

БІБЛІОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Назарук Наталія

здобувачка ОП «Психологія»

другого (магістерського) рівня вищої освіти

Приватного вищого навчального закладу

«Міжнародний економіко-гуманітарний університет

імені академіка Степана Дем'янука»

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Юлія Михальчук

Проблема булінгу та жорстокої поведінки підлітків є актуальною для сучасного суспільства. Насильство в школі привертає увагу сучасних зарубіжних і вітчизняних дослідників, оскільки його жертви практично позбавлені права на нормальну соціалізацію. За даними різних досліджень, майже кожен третій учень в Україні так чи інакше зазнавав булінгу в школі, потерпав від принижень і насмішок. Булінг спричиняє занижену самооцінку, незахищеність, самотність, різноманітні фобії, неврози, схильність до правопорушень та ін. [1]. Це негативне соціальне явище є достатньо розповсюдженим у шкільних та інших дитячих групах в усьому світі, проте здебільшого перебуває в тіні та є латентним до того часу, поки не проявить себе виразними, часто з тяжкими наслідками, випадками [5].

Згідно чинного законодавства України – булінг (цькування) – це діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі, із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого [2; 3; 4].

Аналізуючи особливості цього негативного явища саме серед підлітків, науковці В.О. Стремєцька та Г.О. Алексеєнко доходять висновку, що булінг є специфічною формою агресивної поведінки, коли учень повторно чи постійно зазнає негативних дій з боку одного чи більше інших учнів [9].

Як зазначає А. Мельниченко [7], до визначення булінгу в сучасному його трактуванні й до відокремлення поняття «булінг» від поняття агресії дослідники йшли довго. Загальним в обох визначеннях – булінгу та агресії – є нанесення шкоди іншим, адже і агресія і булінг, безперечно, завдають значної суспільної шкоди. Але основні відмінності булінгу від агресії дві – булінг відбувається неодноразово, систематично, та, зазвичай, між людьми з нерівними силами.



Крім повторюваності та дисбалансу сил, сучасні дослідники виділяють, зокрема, такі ознаки булінгу, як зловмисність дій та відсутність розкаяння.

Булінг, як вважає А. Мельниченко, – це «ціла екосистема, на яку впливають не лише діти в класі чи в школі, а й стосунки батьків і дітей, культура школи, шкільний клімат, звичаї та традиції, такі приголомшливі історичні події, як війна чи революція» [7].

Булінг є досить складним явищем, яке не має ані однозначного пояснення, ані універсальних способів подолання та запобігання. Коли дорослий ставить перед собою завдання почати розмову про явище психологічного насильства та булінгу, а, особливо, з групою підлітків, досить важко підібрати слова. Оскільки підлітки живуть у власному інформаційному контексті, то часто використовують своєрідну мовну систему назв і порівнянь (молодіжні сленги), вони звикли до постійної взаємодії з образами і потребують цікавого, неординарного подання матеріалу. Саме так їхню увагу захоплюють сучасні блогери, ігри та кінофільми. Тому педагогічний метод повчальних бесід для сучасних підлітків є морально застарілим і не завжди спрацьовує, тому слід звертатися до більш дієвих та ефективних методів. Помічними в цьому можуть стати сучасні художні книги [8], які є одним із засобів, які нівелюють агресивність підлітків та сприяють створенню позитивного середовища у спілкуванні. Тож, читання та використання художньої літератури для психологічної корекції підлітків, як у процесі шкільного навчання, так і у позашкільній роботі з дітьми є одним із дієвих факторів профілактики цькування.

Бібліотерапія, що у дослівному перекладі означає «лікування книгою» (від грец. «biblion» – книга и «therapeia» – лікування), є окремим напрямом у психології, який входить до системи психотерапії та арттерапії. Відповідно до визначення, що було прийняте Асоціацією лікарняних бібліотек США, термін «бібліотерапія» означає: «використання спеціально підбраного для читання матеріалу як терапевтичного засобу в загальній медицині та психіатрії з метою розв'язання особистих проблем за допомогою спрямованого читання» [6]. Серед основних завдань бібліотерапії – допомогти читачеві зрозуміти проблему, проговоривши з ним питання життєвих цінностей, й показати, що інші люди теж стикаються з подібними проблемами. У ході бібліотерапії підлітки можуть вести читацький щоденник, а аналіз записів може бути використаний з діагностичною метою. У роботі з дітьми можна використовувати методи: «читацьких малюнків», «читацьких розповідей», драматизації прочитаних історій [5].

Висвітлення актуальних і складних проблем, які переживають підлітки – одна з тенденцій сучасної літератури. Письменники пишуть про

проблеми дорослішання, спілкування між дітьми-ровесниками та їх стосунки з батьками. Автори не тільки описують у сюжетах факти насильства, а й вибудовують адекватну модель поведінки героїв, у тих ситуаціях, які виникають, подають підказки щодо поведінки та подолання булінгу [1].

Таким чином, правильно підібрана художня література допоможе у форматі довірливого діалогу чи тренінгу проговорити питання, які турбують та сприятиме подоланню психологічних комплексів та булінгу в підлітковому середовищі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дружити, а не бити: булінг в художній літературі: пам'ятка-бесіда: для дітей серед. та ст. шк. віку / Рівнен. обл. 6-ка для дітей; уклад. З. Б. Мартинюк; відп. за вип. Н. А. Назарук. Рівне, 2020. 18 с.
2. Закон України Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>
3. Кодекс України про адміністративні правопорушення [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10#Text>
4. Конституція України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>
5. Кравченко К. Ю. Булінг як соціально-психологічний феномен [Електронний ресурс]. *Актуальні питання сучасної психології: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів і молодих вчених*. Суми. 2014. – Режим доступу: <https://library.sspu.edu.ua>.
6. Марценюк М. О. Терапевтичні можливості бібліотерапії як сучасного методу психологічної допомоги [Електронний ресурс] / Мукачівський державний університет. – Режим доступу: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2020/36.pdf
7. Мельниченко А. Зрозуміти (і здолати) булінг [Текст]; наук.ред. О.А. Западнюк. Харків: Віват, 2024. 304 с.
8. На боці читача [Електронний ресурс]: думка психолога й бібліотекаря про булінг у літературі. – Режим доступу: <https://nus.org.ua/articles/na-botsichytachadumka-psyhologa-j-bibliotekarya-pro-buling-u-literaturi/>
9. Стремєцька В., Алексеєнко Г. Булінг у підліткових шкільних колективах [Електронний ресурс]. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота*. 2014. Вип. 31. С. 177-179. – Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuiped_2014_31_66