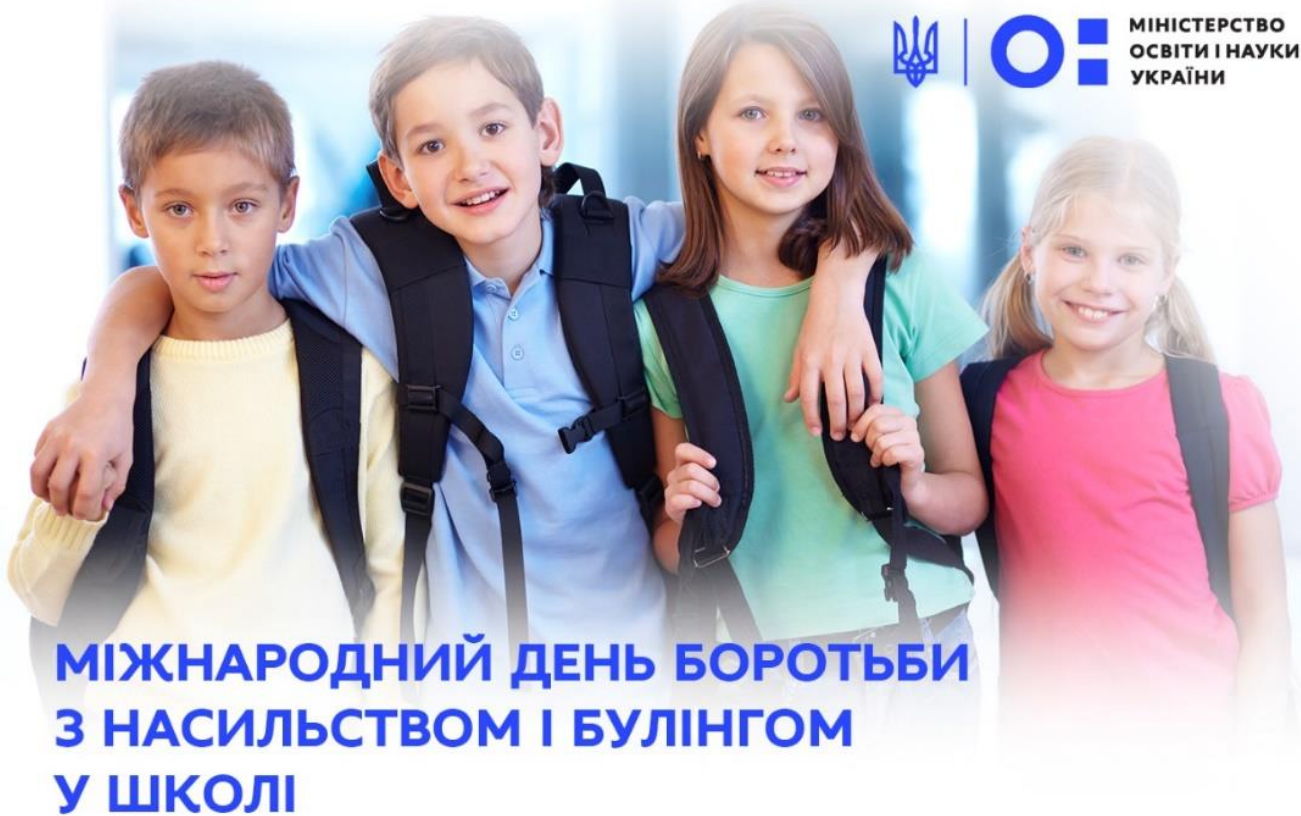


*Для Вас, вчителі!*

# Школа: СТОП булінг!



*Мій улюблений світ – без насильства,  
Без жорстокості, болю і зла,  
Де народом заспівана пісня  
Містить тільки хороші слова.  
Ірина Супрун.*



**МІЖНАРОДНИЙ ДЕНЬ БОРОТЬБИ  
З НАСИЛЬСТВОМ І БУЛІНГОМ  
У ШКОЛІ**

З 2020 року, за рішенням ЮНЕСКО, у перший четвер листопада відзначається Міжнародний день боротьби з насильством і булінгом у школі.

Це важливе нагадування для всього світу про те, що будь-яка форма насильства, пов'язаного зі школою, порушує право на освіту, здоров'я та добробут учнів.

Черкаська ОУНБ імені Тараса Шевченка підготувала веблюдайджест, який містить добірку матеріалів із протидії булінгу в школі.

# Що таке булінг ?

**Булінг** – це відносно новий термін для пересічного громадянина, зміст якого кожен із нас не просто знає, а в більшості випадків стикався з цим явищем у дитинстві.

Під терміном «булінг» розуміють агресивну поведінку щодо окремої особи або групи, з метою приниження, домінування, фізичного чи психологічного самоствердження.



Що таке булінг, як його розпізнати та як діяти сторонам конфлікту? : консультація Міністерства юстиції в межах проєкту «Я маю право». – Режим доступу: <https://kyivobljust.gov.ua>

Що таке «булінг» та чому про нього треба знати всім батькам: пояснюють у центрі соціальних служб. – Режим доступу: <https://bilyayivka.city>

# Види, причини та прояви булінгу

## Види булінгу:



Психологічний  
булінг



Фізичний булінг



Економічний  
булінг



Кібербулінг

Булінг може проявлятися у вигляді психологічного тиску (образи, приниження, погрози, ігнорування тощо) та фізичних знущань (удари, поштовхи, принизливий фізичний контакт, побиття та інше). Не рідко фізичний і психологічний тиск об'єднуються.

Беляєва, О. Булінг зсередини : причини та наслідки / Олена Беляєва // Психолог. – 2019. – № 1. – С. 12–19. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

Кузляєва, О. Більше, ніж бешкетництво : причини та прояви булінгу / Олена Кузляєва // Соціальний психолог. – 2019. – № 10. – С. 14–18. – Режим доступу: <https://drive.google.com>



# Кібербулінг

Кібербулінг – це один із різновидів булінгу (цькування), що передбачає жорстокі дії з метою дошкулити, нашкодити, принизити людину з використанням сучасних електронних технологій: Інтернету (електронної пошти, форумів, чатів, ICQ) та інших засобів електронної техніки – мобільних телефонів чи інших гаджетів.



Перевірте свої знання з кібербезпеки : 10 запитань для вчителів // Нова українська школа. – Режим доступу: <https://nus.org.ua>

Кібербулінг. Як перестати бути жертвою : [відео] // Режим доступу: <https://www.youtube.com>

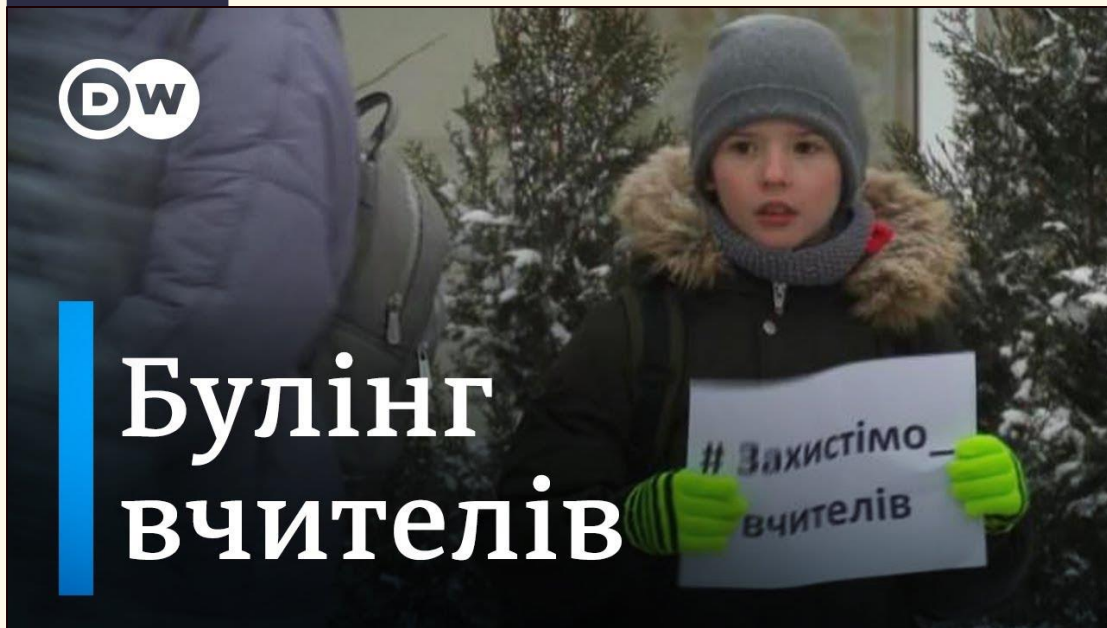
Кібербулінг: що це таке і як зупинити : 10 фактів, які діти хочуть знати про кібербулінг // Режим доступу: <https://www.unicef.org>

Кібербулінг в освітньому середовищі : [нормативна база, види кібербулінгу, дії педагогічних працівників, відповідальність за кібербулінг та ін.] // Режим доступу: <https://wiki.legalaid.gov.ua>

# Булінг стосовно вчителів

Взаємини в колективі можуть бути різні : від дружніх до зовсім нестерпних. Оскільки на роботі ми проводимо значну частину свого життя, перебувати в непривітному середовищі не хочеться нікому.

З'ясуємо, що може спричинити негативне ставлення до вчителя колег та (або) учнів і що варто робити в такій ситуації.



Булінг в учительській: як запобігти і розпізнати // Нова українська школа. – Режим доступу: <https://nus.org.ua>

Як виявити булінг стосовно вчителів : діагностика й інструкція із захисту педагогів / підгот. Анастасія Затворницька // Шкільний світ. – 2020. – № 8. – С. 5–10. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

# Як борються зі шкільним булінгом в Україні

Дедалі більше обертів набирає тема булінгу не лише на рівні розмов практиків, які кожного дня зіштовхуються з цією проблемою та намагаються хоч якось допомогти дітям усвідомити, що так не має бути, а й на державному рівні ми вже бачимо перші кроки до правосуддя.

**ЗУПИНИМО  
БУЛІНГ  
РАЗОМ!**



Родак, К. Ми вчимо дітей не терпіти, а знати свої права : як борються з булінгом в Новій українській школі / Катерина Родак // Режим доступу: <https://zaxid.net>

Козлова, А. Крок уперед: протидія булінгу : [законодавчі акти у протидії булінгу] / Анна Козлова // Психолог. – 2019. – № 1. – С. 4–11. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

Корисні посилання щодо теми антибулінгу. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua>

# Як борються зі шкільним булінгом за кордоном

Методи, якими користуються закордонні колеги, та на що варто звертати увагу в роботі з агресорами, жертвами та свідками шкільних конфліктів.



Як борються зі шкільним булінгом у США та Канаді / підгот. Анастасія Бугайчук // Психолог. – 2019. – № 1. – С. 20–25. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

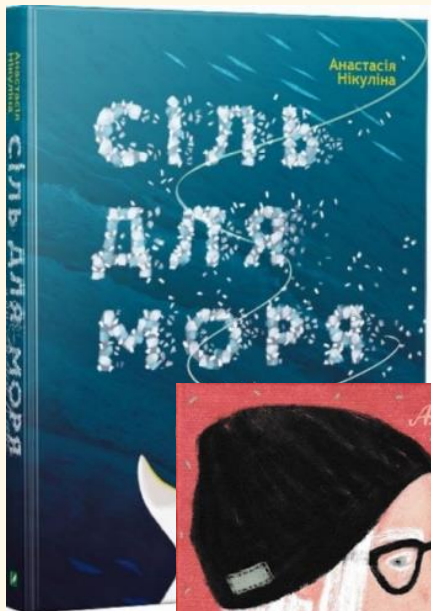
Букіна, О. Боротьба з булінгом: досвід Норвегії. – Режим доступу: <http://osvmarker.com.ua>

Стеценко, С. Ми не можемо вслідкувати за кожним класом та перервою : як в Чехії борються з булінгом / Сергій Стеценко // Радіо Свобода. – Режим доступу: <https://www.radiosvoboda.org>



# Книги, які допоможуть боротися з булінгом

Висвітлення актуальних і складних проблем, які переживають діти та підлітки – одна з тенденцій сучасної літератури. Пропонуємо книги, в яких ця проблема обговорюється, в яких є підказки на модель поведінки та подолання булінгу.



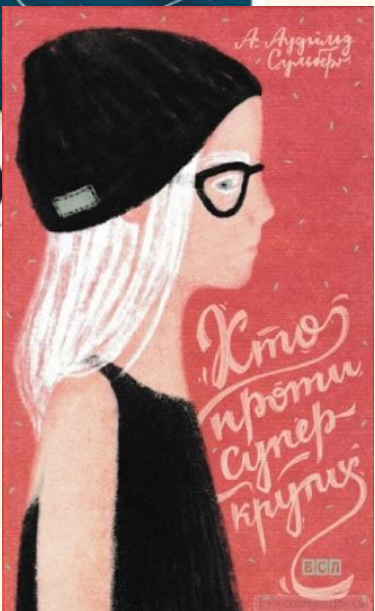
**Нікуліна, А. Сіль для моря, або Білий Кит : роман-буря / Анастасія Нікуліна. – Харків : Віват, 2019. – 222 с.**

У житті 14-річної Лізи наступили чорні смуги: батьки її не розуміють, нові однокласники знущаються, як морально так і фізично, а хлопець, що так подобається Лізі, навіть не дивиться в її бік! Але на щастя, у неї є її інтернет-друг Кит. Але чи і справді під ніком Білий Кит знаходиться хлопець і чи варто йому довіряти? Підлітковий роман-буря, що викликає тисячі почуттів.

**Сульберг, Аудгільд А. Хто проти суперкрутих : [повість для серед. шк. віку] / А. Аудгільд Сульберг. – Львів : Вид-во Старого Лева, 2016. – 203 с.**

Життя 12-річної Анне Беа проходить не дуже радісно, вона вважає свою зовнішність дівчини-альбіноса потворною та зневажає себе, та ще трійко найкрутіших дівчат школи постійно кепкують над нею та роблять її життя пеклом. Але водночас вона має найкращого друга, який завжди підтримає її та розвеселить, люблячих батьків, неймовірну тітку та мріє виступити на шкільному концерті перед усіма.

**В бібліотеці є також наступні частини повісті: «Таємниця суперкрутих», «Суперкруті догралися» та «Привиди проти суперкрутих».**



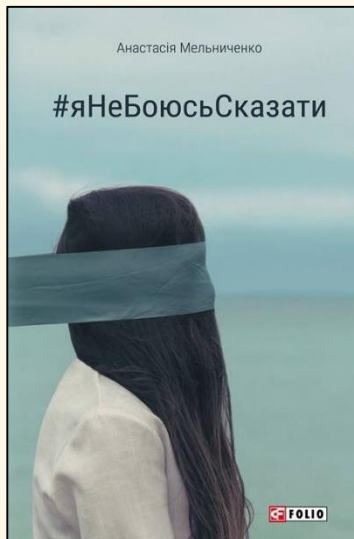
# Книги, які допоможуть боротися з булінгом



**Казьміна, С. Нестрашна енциклопедія безпеки для дорослих і дітей : як навчити дитину правил поведінки без залякувань і погроз / Світлана Казьміна, Валентина Баланова. – Харків : Основа, 2019. – 93 с.: іл.**

Книга – своєрідна пігулка для батьків від переживань за безпеку дітей. Ви дізнаєтеся про те, як захистити свою дитину від викрадача в реальному житті, від педофіла – у віртуальному; як зрозуміти, що дитина готова до самостійних прогулянок і походів до школи, як навчити її розпізнавати небезпеку й уникати її; як забезпечити безпеку дітей удома, в парку, на вулиці.

Адресована як допитливим дітям, так і дорослим – дбайливим батькам, бабусям і дідусям.



**Мельниченко, А. #яНеБоюсьСказати : найвідвертіша кн. для підлітків / Анастасія Мельниченко. – Харків : Фоліо, 2017. – 212 с.: іл.**

У липні 2016 року мережу Інтернет підірвала потужна акція «#ЯНеБоюсьСказати», в якій тисячі жінок і чоловіків розповіли свої історії. Це були дуже сильні і важкі історії – історії про насильство. Ця акція прогриміла не лише в Україні, але й за її межами. Тоді ж почалися розмови про те, що робити, аби не допустити такої кількості насильства в світі.

Настя Мельниченко, ініціаторка акції, вирішила написати книжку, в якій розповісти підліткам про те, як не допустити сексуальне насильство зі свого боку, а також як поводитися і до кого звертатися, коли насильство вже сталося.

# Мотиваційні відео

Як зробити школу безпечною?

Бесіди з мотиваційним тренером Ніком Вуйчичем:

- А чи готовий ти сьогодні брати зміни навколо себе ?
- Де брати любов до тих хто тебе принижує, або ігнорує ?
- Живе опитування по булінгу
- З чого почати боротьбу з булінгу у школах
- З яких слів потрібно почати діалог під час булінгу у школі
- Прийми себе таким як є
- Ти можеш змінити статистику
- Стережись, бо що посієш, те пожнеш
- Ти можеш зіграти ключову роль на добро
- Як Нік Вуйнич боровся з булінгом у своєму житті та ін.



Вуйчич, Н. Безпечна школа: [добірка відео] / Нік Вуйчич // Міністерство освіти і науки України. –  
Режим доступу: <https://mon.gov.ua>

# Мультфільми проти булінгу

За даними численних досліджень, на вміння знаходити спільну мову з оточуючими впливає розвинутість інтелекту. Зокрема емпатії, – розуміти емоційні стани іншої людини, бачити світ її очима та скеровувати власну поведінку відповідно до цього.

Розвиток навичок дозволить навчити школярів більш терпимо ставитись один до одного та попередити булінг. Як саме можна розвинути ці здібності? Допоможуть у цьому спеціальні вправи та перегляд відповідних тематичних мультфільмів з обов'язковим сумісним обговоренням.



Булінг : 5 мультфільмів, які допоможуть запобігти цькуванню серед дітей / підгот. Оксана Олійник. – Режим доступу: <https://www.empatia.pro>



# Протидія насильству : практичні заняття для педагогів



Козлова, А. Знайомство з булінгом : практичне заняття для підлітків / Анна Козлова // Психолог. – 2019. – № 1. – С. 26–37. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

Рашковська, І. Булінг та особистість : семінар для підлітків з елементами тренінгу / Ілона Рашковська // Психолог. – 2019. – № 1. – С. 44–58. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

Веленко, А. Протидія булінгу : цикл практичних занять для підлітків // Психолог. – 2019. – № 1. – С. 60–73. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

Поліщук, М. Ну в кого він такий ? : практичне заняття з батьками / Марина Поліщук, Віктор Почупайло // Психолог. – 2019. – № 1. – С. 74–79. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

Поліщук, М. Стоп агресії : практичне заняття для педагогів / Марина Поліщук, Віктор Почупайло // Психолог. – 2019. – № 1. – С. 80–91. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

Ковганич, Г. Протидія насильству : тренінг для лідерів учнівського самоврядування / Галина Ковганич // Соціальний педагог. – 2019. – № 10. – С. 20–26. – Режим доступу: <https://drive.google.com>

# Сценарії уроків та виховних заходів у протидії булінгу

---

«Стоп булінг !» : виховний захід [для уч.10-11 кл.] // На урок. – Режим доступу: <https://naurok.com.ua>

Порубана, А. М. Кібер-булінг, або агресія в інтернеті : способи розпізнання і захист дитини : сценарій години спілкування / Порубана А. М. – Режим доступу: <http://cplas.cv.ua>

Зупинимо булінг разом : розробка заходу для 5-9 кл. – Режим доступу: <https://urok.osvita.ua>

Урок «Стоп булінг» для учнів 1-8 класів. – Режим доступу: <http://oblosvita-lg.gov.ua>

Подолемо негативні явища в шкільному середовищі дружньою командою : квест // На урок. – Режим доступу: <https://naurok.com.ua>

Булінг або проблема спілкування між однолітками. – Режим доступу: <https://ua-referat.com>





8 порад, що робити, якщо діти грають у жорстокі ігри : пояснює психологиня // Нова українська школа. – Режим доступу: <https://nus.org.ua>

Булінг очима дитини: що робити дорослим, якщо учнів цькують // Нова українська школа. – Режим доступу: <https://nus.org.ua>

Булінг і безпека дітей в інтернеті : що робити вчителям і батькам // Нова українська школа. – Режим доступу: <https://nus.org.ua>

Степанова-Камиш, А. Як запобігти булінгу в школі : поради психолога / Степанова-Камиш Анна // Нова українська школа. – Режим доступу: <https://nus.org.ua>

# Організації з протидії булінгу

---

[UNICEF](#) - інформування батьків та дітей про булінг та протидія йому

[Благодійний фонд «Kiddo»](#) - протидія булінгу

[Український інститут дослідження екстремізму](#) - дитяче насилля

[Жіночий Консорціум України](#) - попередження та подолання насильства в дитячому середовищі

[Український фонд «Благополуччя дітей»](#) - вчить дитину захищати себе

[Міжнародний жіночий правозахисний центр «Ла Страда-Україна»](#) - протидія насильству в сім'ї та школі

[StopSexting](#) - захист дітей від сексуального насилля в інтернеті

[Docudays UA](#) - кампанія проти кібербулінгу



## Куди звернутися по допомогу у разі булінгу:

**0 800 213 103**

Єдиний контакт-центр системи  
безоплатної правової допомоги;

**116-111**

Національна дитяча «гаряча лінія» для  
дітей та батьків з питань захисту прав  
дітей (для дзвінків з мобільного):

**ВАЖЛИВО:** діти мають право безоплатно отримати послуги адвоката (складання заяв, представництво в суді).

*Матеріали підготували працівники відділу  
наукової інформації та бібліографії  
Черкаської ОУНБ імені Тараса Шевченка*