в різних країнах світу. Автором обґрунтовано те, що особливостями психологічної допомоги жертвам шкільного булінгу є дотримання психологом зазначеного алгоритму спілкування та етапів проведення бесіди з дитиною жертвою чи свідком насильницьких дій.

Ключові слова: булінг, шкільне насилля, освітній простір, психологічна допомога, жертва.

Roman POPELIUSHKO

Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE FOR VICTIMS OF SCHOOL BULLYING

The article is devoted to the actual problem of school violence in interpersonal relationships in the educational space. The article offers an overview of the manifestations of bullying in the behavior of schoolchildren, the characteristic features of school bullying and its impact on the development of a child's personality, common features of anti-bullying programs that are used in different countries of the world.

Contemporary Ukrainian society recognizes the existence of the problem of child abuse and the need to take measures to improve the system of prevention, detection and overcoming of this phenomenon. Educational institutions set themselves the goal of comprehensive development of the child, creation of conditions for assimilation of effective models of behavior with peers, however, frequent phenomena of school bullying and high level of conflict among children do not allow to fully achieve the set goals. At present, taking into account external challenges, such as war, pandemic, etc., the extremely important task is to create a safe educational environment to prevent and fight against the negative consequences of the phenomenon of school violence.

The work describes the algorithm of conducting a dialogue between a psychologist and a child victim of school bullying, which includes: establishing a trusting relationship between the child and the psychologist; an expression of sympathy; reducing the feeling of guilt; support and approval of the child's behavior; finding reserves of support and assistance; creating conditions for stopping violence and

developing a behavior strategy; supporting the child's determination.

The article reveals the stages of dialogue between a psychologist and a child victim or witness of violent acts, which included: the preliminary stage; introductory stage; stage of free narration; stage of detailed questions; the final stage.

The author of the article substantiates the fact that the peculiarities of psychological assistance to victims of school bullying are the psychologist's observance of the specified communication algorithm and the stages of conversation with a child victim or witness of violent acts.

Key words: bullying, school violence, educational space, psychological help, victim.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Безпека дитини, збереження її життя та здоров'я, формування вміння захистити себе в навколишньому середовищі є вкрай актуальними питаннями в сучасній системі освіти. Сьогодні українське суспільство констатує існування проблеми жорстокого поводження з дітьми, та необхідність здійснення заходів щодо вдосконалення системи попередження, виявлення та подолання даного явища.

Освітні заклади ставлять собі за мету всебічний розвиток дитини, створення умов для засвоєння ефективних моделей поведінки з однолітками, проте часті явища шкільного булінгу та високий рівень конфліктності серед дітей не дозволяє повною мірою досягти поставлених цілей.

На даний час, враховуючи зовнішні виклики, такі як війна, пандемія тощо, надзвичайно важливим завданням є створення безпечного навчально-виховного середовища для профілактики та боротьби з негативними наслідками явища шкільного насильства.

Аналіз досліджень та публікацій

Вагомий внесок у розробку, на теоретико-практичному рівні, різних аспектів питання шкільного булінгу зробили закордонні науковці, зокрема П. Гайнеманн, К. Дьюкс, Д. Лейн, Е. Міллер, Е. Мунте, А. О'Мур, Д. Олвеус, В. Ортон, А. Пікас, Е. Роланд, Д. Таттум, Т. Фалд, Б. Хіллері та українські дослідники А. Барліт, О. Іваній, О. Костюк, О. Кравчук, Л. Лушпай, Н. Макаренко, О. Ожійова, К. Плутицька, І. Сидорук, С. Стельмах тощо.

Формулювання цілей статті

Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні особливостей психологічної допомоги жертвам шкільного булінгу.

Виклад основного матеріалу

Шкільний булінг притаманний всім країнам світу, і на згадку про це 4 травня оголошено «Міжнародним днем боротьби з булінгом». Насильство у вигляді шкільного булінгу, це соціальне явище, і воно поширене в багатьох країнах сучасного світу – США, Канаді, Японії, Індії, Великій Британії тощо. Притаманне воно й освітній практиці країн колишнього СРСР, у тому числі й України.

Дитяча жорстокість – стійкий і схильний до подальшого негативного розвитку феномен, що культивується виключно у стосунках з іншими дітьми. Жорстоке ставлення до іншого усвідомлюється дитиною з певного віку. Якщо, не зважаючи на розуміння жорстокості, дитина продовжує її здійснювати по відношенню до іншої, це означає прийняття та прагнення пережити ті руйнівні почуття, які посилюють жорстокість і схвалюються у відповідному середовищі [5].

Булінг – це соціально-психологічна проблема нашого суспільства. Це соціальне явище, що властиве переважно організованим колективам і виражається у здійсненні тривалого фізичного або психологічного насилля, яке не має характеру самозахисту, з боку одного індивіда або цілої групи щодо іншого індивіда [1].

У поведінці школяра, булінг має такі найбільш поширені прояви як: образливі жести або дії; вимагання грошей, їжі, речей, умисного пошкодження особистого майна жертви; словесні образи, глузування, обзивання, погрози; залякування за допомогою слів, загрозливих інтонацій, щоб змусити жертву щось зробити чи не зробити; ігнорування, відмова від спілкування, виключення із гри, бойкот; фізичне насилля; приниження за допомогою мобільних телефонів та інтернету, поширення чуток і пліток [3]. Необхідно зауважити, що не кожен акт насилля є булінгом, це залежить від реакції жертви.

За формою прояву шкільний булінг поділяється на чотири групи: словесний (вербальний); фізичний; соціальний (емоційний) або прихований; електронний (кібербулінг) [2]. Доволі часто ці знущання поєднуються для більш сильного впливу.

Ірландські дослідники А. О'Моор і Б. Хіллері виявили такі характерні особливості шкільного булінгу:

- частота фізичного булінгу збільшується у початковій школі і в 3-6 класах досягає піку, а потім знижується;
- явище шкільного булінгу виникає в старшому дошкільному віці;

- ініціаторами булінгу часто є вчителі, в старших класах учні частіше, ніж в молодших повідомляють про ситуації булінгу з боку вчителів;
- хлопці більше схильні до фізичного насильства, дівчата – до психологічного і вербального;
- жертвами булінгу в однаковій мірі можуть бути як дівчата, так і хлопці;
- частота вербального булінгу та соціального виключення з віком не знижується і набуває регулярності у підлітковому віці;
- причиною булінгу може бути та чи інша несхожість дитини, її невідповідність будь-яким, прийнятим у групі, стандартам;
- від одного до двох відсотків дітей є постійними жертвами шкільного булінгу;
- з віком однолітки все менше співчувають жертві [7].

Насильницька поведінка має значний вплив на розвиток особистості та формування «Я-концепції» дитини, її самооцінки, а також системи цінностей і комунікативних стратегій. У 8-14 років набуття популярності та соціального статусу є настільки важливим, що деякі діти приймають стратегію приниження інших в якості цілком прийняттого способу для досягнення своєї цілі.

У жертв шкільного булінгу, можуть проявлятися різноманітні симптоми: підвищена тривожність, соматична слабкість, депресивність, низькі самооцінка та невпевненість у собі; вони також часто відчувають труднощі у встановленні близьких контактів з іншими людьми [3].

Норвезький дослідник Д. Ольвеус у 1982-1984 роках розробив першу експериментальну програму протидії шкільному булінгу. Його програма пройшла апробацію у 42 норвезьких школах і по її закінченні було виявлено стійке зниження частоти виникнення ситуацій шкільного булінгу більше ніж у два рази. У Великій Британії застосовується програма Д. Таттума, що має багато спільних рис з програмою Д. Ольвеуса. Ці програми пройшли апробацію у багатьох школах Норвегії, Великої Британії, Канади, Австралії, США і довели, що грамотна та систематична робота з шкільним булінгом сприяє його зменшенню та має перспективу до його подолання [3].

При роботі жертвами з шкільним булінгом психологічна робота повинна проводитися паралельно на декількох рівнях: на рівні групи (класу) та індивідуальному (робота з булерами та жертвами). Також потрібно залучати до роботи з шкільним булінгом батьків, громадські та релігійні організації, правоохоронні органи, громаду. Наразі у багатьох країнах діють антибулінгові програми. Такі програми мають

певні особливі риси, що пов'язані з особливостями країни, проте всі вони мають і спільні ознаки:

- регулярне опитування учнів про розповсюдженість булінгу;
- обговорення проблеми булінгу в класах, на загальношкільних і батьківських зборах;
- створення самими учнями (за участю дорослих) кодексу поведінки;
- посилення спостереження вчителів за дітьми під час перерв, у їдальні, на спортивному майданчику, шкільному подвір'ї тощо;
- навчання педагогічного колективу стратегіям профілактики булінгу та втручання при його виникненні.

Об'єктом шкільного булінгу може стати будь-хто. Найчастіше до категорії жертв булінгу потрапляють діти, які чимось відрізняються від своїх ровесників: особливостями розвитку; успіхами в навчанні; фізичними даними; матеріальним становищем; запальним чи спокійним характером; заниженою самооцінкою; вираженим почуттям провини та невдоволенням собою тощо. У зоні ризику стати жертвою шкільного булінгу стають діти, у яких відсутні довірливі відносини з батьками, дитина, здебільшого, надана сама собі та вулиці.

При психологічній допомозі жертвам шкільного булінгу слід мати на увазі, що жертви знущання мають низьку самооцінку, меланхолічний темперамент, гуманізм, ліберальні погляди тощо. При спілкуванні з такими дітьми слід дотримуватися такого алгоритму ведення діалогу [4]:

1. *Встановити довірливі стосунки між дитиною і психологом:* «Я тобі вірю». Багато дітей не можуть розповісти дорослим про те, що сталося, оскільки бояться, що вони їм не повірять. Причина цих страхів криється в тому, що булер, як правило, авторитетніше і сильніше, ніж постраждала дитина.

2. *Проявити співчуття:* «Мені шкода, що це сталося». На другому етапі дитина повинна відчувати, що її чують, співчують, розуміють думки та почуття, які в неї виникають.

3. *Зменшити відчуття провини:* «Ти не винен(-на) в тому, що сталося». Третій крок спрямований на те, щоб дитина відчула себе комфортно та безпечно. Психолог не повинен засуджувати, давати негативних оцінок поведінці дитини.

4. *Підтримати та схвалити поведінку дитини:* «Добре, що ти це розповів(-ла)». Позитивна, емоційна підтримка, підкріплена бажанням знайти вихід із ситуації шкільного насильства є важливим

моментом цього етапу. Дитині потрібна допомога в подоланні страхів, що виникають після розкриття фактів насильства.

5. *Знайти резерви підтримки та допомоги:* «Подумай, кому ще ти можеш розповісти про те, що відбулося/відбувається?». В цьому випадку важливо показати дитині, що є люди, організації, яким можна довіритися й отримати від них допомогу та підтримку (родичі, знайомі, вчителі, психологи, сусіди, служби соціального захисту, поліція, органи опіки та піклування тощо).

6. *Створити умови для припинення насильства та виробити стратегію поведінки:* «Давай подумаємо, що ми можемо зробити, аби попередити подібні дії?». Потрібно з'ясувати внутрішні резерви дитини, знайти разом з дитиною нові шляхи виходу із ситуації, що склалася. Доволі часто дитина не бачить виходу, і проблема для неї здається невіршуваною, тому важливо почати обговорення, в результаті якого спрямувати на пошук альтернативних рішень. Роблячи вибір, дитина бере на себе відповідальність, і таким чином, у неї підвищується мотивація до активних дій. При цьому, необхідно дати дитині зрозуміти, що гарантій того, що ситуація не повториться, немає [4].

7. *Підтримати в рішучості.* Звертатися за допомогою і підтримкою щоразу, коли є потреба: «Ти можеш звертатися до мене стільки, скільки вважатимеш за необхідне, ти знаєш де мене знайти». Чітко демонструйте позицію, що немає жодних обставин, якими можна було б виправдати насильницьку поведінку. Потрібно звертатися до дитини спокійним тоном, уникаючи активних проявів емоцій, незалежно від змісту питання. Якщо дитина плаче, дозвольте їй це робити. Скажіть, що це цілком нормальна реакція. Стежте, щоб ваша розмова була довірливою. Потрібно визначитись з дитиною, яка інформація має залишитися конфіденційною, а яка може бути розголошена. Дитина має знати, яку інформацію ви зобов'язані будете передати державним структурам. Наприкінці розмови необхідно поцікавитися, чи хоче дитина ще щось сказати чи дещо запитати у вас.

Практичний психолог закладу освіти, має зустрітись з дитиною, відносно якої надійшла інформація про жорстоке поводження щодо неї. Метою бесіди з дитиною є отримання повного обсягу інформації про те, що сталося, в результаті спонтанної розповіді дитини.

Протягом розмови психолог має сидіти поруч з дитиною, не допускаючи розділення столом; спілкуючись з дитиною, необхідно демонструвати повагу до неї, приязність, досягти створення атмосфери максимальної довіри.

Після того як обрано час і місце опитування дитини-жертви чи свідка шкільного булінгу, потрібно провести розподіл опитування на

етапи, кожний з яких має певну мету. Науковцями та практиками обґрунтовано такі етапи проведення опитування: попередній етап; вступний етап; етап вільної розповіді; етап детальних запитань; завершальний етап [6].

1. *Попередній етап.* Цей етап охоплює дії, які передують контакту з дитиною. Він полягає в отриманні інформації про дитину, свідка чи жертву – її пізнавального, соціального й емоційного розвитку, а також щодо її найближчого оточення і сім'ї.

2. *Вступний етап.* Психолог запрошує на зустріч дитину, відносно якої надійшла інформація про шкільний булінг щодо неї. Знайомлячись з дитиною, необхідно озвучити тему розмови, але при цьому варто уникати сугестивних слів, таких як: «важкий», «страшний», «насильство» тощо. Потрібно у зрозумілій і доступній для дитини формі познайомитись і повідомити в чому полягає їх спільна робота. Це дозволить зорієнтувати дитину щодо ситуації та дізнатися, чи налаштована вона на співпрацю.

Розмову з дитиною (незалежно від віку) потрібно розпочинати з нейтральних, безпечних тем і пам'ятати при цьому, що вступна фаза не може тривати занадто довго. Дітей дошкільного та молодшого шкільного віку можна, наприклад, запитати про улюблену гру, телепрограму, улюблені страви. Якщо предметом справи є проблеми, пов'язані з функціонуванням сім'ї, то під час вступної фази потрібно уникати тем, пов'язаних з нею. Якщо відомо, що у дитини є проблеми у відносинах із однолітками, то дана тема також не повинна згадуватися на цьому етапі.

Під час цього етапу необхідно встановити, чи дитина в змозі відрізнити правду від брехні, і повідомити їй, що потрібно говорити правду. Потрібно запитати дитину, що означає «говорити правду», а що означає «обманювати», а також, що може трапитися, якщо хтось обманює. Коли ми говорим про маленьку дитину, що має труднощі з визначенням правди та брехні, можна навести кілька правдивих і неправдивих тверджень, щоразу питаючи дитину, чи це є правдою, чи брехнею [6].

3. *Етап вільної розповіді.* На цьому етапі дитина-жертва чи свідок має розповідати про хід подій вільно, у своєму темпі, згідно з послідовністю згаданого змісту. Даний етап демонструє, які елементи подій викликали емоції, були для дитини важливими, вартими того, щоб їх помітити та запам'ятати. Важливо ініціювати етап вільної розповіді у такий спосіб, щоб дитина знала, чого саме від неї очікує психолог. Дитину, яка розповідає про подію або низку обставин у формі вільного викладу подій, не слід перебивати, навіть якщо вона відхиляється від

суті справи чи вводить розгалужені побічні лінії. Непотрібно також виправляти, уточнювати її висловлювання або їх коригувати, порівнювати з інформацією, яка відома з інших джерел. Це може обмежити свободу подальшого викладення подій, завдати перебігу думок або змінити порядок окремих згадуваних елементів.

4. *Етап детальних запитань.* Метою психолога на цьому етапі є доповнення викладу подій, здійсненого дитиною під час етапу вільної розповіді, та їх впорядкування для з'ясування обставин. Цей етап опитування повинен мати таку форму розмови, яка найбільше відповідає віковим та індивідуальним особливостям дитини. Не варто говорити дитині, що вона про щось забула у своїй розповіді або надала непослідовну інформацію, що суперечить іншим доказам. Це може пригнічувати її й гальмувати спонтанність відповідей або їх викривляти.

Ключовим принципом при наданні психологічної допомоги дітям-свідкам чи жертвам шкільного булінгу є застосування відкритих питань. На початку етапу детальних запитань рекомендуються такі відкриті питання: «Що ти ще пам'ятаєш про подію..? Що ще сталося...?». При цьому слід нагадати дитині, що, якщо вона не в змозі відповісти на запитання, вона повинна відверто сказати «не знаю» або «не пам'ятаю» [1].

Під час розмови психолог для себе повинен відтворити картину подій, що відбулися з дитиною, з'ясувати їхню почерговість та отримати якомога більше деталей. Тому варто ставити цілеспрямовані запитання, які стосуються: характеру насильства, якщо воно було; часу, коли це відбулось; людини, що заподіяла насильство; місця події; оточення; інших обставин тощо.

Якщо дитині важко розповісти про події, які вона пережила, необхідно запропонувати відтворити болісну ситуацію за допомогою, наприклад, малюнка; за допомогою предметів (ляльок, іграшок тощо).

На цьому етапі важливо спочатку зосередитися на інформації, яку надає дитина, і лише згодом – на даних, отриманих з інших джерел.

Іншим важливим принципом опитування дитини-свідка чи жертви є уникання запитань, що можуть викликати почуття провини, відповідальності дитини за події або їх перебіг, а також оцінки дитини та її поведінки.

Третій принцип опитування полягає в тому, що слова, побудова запитань та їхня послідовність повинні відповідати віковим та індивідуальним особливостям дитини.

Також, варто запитати у дитини наприкінці розмови, чи хоче вона ще щось сказати.

5. *Заключний етап.* Під час заключного етапу першим питанням має стати, як почувається дитина після опитування та чи є у неї якісь побоювання. Після цього варто розказати дитині, що відбуватиметься далі, які дії будуть наступними і пояснити, яка їх мета. Наостанок слід поговорити на нейтральні, емоційно необтяжливі теми, щоб знизити напругу психічного стану дитини.

Завершальний етап є дуже важливим для захисту психічного здоров'я дитини [6].

Після проведеного опитування постраждалого/постраждалої не варто залишайте його/її наодинці, необхідно доручити дитину до приходу батьків класному керівнику, вихователю, іншому педагогічному працівнику.

Висновки з даного дослідження

і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Отже, особливостями психологічної допомоги жертвам шкільного булінгу є дотримання психологом зазначеного алгоритму спілкування та етапів проведення бесіди з дитиною жертвою чи свідком насильницьких дій.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці та впровадженні нового психологічного інструментарію щодо надання психологічної допомоги жертвам шкільного булінгу.

Література

1. Андрєєнкова В. Л. Запобігання та протидія проявам насильства : діяльність закладів освіти : навчально-методичний посібник. Київ : ФОП Нічога С. О. 2020. 196 с.
2. Гавришак Л. С., Мащак С. О. Булінг як соціально-психологічне явище сьогодення. *Проблеми гуманітарних наук : збірник ДДПУ імені І. Франка. Серія «Психологія».* Дрогобич : РВВ ДДПУ імені І. Франка, 2018. Вип. 43. С. 53-63.
3. Лушпай Л. І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. *Наукові записки Національного ун-ту «Острозька академія».* 2013. Вип. 33.С. 85-89.
4. Соціологія: підручник / за ред. В. Г. Городененка. Київ : Видавничий центр «Академія», 2005. 560 с.
5. Суденко Ю. А. Юридико-психологічна характеристика булінгу та його попередження: дис. ... док-ра філос.: 081. Київ, 2021. 178 с.
6. Цюман Т. Д. Методичні рекомендації щодо опитування дітей, що стали свідками та/або жертвами насильства, а також вчинили насильство : метод. посіб. Київ : ФОП Клименко, 2015. 114 с.
7. O'Moore A., Hillery B. Bullying in Dubling Schools. *Irish Journal of Psychology.* 1989. № 10(3). P. 426-441.

References

1. Andrieienkova V. L. Zapobihannia ta protydiia proiavam nasylstva : diialnist zakladiv osvity : navchalno-metodychnyi posibnyk. Kyiv : FOP Nichoha S. O. 2020. 196 s.

2. Havryshchak L. S., Mashchak S. O. Bulinh yak sotsialno-psykholohichne yavyshe sohodennia. Problemy humanitarnykh nauk : zbirnyk DDPU imeni I. Franka. Seria «Psykhohiia». Drohobych : RVV DDPU imeni I. Franka, 2018. Vyp. 43. S. 53-63.
3. Lushpai L. I. Shkilnyi bulinh yak riznovyd suspilnoi ahresii. Naukovi zapysky Natsionalnoho un-tu «Ostrozka akademiia». 2013. Vyp. 33.S. 85-89.
4. Sotsiolohiia: pidruchnyk / za red. V. H. Horodnenka. Kyiv : Vydavnychi tsentr «Akademiia», 2005. 560 s.
5. Sudento Yu. A. Yurydyko-psykholohichna kharakterystyka bulinhu ta yoho poperedzhennia: dys. ... dok-ra filos.: 081. Kyiv, 2021. 178 s.
6. Tsiuman T. D. Metodychni rekomendatsii shchodo opytuvannia ditei, shcho staly svidkami ta/abo zhertvamy nasylstva, a takozh vchynyli nasylstvo : metod. posib. Kyiv : FOP Klymenko, 2015. 114 s.
7. OMoore A., Hillery B. Bullying in Dubling Schools. Irish Journal of Psychology. 1989. № 10(3). P. 426-441.