



УДК [37.015.3+159.922]:004.5

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-5\(33\)-1320-1333](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-5(33)-1320-1333)

Шахрай Валентина Михайлівна доктор педагогічних наук, доцент, завідувач лабораторії інституційного виховання, Інститут проблем виховання Національної академії педагогічних наук України, вул. М. Берлінського, 9, м. Київ, 04060, тел.: (097) 783-54-29, <https://orcid.org/0000-0003-2433-0357>

ЗАПОБІГАННЯ І ПОДОЛАННЯ БУЛІНГУ ЯК НАУКОВА ТА СОЦІАЛЬНО-ВИХОВНА ПРОБЛЕМА

Анотація. У статті порушено проблему залучення учнів до булінгу, що становить велику небезпеку для їх соціального, емоційного, фізичного розвитку. Акцентовано увагу на необхідності наукового осмислення цієї проблеми, визначення ефективних шляхів щодо запобігання і подолання булінгу в освітньому середовищі. Особлива увага приділена кібербулінгу як виду булінгу, що породжений широким використанням учнями цифрових технологій та який набуває в сучасний період значного поширення.

Виявлено два підходи до вивчення кібербулінгу. Перший відображує ролі осіб, що залучені до булінгу, інший – сфокусований на агресивній поведінці кривдників (булерів). З точки зору індивідуальних ролей, у кібербулінгу найчастіше визначають ролі: потерпілі (жертви), кривдники (булери), сторонні учасники (спостерігачі). Відповідно до агресивної поведінки, яку демонструють кривдники (булери), найчастіше виділяються чотири види кібербулінгу: письмовий чи усний кібербулінг, візуальний кібербулінг, підміна (імітація) персонажа та виключення (ізоляція) особи.

З'ясовано основні причини булінгу і кібербулінгу: недостатня обізнаність учнів про насильницькі дії; несприятливий шкільний клімат; конфліктні та жорсткі стилі сімейного виховання; недостатня розвиненість у дітей та учнівської молоді соціальної компетентності та саморегуляції; низький рівень емоційного благополуччя, насамперед жертв булінгу. Причини власне кібербулінгу: ефект розгальмування поведінки підлітків онлайн, який відображається у зниженні внутрішньої цензури під час спілкування в кіберпросторі; брак впевненості у кривдників та їх бажання контролювати інших; сприйняття учнями кібербулінгу як розваги тощо.

Визначено, що заходи, спрямовані на протидію булінгу і кібербулінгу, доцільно здійснювати, використовуючи можливості, насамперед, безпосереднього спілкування з дітьми та учнівською молоддю, і, водночас, спираючись на потенціал цифрового освітнього середовища.

Зроблено висновок, що система дій щодо запобігання і подолання булінгу і кібербулінгу має базуватися, насамперед, на комплексному (цілісному) освітньому підході та використанні виховних засобів і методів.





Ключові слова: булінг, кібербулінг, запобігання, подолання, ознаки, причини, наслідки, учні, педагоги, батьки, цілісний освітній підхід.

Shakhrai Valentyna Mykhailivna Doctor of Sciences in Education, Associate Professor, Head at the Laboratory of Institutional Education, Institute of Problems on Education of National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Berlynskoho St., 9, Kyiv, 04060, tel.: (097) 783-54-29, <https://orcid.org/0000-0003-2433-0357>

PREVENTING AND OVERCOMING BULLYING AS A SCIENTIFIC AND SOCIAL AND EDUCATIONAL PROBLEM

Abstract. The article raises the problem of involving students in bullying, which poses a great danger to their social, emotional, and physical development. Attention is focused on the need for a scientific understanding of this problem, determination of effective ways to prevent and overcome bullying in the educational environment. Special attention is paid to cyberbullying as a type of bullying, which is caused by the wide use of digital technologies by students and which is gaining significant popularity in the modern period.

Two approaches to the study of cyberbullying have been identified. The first reflects the roles of persons involved in bullying, the second is focused on the aggressive behavior of offenders (bullies). From the point of view of individual roles, in cyberbullying the roles are most often defined: aggrieved (victims), offenders (bullies), third-party participants (observers). According to the aggressive behavior displayed by the offenders (bullies), four types of cyberbullying are most often distinguished: written or verbal cyberbullying, visual cyberbullying, character impersonation (imitation) and exclusion (isolation) of a person.

The main causes of bullying and cyberbullying have been clarified: insufficient awareness of students about violent actions; unfavorable school climate; conflict and harsh styles of family education; insufficient development of social competence and self-regulation in children and school youth; low level of emotional well-being, primarily of victims of bullying. The reasons for cyberbullying itself: the effect of inhibiting the behavior of teenagers online, which is reflected in the reduction of internal censorship during communication in cyberspace; abusers' lack of confidence and their desire to control others; students' perception of cyberbullying as entertainment, etc.

It was determined that the measures aimed at countering bullying and cyberbullying should be carried out using opportunities, first of all, of direct communication with children and school youth, and, at the same time, relying on the potential of the digital educational environment.

It was concluded that the system of actions to prevent and overcome bullying and cyberbullying should be based, first of all, on a comprehensive (holistic) educational approach and the use of educational tools and methods.



Keywords: bullying, cyberbullying, prevention, overcoming, signs, causes, consequences, students, teachers, parents, holistic educational approach.

Постановка проблеми. Булінг є антисоціальним явищем, що завдає значної шкоди для життєдіяльності дітей та учнівської молоді, послаблює їх психічне та соціальне здоров'я, призводить до гальмування належного розвитку та самореалізації учнів. Незважаючи на доволі значний період вивчення булінгу, розробок програм для запобігання і подолання булінгу, булінг залишається глобальною проблемою, з'являються нові його види, зокрема кібербулінг, що пов'язаний з активним залученням дітей та молоді до цифрового простору. Приблизно одна третина користувачів Інтернету у світі – це діти та підлітки віком до 18 років [9, С. 3]. Звичайно, переваги нових технологій є беззаперечними, водночас з'являються ризики їх неправильного використання. Більший доступ до технологій впливає на розвиток підлітків, як з точки зору просоціальних, так і антисоціальних результатів [16, С. 416]. Негативна сторона використання Інтернету молодими людьми полягає в тому, що з його допомогою вони можуть залякувати інших або страждати від знущань інших у кіберпросторі [20]. Тому «кібербулінг є одним із негативних побічних продуктів цифрової ери» [12, С. 285]. На думку дослідників, якщо число виявів традиційного булінгу поволі зменшується, то кібербулінг у всьому світі швидко зростає. Дослідження щодо масштабів кібербулінгу, опубліковане в 2015 році, коли соціальні мережі зростали в геометричній прогресії, показало, що рівень поширеності кібербулінгу становив близько 23%. У 2021 році в оновленому систематичному огляді повідомлялося, що поширеність кібербулінгу серед дітей і підлітків зростає, припускаючи, що рівень скоєння кібербулінгу становить 25,03% із середнім рівнем віктимізації 33,08% [19]. Несприятливі для дітей наслідки, спричинені кібербулінгом, зокрема такі, як зниження їхньої безпеки та освітнього рівня, погіршення психічного здоров'я тощо, спонукали ЮНІСЕФ заявити, що «жодна дитина не є абсолютно безпечною в цифровому світі» [19].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення сутності булінгу і кібербулінгу відображено в працях зарубіжних дослідників С. Брочадо, С. Гіндуя, К. Лангос, Дж. Патчіна, П. Сміта (S. Brochado, S. Hinduja, C. Langos, J. Patchin, P. Smith) та інших [8; 11; 12; 15; 16; 18]. Відмінності між булінгом і кібербулінгом, їх вплив на поведінку, соціальний розвиток, здоров'я учнів, причини булінгу і кібербулінгу досліджують М. Гамбургер, С. Лоу, А. Носентіні, У. Жанг, Ч. Жу (M. Hamburger, S. Low, A. Nocentini, W. Zhang, C. Zhu) та інші [10; 13; 14; 19; 20]. Необхідність цілеспрямованих дій для запобігання і протидії булінгу, визначення шляхів, засобів їх реалізації відображено в документах міжнародних організацій, Законі України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькування)», наказі МОН України «Деякі питання реагування на випадки



булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти» [1; 3; 7; 9; 17]. Окремі аспекти запобігання і подолання булінгу серед дітей та учнівської молоді розкривають в своїх дослідженнях Л. Канішевська, І. Сидорук, Т. Федорченко, В. Шахрай та інші [2; 4; 5; 6]. Водночас аналіз різноманітних досліджень булінгу і кібербулінгу показує, що дотепер не вироблені єдині підходи до трактувань цих понять, до характеристик булінгу і кібербулінгу, напрямів роботи щодо запобігання і подолання булінгу.

Мета статті - з'ясувати наукові підходи (насамперед на основі зарубіжних досліджень) до визначень понять «булінг» і «кібербулінг», дати загальну характеристику цим негативним соціально-психологічним явищам, висвітлити їх основні причини та наслідки, визначити вектори запобігання і подолання булінгу й кібербулінгу в учнівському середовищі.

Виклад основного матеріалу. Нині науковий дискурс зосереджений на з'ясуванні сутності булінгу та, насамперед, такого його виду, як кібербулінг. Дж. Патчін і С. Гіндуя звертають увагу, що відсутність ясності у трактуванні явищ булінгу і кібербулінгу призводить до різних характеристик цих явищ, а це знижує спроможність інститутів та осіб, які повинні реагувати на вияви булінгу й кібербулінгу і здійснювати відповідну роботу щодо їх запобігання. Нечіткість визначення також ускладнює порівняння різних досліджень [15]. Зазначені науковці, базуючись на широкому колі досліджень (як власних, так і інших), наголошують, що булінг – це небажана агресивна поведінка однієї молодої людини чи групи молодих людей, що завдає шкоди чи страждань іншій молодій людині чи групі молодих людей, яка повторюється декілька разів або є велика ймовірність її повторення і яка ґрунтується на дисбалансі сил, що його можна спостерігати або так сприймати. Важливою ознакою булінгу є намір, тобто дія є цілеспрямованою, навмисною, здійснюється з метою заподіяння шкоди [15].

К. Лангос, називаючи булінг специфічним типом агресивної поведінки, так характеризує булінг: наявні елементи повторення (лінія поведінки на відміну від окремого випадку); дисбаланс сили (де кривдник демонструє владу над жертвою); намір (поведінка має бути навмисною, а не випадковою); агресія (поведінка передбачає зловмисність з боку кривдника). Це ті необхідні елементи, що відрізняють булінг від простої агресії [12, С. 285]. Дослідниця традиційний булінг (traditional bullying) поділяє на прямий булінг і непрямий булінг. Прямий булінг може включати фізичний булінг (наприклад, удари та штовхання), пошкодження особистого майна жертви або словесні знущання над жертвами (наприклад, обзивання). Непрямий булінг в традиційному розумінні може включати таку поведінку, як поширення неправдивих чуток про жертву за її спиною [12, С. 285].

У звіті ЮНЕСКО визначаються такі типи булінгу [7, С. 14]:

1. Фізичний булінг – включає повторювану агресію, наприклад, удари, нанесення травм, штовхання, зокрема ногами, зачинення особи у приміщенні,



викрадення речей, знищення особистих речей або примушування робити якісь дії. Він відрізняється від інших форм фізичного насильства, таких, наприклад, як фізичні бійки та фізичні напади.

2. Психологічний булінг – включає словесне та емоційне насильство, соціальну відчуженість і відображається в тому, що учня обзивають поганими іменами, дражнять, виключають з групи або повністю ігнорують, поширюють брехливу чи неприємну інформацію тощо.

3. Сексуальний булінг – означає висміювання шляхом використання сексуальних жартів, коментарів або жестів.

4. Кібербулінг – включає залякування, що відображається у надсиланні злостивих повідомлень, публікації недоброї інформації, створенні веб-сайтів, де висміють учнів, розміщенні в Інтернеті небажаних для учнів фотографій без їх дозволу тощо.

Якими ж є основні ознаки булінгу і кібербулінгу? Дослідники найважливішою ознакою булінгу і кібербулінгу називають повторення. Булінг є особливою та унікальною формою образливої поведінки, оскільки вона призводить до майже постійного занепокоєння і хвилювання жертви про те, що повторні атаки на неї неминучі. Повторення є важливою ознакою, коли йдеться і про булінг в Інтернеті. Одне недобррозичливе текстове повідомлення чи образливий коментар у соціальних мережах не обов'язково означає кібербулінг. Однак, онлайн-контент може поширюватись набагато швидше і масштабніше, ніж офлайн-контент, і окрему публікацію, яку бачать і якою можуть поділитися інші, можна точно визначити як кібербулінг, якщо є докази розповсюдження.

Ще однією важливою ознакою булінгу і кібербулінгу є дисбаланс влади (різниця в силі) між кривдником і жертвою. Поведінка кваліфікується як вчинення кібербулінгу, якщо вона призводить жертву до стану безпомічності, коли він чи вона не можуть захистити себе [12]. При цьому жертва може відчувати себе безсилою через уявний або фактично більший технологічний досвід кривдника [12].

До більшості загальноприйнятих означень булінгу також включено поняття наміру. Щоб вважатися булінгом, дія має бути цілеспрямованою або «навмисною». К. Лангос стверджує, що намір заподіяти шкоду є встановленим, якщо особа, яка опинилася у ситуації потерпілої, із врахуванням всіх обставин, розцінить низку дій або окрему дію такими чи такою, що спрямовані на заподіяння їй шкоди [12, С. 288].

Варто більш детально зупинитися на характеристиці кібербулінгу, адже він, у зв'язку із широким залученням дітей та молоді до цифрових технологій, є дуже серйозною небезпекою.

Кібербулінг нині активно досліджується зарубіжними науковцями, починаючи ще з 2001 року [19]. Дж. Патчін і С. Гіндуя визначають кібербулінг як навмисне й повторюване заподіяння шкоди за допомогою комп'ютерів,



мобільних телефонів та інших електронних пристроїв [15]. К. Лангос зазначає, що кібербулінг може здійснюватися за допомогою різних технологічних засобів масової інформації, таких, як комп'ютери, мобільні телефони (смартфони) або будь-які інші ІКТ, і наголошує, що «кібербулінг – це булінг, перенесений на технологічну платформу» [12, С. 285]. Своє трактування кібербулінгу пропонують й інші дослідники: це «агресивна, навмисна дія, що здійснюється групою або особою, використовуючи електронні форми контакту, неодноразово та протягом тривалого часу проти жертви, яка не може легко себе захистити» [18, С. 376]; кібербулінг є поведінкою однієї особи або групи осіб за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ), таких, як соціальні медіа та електронна пошта, і яка містить ворожу або образливу інформацію з метою завдати шкоди або дискомфорту іншим [19].

Дослідники визначають 7 засобів масової інформації, використання яких може спричинити булінг: текстові повідомлення; картинки/фотографії або відеокліпи; телефонні дзвінки; електронна пошта; чати; миттєві повідомлення; веб-сайти [18].

Для кібербулінгу характерними є ознаки, що властиві й традиційному булінгу. Це навмисна поведінка, яка час від часу повторюється, наносить шкоду та опирається на дисбаланс сил. Однією з відмінностей між ними є те, що кібербулінг насамперед здійснюється поза школою.

К. Лангос виділяє два види кібербулінгу (як і традиційного булінгу): прямий і непрямий. Прямий кібербулінг відбувається тоді, коли кібербулер спрямовує електронні повідомлення безпосередньо на жертву. Він включає використання текстових чи мультимедійних повідомлень або електронної пошти, що призначаються для прямого, негайного впливу на жертву. Прямий кібербулінг відбувається в приватній сфері. Непрямий кібербулінг має місце тоді, коли кібербулер публікує повідомлення на Facebook, Twitter, спеціально створеному веб-сайті чи блозі чи в будь-якому іншому, достатньо загальнодоступному, місці кіберпростору. Такі повідомлення можуть поширитися на безмежну аудиторію [12, С. 286].

На основі досліджень виявлено два різних підходи до вивчення кібербулінгу. Перший відображує ролі осіб, що залучені до булінгу, тоді як інший сфокусований на агресивній поведінці кривдників (булерів). З точки зору індивідуальних ролей, у кібербулінгу найчастіше визначають два типи ролей: потерпілі (жертви) та кривдники (булери). Слід зазначити, що віктимізація та вчинення кібербулінгу є найпоширенішими класифікаціями кібербулінгу. У процесі досліджень виявлено й накладення двох типів ролей у кібербулінгу, що відображено, зокрема, у такій ролі, як булер-жертва. Також виявлено й третій тип – сторонні учасники (спостерігачі). Якщо ж брати до уваги збіг цих трьох ролей, то буде визначено сім ролей: кібержертва, кібербулер, сторонні спостерігачі, булер-жертва, жертва-сторонній спостерігач, булер-сторонній спостерігач та булер-жертва-сторонній спостерігач [19].



Відповідно до агресивної поведінки, яку демонструють кривдники (булери), вчені найчастіше виділяють чотири види кібербулінгу: письмовий чи усний кібербулінг, візуальний кібербулінг, підміна (імітація) персонажа та виключення (ізоляція) особи [14; 19]. Також здійснюється класифікація агресивної поведінки на більш конкретні види, такі, як: спалах або смаження (flaming, roasting), переслідування (harassment), очорнення (denigration), наклеп (defamation), віддалення (outing), обман (trickery), сексуальні домагання (sexual harassment) та кіберпереслідування (cyberstalking) [19].

Важливим дослідницьким завданням є з'ясування причин булінгу і кібербулінгу. Дослідники виділяють дві широкі категорії передумов булінгу і кібербулінгу: особисті чинники та ситуаційні чинники. Особисті чинники стосуються індивідуальних характеристик, таких, як стать, вік, мотивація, психологічний стан, стан здоров'я, соціально-економічний статус і масштаб використання технологій, цінності та сприйняття навколишнього світу, слабка здатність до адаптації, минулий досвід віктимізації. Ситуаційні чинники стосуються умов, що підштовхують кривдників до агресивних дій чи сприяють підтримці потерпілих, ролі батьків, важливості шкільного клімату [20].

Можна визначити такі основні причини булінгу і кібербулінгу:

1. Недостатня обізнаність дітей про насильницькі дії, незалежно від того, як діти залучені до булінгу (як жертви чи кривдники) [8, С. 1944].

2. Несприятливий шкільний клімат, неналежна увага до дітей з боку вчителів, недружні взаємини між дітьми в школі, класі.

2. Конфліктні та жорсткі стилі сімейного виховання, слабка підтримка дітей батьками, нездатність налагоджувати теплі батьківсько-дитячі стосунки.

3. Недостатня розвиненість у дітей та учнівської молоді соціальної компетентності та саморегуляції, що проявляється у ворожості, симптомах депресії та зниженні емпатії [13].

4. Низький рівень емоційного благополуччя, насамперед жертв булінгу. Підлітки, які повідомляли, що відчують нервозність або стрес, смуток і відчай, злість або думки про самогубство, частіше ставали жертвами булінгу і кібербулінгу [8, С. 1942].

Причинами власне кібербулінгу можуть бути:

1. Ефект розгальмування поведінки підлітків онлайн, який відображається у зниженні внутрішньої цензури під час спілкування в кіберпросторі. Цей ефект може бути доброякісним (заохочує підлітків до саморозкриття) або токсичним (заохочує до злих або жорстоких нападів на інших) і може сприяти як широкому саморозкриттю, так і антисоціальній поведінці [13, С. 41]. Відсутність спілкування віч-на-віч у кібербулінгу зменшує емпатію кривдників.

2. Брак впевненості у кривдників та їх бажання контролювати інших (думки учнів: «залякування на комп'ютері – це досить боягузливо, тому що вони не можуть самі протистояти певній особі»; «ці учні занадто налякані, щоб робити щось віч-на-віч»; «менше страху бути спійманим») [18].



3. Сприйняття учнями кібербулінгу як розваги: «вони роблять це більше для розваги», «їм просто нудно і вони розважаються» [18]. Деякі підлітки описують кібербулінг як «лише слова», що не впливають на психічний стан тих дітей, на кого вони спрямовані, отже, окремі підлітки не вважають тактику кіберагресії формою насильства [8, С. 1942].

Чому деякі учні вважають «забавою» знуцання над іншими? Під час булінгу у кривдника може певним чином знижуватися прагнення заподіяти біль іншому через співпереживання, коли він бачить його страждання. У кібербулінгу кривдник найімовірніше не побачить якусь пряму реакцію від потерпілого [18].

Що ж справляє більш негативний вплив – булінг чи кібербулінг? Часто схожі за формою та технікою, кібербулінг та булінг мають ряд відмінностей, що можуть робити кібербулінг більш руйнівним. По-перше, у разі кібербулінгу жертви можуть і не знати, хто здійснив проти них агресію або чому. Агресор чи агресорка можуть маскувати свою особистість за допомогою анонімних облікових записів і псевдонімів. По-друге, шкідливі дії тих, хто залякує в Інтернеті, можуть легше стати вірусними і тому велика кількість людей (у школі, по сусідству, у місті, у світі!) може взяти участь у переслідуванні або принаймні дізнатися про інцидент. Отже, число потенційних жертв, булерів і свідків може бути безмежним. По-третє, часто легше здійснювати напад, використовуючи технології, оскільки кібербулінг можна здійснювати з фізично віддаленого місця, і кривдник не бачить реакцію особи, яка піддається цькуванню. Тому деякі підлітки навіть можуть не усвідомлювати рівня шкоди, яку вони завдають, оскільки вони захищені від негайної відповіді потерпілої особи [11].

П. Сміт та інші дослідники з'ясовували думки учнів щодо більшого чи меншого впливу кібербулінгу відносно традиційного булінгу. Багато учнів вважають, що кібербулінг так само негативно впливає на жертву, як і булінг: «я думаю, що вони однаково погані»; «вони обидва можуть завдати шкоди». Кібербулінг, на думку учнів, може бути і гіршим: «у вас немає друзів, які б вас підтримали»; «багато людей можуть побачити, якщо це сталося в Інтернеті»; «це здійснюється постійно, від нього дуже важко втекти». Окремі учні вважають, що кібербулінг може бути менш шкідливим: «ви можете отримати більше шкоди від булінгу віч-на-віч, ніж від кібербулінгу, бо це лише слова»; «текст легше ігнорувати, ніж те, що сталося в конкретному місці» [11].

Дослідження показують, що досвід булінгу пов'язаний з низкою поведінкових, емоційних і фізичних наслідків. Підлітки, які залякують інших, як правило, демонструють зухвалу та антисоціальну поведінку, мають низьку успішність у школі. Жертви булінгу, зазвичай, повідомляють про почуття депресії, тривоги, низької самооцінки та ізоляції, погану успішність у школі, суїцидальні думки. Водночас особи, які є жертвами знуцань і які також вчиняють знуцання (тобто жертви-булери), можуть бути навіть в гіршому



соціально-психологічному стані, порівняно з жертвами або булерами (кривдниками) [10, С. 1]. Емоційні та поведінкові проблеми, з якими стикаються жертви, кривдники та жертви-булери, можуть тривати у дорослому віці та мати довготермінові негативні наслідки [10, С. 1].

Виходячи з усвідомлення значної шкоди, які наносять булінг і кібербулінг здоров'ю та соціальному розвитку дітей і молоді, необхідними є цілеспрямовані дії щодо попередження і подолання цих негативних явищ чи, принаймні, зменшення їх масштабів. Водночас варто брати до уваги той факт, що потерпілими від кібербулінгу часто є ті учні, які зазнавали традиційного булінгу, а значна частина кібер-кривдників здійснювали також традиційний булінг [8; 18]. Тому заходи щодо протидії булінгу і кібербулінгу доцільно здійснювати в комплексі, використовуючи можливості, насамперед, безпосереднього спілкування з дітьми та учнівською молоддю, заразом слід спиратися і на потенціал цифрового освітнього середовища, навчати учнів бачити загрози як під час комунікації офлайн, так і онлайн та розвивати їхні навички протидії залученню до булінгу. Стратегії запобігання кібербулінгу мають включати також і способи запобігання традиційного булінгу [8, С. 1945].

За ініціативи ЮНЕСКО та Міністерства освіти, молоді та спорту Франції 5 листопада 2020 р. відбулася Міжнародна конференція з проблеми шкільного булінгу. Онлайн-конференція проводилась з метою створення глобального імпульсу для подолання булінгу в школах шляхом підвищення обізнаності серед усіх зацікавлених сторін, обміну перспективними практиками та для мобілізації урядів, експертів і всієї освітньої спільноти. Науковий комітет, що очолював процес підготовки конференції, розробив рекомендації щодо протидії булінгу. У них зазначається, що реагування на булінг та кібербулінг потребує цілісного освітнього підходу, який базується на взаємозв'язку школи з ширшою спільнотою, включаючи освітні, технологічні та суспільні системи, що можуть позитивно вплинути на зниження залученості учнів до булінгу та кібербулінгу. Пропонується 9 основних компонентів цілісного освітнього підходу, що мають підвищити довгострокову ефективність реагування на булінг і не лише допомогти учням, залученим до булінгу (як кривдникам, так і жертвам), а й зробити всю систему освіти здатною до зменшення насильства, булінгу та кібербулінгу серед учнів. Серед цих компонентів: належна законодавча база щодо вирішення булінгу, насильства в школі та насильства щодо дітей загалом; навчання педагогів способам протидії булінгу та розвиток їхньої здатності до учнецентрованого та дбайливого керівництва дитячим колективом; створення безпечного психологічного та фізичного середовища у школі та класі; навчання та викладання, а також стосунки між учителем і учнем мають бути орієнтовані на учня та базуватись на турботі про нього; залучення в шкільну спільноту всіх зацікавлених сторін, включаючи батьків; залучення всіх учнів до реалізації профілактичних програм (не зосереджуватися лише на кривдниках та потерпілих) тощо. У рекомендаціях



наголошується, що цілісний освітній підхід має сприяти зменшенню масштабів булінгу і кібербулінгу як двох вимірів одного явища. Водночас, в умовах безпрецедентного зростання часу використання Інтернету дітьми та підлітками, необхідно особливу увагу приділити проблемі кібербулінгу, впровадженню програм щодо безпечного та етичного використання технологій, розвитку соціальних та емоційних навичок учнів, що сприятиме благополуччю дітей в Інтернеті [17].

Необхідність цілеспрямованої протидії булінгу і кібербулінгу відображена в Законі України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькування)» (2019) [3] та наказі Міністерства освіти України «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти» (від 28.12.2019 № 1646) [1]. У них здійснюється тлумачення терміну «булінг» та розкриваються його прояви, визначаються суб'єкти реагування у разі настання випадку булінгу (цькування). У наказі Міністерства освіти визначено алгоритм дії педагогічних працівників у випадку булінгу, умови створення комісії з розгляду випадків булінгу та порядок її роботи. Сформульовано завдання діяльності закладу освіти щодо запобігання та протидії булінгу (цькування): створення безпечного освітнього середовища, визначення стану, причин і передумов поширення булінгу (цькування); підвищення рівня поінформованості учасників освітнього процесу про булінг, формування в них нетерпимого ставлення до насильницьких моделей поведінки; заохочення всіх учасників освітнього процесу до активного сприяння запобіганню булінгу. Надзвичайно важливим є розвиток в учасників освітнього процесу соціального і емоційного інтелекту, що включає, зокрема, розуміння та сприйняття цінності прав і свобод людини, вміння відстоювати свої права та поважати права інших, здатність попереджувати та розв'язувати конфлікти ненасильницьким шляхом [1].

Дослідники наголошують, що захист дітей і підлітків від булінгу і кібербулінгу вимагає спільних зусиль батьків, шкіл, громад для створення середовища, вільного від булінгу. Щоб знизити число булерів і кібербулерів, необхідно розвивати здатність учнів до емоційної саморегуляції за допомогою відповідних тренінгів управління емоціями. Важливо, щоб педагоги та батьки самі володіли достатніми знаннями щодо емоцій та розвивали здібності й навички управління емоціями. У такий спосіб вони зможуть розпізнавати агресивні або гнівні емоції, які виражають діти, і допомагати їм переборювати ці емоції й уникати антисоціальної поведінки. Зусилля педагогів і батьків слід спрямувати на покращення цифрових технологічних знань і вмінь учнів, особливо під час використання платформ соціальних медіа та інструментів обміну миттєвими повідомленнями [20].

Для батьків необхідно, передусім, розвивати стилі виховання, які передбачають високий рівень батьківської підтримки, щоб зменшити



ймовірність залучення дітей до булінгу і кібербулінгу. Батьки повинні усвідомлювати важливість турботи про дітей, спілкування з ними, активної участі у житті своїх дітей, а також контролю за ними. Щоб зберегти баланс між контролем і відкритістю, батькам варто налагоджувати доброзичливий діалог зі своїми дітьми та домовлятися про правила використання комп'ютерів і смартфонів [20].

Надзвичайно важливо дбати про сприятливий для кожної дитини шкільний клімат (клімат класу). Він сприяє стабільнішому відвідуванню школярами закладу освіти, кращій успішності учнів, іншим бажаним результатам навчання. Учні, які залучались до кібербулінгу (як ті, хто став жертвою, так і ті, хто зізнався, що залякував інших), відчували гірший клімат у своїй школі, ніж ті, хто не був залучений до кібербулінгу [11, С. 7]. Тому в школі необхідно створювати таке середовище, у якому всі учні почуватимуться комфортно, розмовляючи з дорослими про проблему булінгу, і матимуть впевненість у тому, що будуть зроблені суттєві кроки для вирішення ситуації у випадку вчинення булінгу [11].

Отже, ефективні дії щодо запобігання і подолання булінгу і кібербулінгу вимагають спільних зусиль школи, батьків, громади, органів правопорядку, соціальних служб, самих учнів, створення умов для безпеки, розвитку, толерантної взаємодії всіх учасників освітнього процесу.

Висновки. Запобігання і подолання булінгу серед дітей та учнівської молоді є гострою соціально-виховною проблемою, яка потребує як наукового, так і практичного розв'язання. Для ефективного протидії булінгу важливим є з'ясування сутності булінгу, його ознак, причин, сили впливу на соціально-психологічний стан учнів та на можливості їх соціальної комунікації, насамперед тих дітей, які залучені до булінгу (як кривдники, так і жертви). Особливої уваги в сучасний період вимагає кібербулінг, вид булінгу, що породжений широким використанням учнями цифрових технологій. Переконані, що система дій щодо запобігання і подолання булінгу має базуватися, насамперед, на комплексному (цілісному) освітньому підході, що полягає у залученні до запобігання і подолання булінгу закладів освіти, батьків, правоохоронних органів, соціальних служб, громади, учнів. Роботу щодо запобігання і подолання булінгу доцільно проводити, передусім, шляхом задіяння виховних засобів і методів, створення в закладах освіти безпечного середовища, включно із освітнім цифровим, забезпечення позитивного, комфортного для дітей шкільного клімату, налагодження гармонійних батьківсько-дитячих взаємин, розвитку в учнів соціально-емоційних навичок та здатності до емоційної саморегуляції, удосконалення цифрової грамотності педагогів, учнів, батьків.

Подальші наукові розвідки будуть спрямовані на обґрунтування педагогічних умов запобігання і подолання булінгу в цифровому освітньому середовищі.



Література:

1. Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти : наказ Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646. Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0111-20/print>
2. Канішевська Л., Шахрай В. Особливості виховання в школі і сім'ї в умовах цифровізації. *Перспективи та інновації науки*. 2022. №4(9). С. 144-155. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-4\(9\)-144-155](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-4(9)-144-155)
3. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) : Закон України. Відомості Верховної Ради, 2019, № 5, ст. 33. Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>
4. Сидорук І. Булінг як актуальна соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Педагогічні науки*. 2015. №1 (302). С. 169-173.
5. Федорченко Т. Запобігання булінгу серед школярів у закладах загальної середньої освіти як педагогічна проблема. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2023. Вип. 27. Кн.2. С.253-267. DOI: <https://doi.org/10.32405/2308-3778-2023-27-2-253-267>
6. Шахрай В. Запобігання і подолання булінгу в цифровому освітньому середовищі: визначення основних понять. *Вісник науки та освіти*. 2024. № 1(19). С.1375-1387. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1\(19\)-1375-1387](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1(19)-1375-1387)
7. Behind the numbers: Ending school violence and bullying. Published by the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. France, Paris. 2019. 71 p. DOI: <https://doi.org/10.54675/TRVR4270>
8. Brochado S., Fraga S., Soares S., Ramos E., Barros H. Cyberbullying Among Adolescents: The Influence of Different Modes of Inquiry. *Journal of Interpersonal Violence*. 2021. Vol. 36(3-4). P. 1933–1950. DOI: <https://doi.org/10.1177/0886260517744182>
9. Children in a Digital World. The State of the World's Children : summary. New York : UNICEF. 2017. 36 p. Retrieved from <https://www.unicef.org/media/48601/file>
10. Hamburger M.E., Basile K.C., Vivolo A.M. Measuring Bullying Victimization, Perpetration, and Bystander Experiences: A Compendium of Assessment Tools. Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Injury Prevention and Control, 2011. 128 p. Retrieved from <https://stacks.cdc.gov/view/cdc/5994/>
11. Hinduja, S., Patchin, J. W. Cyberbullying Identification, Prevention, and Response. Cyberbullying Research Center (cyberbullying.org).2021. 9 p. Retrieved from <https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2021.pdf>
12. Langos C. Cyberbullying: the challenge to define. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2012. № 15(6). P. 285-289. DOI:10.1089/cyber.2011.0588
13. Low S., Espelage D. Differentiating Cyber Bullying Perpetration from Non-Physical Bullying: Commonalities Across Race, Individual, and Family Predictors. *Psychology of Violence*. 2013. Vol. 3. N. 1. P. 39–52. DOI: 10.1037/a0030308
14. Nocentini A., Calmaestra J., Schultze-Krumbholz A., Scheithauer H., Ortega R., Menesini E. Cyberbullying: Labels, Behaviours and Definition in Three European Countries. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*. 2010. Vol. 20. Issue 2. P. 129–142. DOI: <https://doi.org/10.1375/ajgc.20.2.129>
15. Patchin J. W., Hinduja S. Measuring Cyberbullying: Implications for Research. *Aggression and Violent Behavior*. 2015. N. 23. P. 69-74.
16. Patchin J. W., Hinduja S. Cyberbullying Among Tweens in the United States. *Journal of Early Adolescence*. 2022. N. 42(3). P. 414–430. DOI: <https://doi.org/10.1177/02724316211036740>



17. Recommendations by the Scientific Committee on preventing and addressing school bullying and cyberbullying. International conference on school bullying on 5 November, 2020. Retrieved from <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374794>

18. Smith P. K., Mahdavi J., Carvalho M., Fisher S., Russell S., Tippett N. Cyberbullying: Its Nature and Impact in Secondary School Pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2008. N. 49. P. 376-385. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>

19. Zhang W., Huang S., Lam L., Evans R., Zhu C. Cyberbullying definitions and measurements in children and adolescents: Summarizing 20 years of global efforts. *Front. Public Health. Sec. Public Mental Health*. 2022. Vol. 10. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1000504>

20. Zhu C., Huang S., Evans R., Zhang W. Cyberbullying Among Adolescents and Children: A Comprehensive Review of the Global Situation, Risk Factors, and Preventive Measures. *Front. Public Health*. 2021. N. 9. DOI: [10.3389/fpubh.2021.634909](https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.634909)

References:

1. Deiaki pytannia reahuvannia na vypadky bulinhu (tskuvannia) ta zastosuvannia zakhodiv vykhovnoho vplyvu v zakladakh osvity : nakaz Ministerstva osvity i nauky Ukrainy vid 28.12.2019 № 1646 [Some issues of response to cases of bullying (harassment) and the application of measures of educational influence in educational institutions: order of the Ministry of Education and Science of Ukraine dated 12.28.2019 No. 1646]. (2019). Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0111-20/print> [in Ukrainian].

2. Kanishevska, L., Shakhrai, V. (2022). Osoblyvosti vykhovannia v shkoli i simi v umovakh tsyfrovizatsii [Features of education in school and family under the condition of digitalization]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky – Prospects and innovations of science*, 4(9), 144-155. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-4\(9\)-144-155](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-4(9)-144-155) [in Ukrainian].

3. Pro vnesennia zmin do deiakykh zakonodavchykh aktiv Ukrainy shchodo protydii bulinhu (tskuvanniu): Zakon Ukrainy [On amendments to some legislative acts of Ukraine regarding countering bullying: Law of Ukraine] (2019). *Vidomosti Verkhovnoi Rady – Verkhovna Rada information*, 5, 33. Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text> [in Ukrainian].

4. Sydoruk, I. (2015). Bulinh yak aktualna sotsialno-pedahohichna problema [Bulling as Social-Pedagogical Issue of the Day]. *Naukovyi visnyk Shkhidnoevropeiskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky. Pedahohichni nauky – Scientific Bulletin of Lesya Ukrainka East European National University. Pedagogical sciences*, 1, 169-173 [in Ukrainian].

5. Fedorchenko, T. (2023). Zapobihannia bulinhu sered shkolariv u zakladakh zahalnoi serednoi osvity yak pedahohichna problema [Bullying prevention among school students in institutions of general secondary education as a pedagogical problem]. *Teoretyko-metodychni problemy vykhovannia ditei ta uchnivskoi molodi – Theoretical and Methodical Problems of Children and Youth Education*, 27(2), 253-267. DOI: <https://doi.org/10.32405/2308-3778-2023-27-2-253-267> [in Ukrainian].

6. Shakhrai, V. (2024). Zapobihannia i podolannia bulinhu v tsyfrovomu osvitnomu seredovyschi: vyznachennia osnovnykh poniat [Prevention and overcoming of bullying in the digital educational environment: defining key concepts]. *Visnyk nauky ta osvity – Bulletin of Science and Education*, 1(19), 1375-1387. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1\(19\)-1375-1387](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-1(19)-1375-1387) [in Ukrainian].

7. Behind the numbers: Ending school violence and bullying (2019). Published by the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. France, Paris. DOI: <https://doi.org/10.54675/TRVR4270> [in English].

8. Brochado, S., Fraga, S., Soares, S., Ramos, E., & Barros, H. (2021). Cyberbullying Among Adolescents: The Influence of Different Modes of Inquiry. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(3-4), 1933–1950. DOI: <https://doi.org/10.1177/0886260517744182> [in English].





9. Children in a Digital World. The State of the World's Children : summary (2017). New York : UNICEF. Retrieved from <https://www.unicef.org/media/48601/file>
10. Hamburger, M.E., Basile, K.C., & Vivolo, A.M. (2011). Measuring Bullying Victimization, Perpetration, and Bystander Experiences: A Compendium of Assessment Tools. Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Injury Prevention and Control. Retrieved from <https://stacks.cdc.gov/view/cdc/5994/> [in English].
11. Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2021). Cyberbullying Identification, Prevention, and Response. Cyberbullying Research Center (cyberbullying.org). URL: <https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2021.pdf> [in English].
12. Langos, C. (2012). Cyberbullying: the challenge to define. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(6), 285-289. DOI:10.1089/cyber.2011.0588 [in English].
13. Low, S., & Espelage, D. (2013). Differentiating Cyber Bullying Perpetration from Non-Physical Bullying: Commonalities Across Race, Individual, and Family Predictors. *Psychology of Violence*, 3, 1, 39-52. DOI: 10.1037/a0030308 [in English].
14. Nocentini, A., Calmaestra, J., Schultze-Krumbholz, A., Scheithauer, H., Ortega, R., & Menesini, E. (2010). Cyberbullying: Labels, Behaviours and Definition in Three European Countries. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 20, 2, 129-142. DOI: <https://doi.org/10.1375/ajgc.20.2.129> [in English].
15. Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring Cyberbullying: Implications for Research. *Aggression and Violent Behavior*, 23, 69-74. [in English].
16. Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2022). Cyberbullying Among Tweens in the United States. *Journal of Early Adolescence*, 42(3), 414-430. DOI: <https://doi.org/10.1177/02724316211036740> [in English].
17. Recommendations by the Scientific Committee on preventing and addressing school bullying and cyberbullying. International conference on school bullying on 5 November, 2020 (2020). Retrieved from <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374794> [in English].
18. Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its Nature and Impact in Secondary School Pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49, 376-385. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x> [in English].
19. Zhang, W., Huang, S., Lam, L., Evans, R. & Zhu, C. (2022). Cyberbullying definitions and measurements in children and adolescents: Summarizing 20 years of global efforts. *Front. Public Health. Sec. Public Mental Health*, 10. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1000504> [in English].
20. Zhu, C., Huang, S., Evans, R., & Zhang W. (2021). Cyberbullying Among Adolescents and Children: A Comprehensive Review of the Global Situation, Risk Factors, and Preventive Measures. *Front. Public Health*, 9. DOI: 10.3389/fpubh.2021.634909 [in English].