


DOI [https://doi.org/10.58442/2218-7650-2023-24\(53\)-24-40](https://doi.org/10.58442/2218-7650-2023-24(53)-24-40)  
УДК 37.015.3


**Dr. Burlaienko Tetiana,**

Kandydat nauk pedagogicznych, profesor nadzwyczajny,  
Kierownik Katedry Ekonomii, Przedsiębiorczości i Zarządzania  
Dydaktyczno-Naukowy Instytut Zarządzania i Psychologii  
Państwowa uczelnia wyższa „Uniwersytet Zarządzania Oświatą”.  
Kijów, Ukraina.

 <https://orcid.org/0000-0001-5734-4611>  
[tburlaenko@ukr.net](mailto:tburlaenko@ukr.net)


**Dr. Dubinina Oksana,**

Kandydat nauk pedagogicznych, profesor nadzwyczajny,  
Professor katedry Administracji Publicznej i Zarządzania Projektami  
Dydaktyczno-Naukowy Instytut Zarządzania i Psychologii  
Państwowa uczelnia wyższa „Uniwersytet Zarządzania Oświatą”.  
Kijów, Ukraina.

 <https://orcid.org/0000-0002-5405-8502>  
[o\\_dybinina@ukr.net](mailto:o_dybinina@ukr.net)

**Dr hab. Piotr Magier,**

Dyrektor Instytutu Pedagogiki  
Katolickiego Uniwersytetu Jana Pawła II w Lublinie.  
Lublinie, Polska.

 <https://orcid.org/0000-0002-9977-5214>  
[piotr.magier@kul.pl](mailto:piotr.magier@kul.pl)

**PIĘĆ KROKÓW PRZECIW BULLYINGOWYCH (DOŚWIADCZENIE UKRAINY):  
«STEP BY STEP – RAZEM DO SUKCESU!»**

**Streszczenie.** Artykuł jest poświęcony przejawu bullyingu w środowisku szkolnym jako zachowania agresywne, które zwykle się powtarzają. Ma na celu wyrządzenie krzywdy, wywołanie strachu lub niepokoju lub stworzenie negatywnego środowiska szkolnego dla innej osoby. Znęcanie się ma miejsce w sytuacji, gdy istnieje rzeczywisty lub urojony brak równowagi sił. Doświadczanie tego zjawiska w szkole świadczy o narastającym dyskomforcie wszystkich uczestników procesu edukacyjnego, lecz konsekwencje zastraszania wykraczają daleko poza szkołę i szkolny plac. Prezentujemy wypracowania optymalnego programu «Step by step – razem do sukcesu!», który opisuje pięć kroków przeciw bullyingowych.

**Słowa kluczowe:** bullying, agresja, szkoła, pedagog, krok, procesy edukacyjne.

## WPROWADZENIE / ВСТУП

**Sformułowanie problemu.** Istotne zmiany w sferze gospodarczej i polityce społecznej, kryzys współczesnej rodziny, niski status społeczny, bezrobocie, narzucenie ideologii konsumpcyjnej, odrzucenie przez społeczeństwo pewnych wartości moralnych i przejście na nowe wytyczne – to być może główne czynniki przyczyniające się do wiktyimizacji nastolatków.

Znęcanie się to niepokojący trend, zwłaszcza w przypadku dzisiejszych dzieci i młodzieży. Według badania Fundacji ONZ z 2017 r. 67 % dzieci na Ukrainie w wieku od 11 do 17 lat już doświadczyło zastraszania, a 24 % dzieci padło jej ofiarą. Najbardziej narażone na zastraszanie są dzieci nieśmiałe, wzorowe, a także dzieci, które z powodu różnych okoliczności życiowych są «zamknięte w sobie» i zamknięte na komunikację. Najczęściej dzieci są nękanie przez rówieśników za wygląd, przekonania, zachowanie, a także z powodu różnych okoliczności życiowych itp.) [1].

Wyniki badania U-Report wskazują na najczęstsze przyczyny bullyingu – ignorowanie bullyingu przez dorosłych (37 %). Według statystyk z National Children's Hotline, ponad 25% połączeń dotyczy zastraszania. Jednocześnie, według ostatnich badań, prawie jedna czwarta ukraińskich uczniów uważa się za ofiary bullyingu, a około 40 % dzieci, które doświadczyły bullyingu, nigdy nie mówi o tym rodzicom. Jednocześnie 44 % osób, które obserwowały prześladowanie swoich rówieśników, nie reagowało na takie fakty z obawy przed podobnym zastraszaniem [2].

Człowiek jest istotą społeczną. To jest nasza siła i jednocześnie nasza słabość. Ewolucja przebiegała w taki sposób, że aby przetrwać i rozwijać się, człowiek musiał należeć do swojej grupy, być w społeczeństwie. Wygnanie z tego kręgu oznaczało rychłą śmierć. I nadal nie ma straszniejszego psychicznie nadużycia niż przedłużająca się przymusowa izolacja społeczna – sytuacja, w której wszyscy są przeciwko tobie.

## CEL I ZADANIE / МЕТА ТА ЗАВДАННЯ

**Celem** artykułu jest wypracowania optymalnego programu «Step by step – razem do sukcesu!», który opisuje pięć kroków przeciw bullyingowych.

### **Zadanie:**

- przeprowadzić analizę badań na zadany temat;
- określenie głównych problemów bullyingu w procesie edukacyjnym;
- wypracowania optymalnego programu «Step by step – razem do sukcesu!», który opisuje pięć kroków przeciw bullyingowych.

## TEORETYCZNE PODSTAWY BADAŃ / ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ

### *Opis zagadnienia.*

Pierwszym problemem bullyingu zaczął zajmować się norweski naukowiec D. Olveus, który określił to zjawisko w środowisku szkolnym jako sytuację, w której uczeń wielokrotnie, przez długi czas staje się przedmiotem negatywnych działań i ataków jednego lub więcej uczniów. Zjawisko bullyingu ma charakter zbiorowy i opiera się na relacjach społecznych w grupie. Według D. Olveusa, zastraszanie obejmuje trzy ważne elementy: nękanie to agresywne zachowanie, które obejmuje niepożądane, negatywne zachowanie działania; nękanie to zjawisko długotrwałe i systematyczne; zastraszanie charakteryzuje się nierównością władzy lub siłą [7].

Prawie wszyscy badacze definiują bully jako długotrwałą i systematyczną agresję, ale dodatkowo zjawisko to jest uważane za «podtyp agresji», która może przybierać różne formy, zarówno fizyczne, jak i werbalne (E. Pelligrini, S. Salmivali); destrukcyjne oddziaływanie (R. Hezler), część życia społecznego grupy (E. Roland), powtarzające się ataki – społeczne lub werbalne – ze strony osób o wyższym statusie (V. Besag), długotrwała, świadoma przemoc skierowana jest przeciwko osobie, która nie jest w stanie obronić się w danej sytuacji (D. Lane) [8].

Należy uczyć dzieci i młodzież od najmłodszych lat angażowania się w komunikację obywatelską, wraz z kształtowaniem wartości kulturowych, aby nauczyć ich, jak korzystać z narzędzi komunikacji, szanując zasady etykiety i szanując wolność innych, to znaczy tworząc w nich kulturę internetową i kulturę informacyjną.

Kto powinien uczyć dzieci bezpiecznego i prawidłowego korzystania z Internetu? To rodzina stanowi podstawę zachowania dziecka na świecie, a przestrzeń wirtualna nie powinna być wyjątkiem.

Rodzice powinni zwracać szczególną uwagę na wychowanie małych dzieci w Internecie i zwiększać ich świadomość zagrożeń dla środowiska informacyjnego. Dane badawcze z Instytutu Socjologii przy Narodowej akademii nauk Ukrainy:

- tylko w 24 % przypadków rodzice pytają dzieci, jakie strony internetowe odwiedzają w mobilnym Internecie;
- 57 % rodziców jest zainteresowanych korzystaniem ze stałej przestrzeni online dla dzieci;

- jednak tylko 5 % rodziców jest zainteresowanych szczegółowymi informacjami na temat treści stron internetowych, odwiedzanych przez dzieci w mobilnym Internecie, a 30 % – w stacjonarnych [1].

## **METODY BADAŃ / МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ**

W badaniach wykorzystaliśmy ogólne zasady naukowe, które pomogły doprecyzować koncepcje badań. W procesie badawczym zastosowano metodę analizy i syntezy w celu określenia głównych problemów bullyingu w procesie edukacyjnym; modelowanie na potrzeby wypracowania optymalnego programu «Step by step – razem do sukcesu!», który opisuje pięć kroków przeciw bullyingowych.

## **WNIKI WYSZUKIWANIA / РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ**

### *Krok 1. «Dlaczego wynika bullying przeciwko nauczycieli?»*

Bullying (ang. *Bully* – zastraszyć, nękać) – terror psychologiczny, przejaw agresji z dalszym zastraszaniem jednostki i pojawienie się możliwości jej całkowitego podporządkowania sobie i swoim interesom.

Bullying jest szkolną odmianą mobbingu, który zwykle dotyczy pracownika. Uczeń będący ofiarą bullyingu jest prześladowany i dręczony przez innego ucznia. Rzadko się zdarza, że sprawcą bullyingu jest nauczyciel. Najczęstszymi formami prześladowania są przezwiska, wyśmiewanie, nękanie liścikami i smsami (telefonami), ośmieszanie publiczne, rozpowszechnianie wstydliwych dla ofiary treści (np. filmików), szykanowanie i upokarzanie. Bullying jako znęcanie się może występować w formie: fizycznej (przemoc siłowa, niszczenie mienia), ustnej (wyszydzanie, wyśmiewanie, obrażanie), socjalnej (plotki, rozsiewanie podejrzeń wśród innych osób), elektronicznej (tzw. cyberbullying czyli nękanie drogą elektroniczną) [5].

Znęcają się, ponieważ:

1. Myślą, że to zabawne i nie ma dużego problemu ani tragedii. Dzieci, które znęcają się, nie przejmują się zbyt uczuciami tych, których obrażają.
2. Uważa się, że dorośli nie zwrócą na to uwagi.
3. Uważają, że ktoś zasługuje na taką postawę lub taki spokój.
4. Uważa się, że takie zachowanie jest normą.
5. Doświadczyli gry w kręgle.
6. Chcesz poczuć moc i wpływ. Szukaj uwagi i przywództwa w grupie.
7. Czasami – z powodu poczucia samotności i niepewności.

Dlaczego wynika bullying w stosunku do nauczyciela? Nauczyciele potwierdzają fenomen bycia bullyingu, gdy sytuacja jest już krytyczna. Często

«zamykają oczy». Jednak problem należy rozwiązywać natychmiast, wtedy bardziej prawdopodobne jest jego skuteczne rozwiązanie. Nie warto mieć nadziei, że sytuacja poprawi się samodzielnie!

Przede wszystkim pojawieniu zjawiska bullyingu «sprzyjają» częste rozmowy, że edukacja nie jest konieczna we współczesnym świecie. W związku z tym, gdy rodzice «zmuszają swoje dzieci» do pójścia do szkoły, a nauczyciel «przegina», pozbawiając ich wolności i wtedy nastolatki zaczynają się buntować.

Ważną rolę odgrywa stosunek nauczyciela do swojej pracy: jeśli po prostu chce «odczytać» materiał i wyjść jak najszybciej, niszczy motywację dzieci do nauki. Oczywiście lekcja nie powinna być zabawą! Jednak jeśli uczniowie się nudzą, szukają bardziej zabawnej lekcji niż, na przykład, notowanie słów nauczyciela. A czasami «rozrywka» jest nękanienad nauczycielem.

Autorytet nauczyciela w społeczeństwie jest «podważany». Przede wszystkim dlatego, że zarówno dzieci, jak i rodzice widzą, że osoby wykształcone, w tym nauczyciele, często nie mają wystarczających środków do życia, otrzymują niskie wynagrodzenie. We współczesnym świecie z jakiegoś powodu ten, kto odnosi sukcesy przede wszystkim finansowe, jest uważany za «godnego szacunku».

Więc, możemy wywnioskować, że:

- dziecko kopiuje to, co widzi w domu;
- istnieje hyperopieka – uczeń chce udowodnić, że powinien być również w centrum uwagi w szkole;
- samo dziecko staje się ofiarą przemocy domowej i zapewnia się w szkole.

Przykładem walki przeciw bullyingowej jest istniejący w Ukrainie Mechanizm przeciw nękanii (Ministerstwo Edukacji Ukrainy):

1. Jeśli dziecko jest świadkiem bullyingu w instytucji edukacyjnej, może najpierw powiedzieć rodzicom, nauczycielowi, psychologowi lub bezpośrednio dyrektorowi.

2. Dziecko może złożyć wniosek na infolinię organizacji pozarządowych (na przykład La Strada – Ukraina) w celu zwalczania przemocy domowej lub ochrony praw dziecka; do usług socjalnych dla rodzin, dzieci i młodzieży; Policja Ukrainy; Bezpłatne centrum pomocy prawnej.

3. Wszystkie numery kontaktowe muszą być umieszczone na tablicy informacyjnej i na stronie internetowej instytucji edukacyjnej [1], [5].

Na stronie internetowej Ministerstwa Edukacji Ukrainy możemy odnaleźć: Jak powinien zachowywać się pedagog w przypadku bullyingu (porady):

1. Jeśli nauczyciel lub inny pracownik placówki edukacyjnej jest

świadkiem incydentu prześladowania, musi on powiadomić kierownika instytucji, niezależnie od tego, czy ofiara prześladowania złożyła mu skargę.

2. Po otrzymaniu wniosku dziecka dana osoba lub organ informuje na piśmie kierownika placówki oświatowej o incydencie prześladowania.

3. Kierownik zakładu rozpatruje takie odwołanie i poznaje wszystkie okoliczności rekrutacji. W przyszłości zwołuje posiedzenia komisji ds. Badania zastraszania i nakreśla kolejne kroki.

4. Jeżeli komisja uzna, że był to prześladowanie, a nie jednorazowy konflikt, wówczas szef instytucji jest zobowiązany do poinformowania upoważnionych jednostek policji Ukrainy i Urzędu ds. Dzieci. W skład komitetu mogą wchodzić pedagodzy, psycholog, pedagog społeczny, rodzice ofiary i «napastnika», kierownik instytucji i inne zainteresowane osoby.

5. Jeżeli komisja nie zakwalifikuje sprawy jako prześladowania, a ofiara się z nią nie zgadza, może ona natychmiast skontaktować się z organami policji krajowej Ukrainy. Ale przy każdej decyzji komisji szef instytucji zapewnia wsparcie psychologiczne wszystkim uczestnikom sprawy.

Ukraina ma system kar za zastraszanie:

- Kary za zastraszanie: od 50 do 100 minimów zwolnych od podatku, tj. od 850 do 1700 hrywien lub od 20 do 40 godzin prac społecznych.

- Jeśli zastraszanie jest popełniane przez grupę osób lub wielokrotnie w ciągu roku po nałożeniu kary administracyjnej: grzywna będzie wyższa – od 100 do 200 minimów (1700 – 3400 hrywien) lub prace społeczne przez okres od 40 do 60 godzin.

- Brak powiadomienia przez kierownika placówki oświatowej uprawnionych jednostek Policji Narodowej Ukrainy o przypadkach zastraszania uczestnika procesu edukacyjnego: grozi karą od 50 do 100 minimalnych dochodów niepodlegających opodatkowaniu lub pracą poprawczą do 1 miesiąca z potrąceniem do 20 proc. Zgodnie z ustawą nr 8584 «O zmianach w niektórych aktach ustawodawczych Ukrainy w sprawie zwalczania prześladowania (prześladowania)».

Czasami powodem bullyingu jest niechęć nauczyciela do znalezienia porozumienia z uczniami (zwykle, gdy dana osoba jest «nie na miejscu») i dzieci to odczuwają.

Warto wziąć pod uwagę specyfikę pracy z nastolatkami. Mają pewne interesy, którymi mogą być zainteresowani. Przeciwnie, możesz włączyć nastolatka w jego zainteresowania, które są dla niego dostępne. «Dziecko jest aktywną i samodzielną jednostką, która «nie uczy się na dorosłego», a prowadzi satysfakcjonujące i ciekawe życie» (Vasyl Sukhomlinsky).

### *Krok 2 «Pedagogika partnerstwa».*

Następnym krokiem przeciw bulliingowym jest wykorzystanie «pedagogiki partnerstwa». Przedstawiamy podstawowe zasady «Pedagogiki partnerstwa»:

- szacunek dla jednostki;
- życzliwość i pozytywne nastawienie;
- zaufanie do związku;
- dialog – interakcja – wzajemny szacunek;
- rozproszone przywództwo (proaktywność, prawo wyboru i odpowiedzialność za nie, horyzontalność więzi);
- zasady partnerstwa społecznego (równość stron, dobrowolne zobowiązanie, obowiązkowa realizacja umów).

Warunki, które łączą partnerstwo w szkole:

- rodzicielstwo: rodziny powinny dbać o zdrowie i bezpieczeństwo dzieci, tworzyć w domu środowisko sprzyjające nauce; szkoły powinny zapewnić rodzinom edukację i informacje, które pomogą zrozumieć i promować ich dzieci;

- komunikacja: szkoły powinny odpowiadać przed rodzinami i dostarczać im informacji o postępach w nauce i osiągnięciach uczniów; środki komunikacji muszą odpowiadać kulturowym cechom rodziców, a proces ten musi być dwukierunkowy;

- wolontariat: rodzice mogą wnieść znaczący wkład w środowisko i funkcje szkoły; szkoły mogą maksymalnie wykorzystać ten proces, tworząc elastyczne harmonogramy, które odpowiadają talentom i zainteresowaniom rodziców na potrzeby uczniów, nauczycieli i administratorów;

- nauczanie w domu: rodzice mogą pomagać swoim dzieciom w zajęciach szkolnych przy metodycznym wsparciu nauczycieli;

- podejmowanie decyzji: szkoły mogą wyznaczać rodzicom znaczącą rolę w podejmowaniu decyzji w szkole i pomagać im jak najlepiej je wykorzystać; taka możliwość powinna być otwarta dla wszystkich grup społecznych, a nie tylko dla osób, które mają najwięcej czasu i energii do poświęcenia na zajęcia szkolne;

- praca ze społecznością: szkoły powinny koordynować pracę i zasoby społeczności, biznesu, kolegów lub uniwersytetów i innych grup w celu ulepszenia programów nauczania, praktyk rodzinnych oraz uczenia się i rozwoju uczniów. Szkoły mogą pomóc rodzinom w dostępie do usług wsparcia świadczonych przez inne instytucje, takich jak opieka zdrowotna, działalność kulturalna, korepetycje i podyplomowe programy opieki nad dziećmi.

Aby wdrożyć model partnerstwa w szkole, warto:

1. Zaakceptuj fakt, że zmiany w myśleniu następują powoli – to jak góra lodowa zanurzona w głębi historii. Trzeba więc uzbroić się w cierpliwość, starając się budować partnerstwo z rodzicami, administracją szkoły, a na koniec – szukać wspólnego języka z dzieckiem.

2. Zadaj sobie pytanie, który sposób myślenia najlepiej dostosowuje się do tych warunków; znaleźć nosicieli takiego wzrostu myślenia. Wypróbuj te modele.

3. Rozwijaj wyobraźnię i kreatywność. Zarówno rodzice, jak i nauczyciele mogą polecić następujące proste ćwiczenie: zanim zrobisz dziecku uwagę, zadasz zadanie lub wystawisz ocenę, wyobraź sobie, że w jednej chwili minęło 10, 15, 20 lat. Kto jest teraz przed tobą? Osoba, która teraz na ciebie patrzy, może patrzeć w dół zarówno na swój wzrost, jak i na doświadczenie.

4. Opanuj umiejętności negocjacji i naucz się nie tylko argumentować o swoim stanowisku, ale także słuchać innych.

5. Utrzymuj swój status zasobów i poczucie humoru.

6. Zawrzcć porozumienie o współpracy między rodzicami, nauczycielami, administracją i uczniami.

*Krok 3 «Stereotypy i uprzedzenia społeczne».*

Stereotypy ułatwiają nam życie. Czasami mogą nas ostrzec o niebezpieczeństwie, ale mogą też ograniczać nasze działania, zniekształcać nasz sposób rozumienia świata. Są wtedy doskonałą pożywką dla agresji.

- Stereotyp – funkcjonujący w świadomości społecznej uproszczony, niepełny i ubarwiony oceną postrzegania rzeczywistości, która odnosi się do grup społecznych, jednostek, sytuacji czy instytucji, która powstaje w wyniku wielokrotnego powtarzania.

- Stereotypy są narzucane grupie jako dzieła kultury i determinują sposób postrzegania faktów i zjawisk społecznych.

- W niektórych sytuacjach myślenie stereotypowe jest konieczne lub wręcz konieczne.

- Najczęściej stereotypy dotyczą grup etnicznych, zawodowych i klasowych.

- Stereotypy rodzą się w wyniku bezkrytycznej akceptacji powszechnej opinii w tym środowisku.

- Stereotypów najczęściej uczy się w dzieciństwie, stąd są one głęboko zakorzenione i trudne do zmiany, nawet pod wpływem solidnych argumentów i przeciwnych doświadczeń.

Rozważmy pięć podstawowych zasad komunikacji i zachowania z



dzieckiem:

1. Im więcej zakazów, tym większy opór. Nie oznacza to przyzwolenia, ale więcej wolności nie przeszkodzi. Najważniejsze jest Twoje zaufanie. Kiedy dziecko ci ufa, będzie próbowało w zamian uzasadnić to zaufanie.

2. Nudne i długie nauki nie przyniosą pożądanego rezultatu. Jest to postrzegane negatywnie. Staraj się słuchać dziecka spokojnie i cierpliwie, nie przerywając. Kiedy mówi lub nawet krzyczy, zatrzymaj się na 30–40 sekund, a następnie wyraż swoją opinię na temat sytuacji / problemu. Spróbuj znaleźć kompromis.

3. Traktuj problemy nastolatków ze zrozumieniem i współczuciem. Wydaje ci się, że to są problemy dzieci, a dla nich to cały świat.

4. Nie porównuj dzieci z nikim. To bardzo obraża dziecko, wpływa na jego samoocenę, która właśnie się kształtuje.

5. Bądź konsekwentny. Nie zmieniaj zasad. Jeśli pozwolisz sobie na granie w gry komputerowe przez jedną godzinę w ciągu dnia, z jakiegoś powodu pozwolisz sobie na dwie przez kolejny dzień, a potem będziesz karcic swoje dziecko za zabawę przez dwie godziny, będzie tylko gorzej. Jeśli tylko dzisiaj zrobiłeś wyjątek, to dziecku trzeba wyjaśnić: «Dziś pozwalałam Ci bawić się przez dwie godziny, bo odrobiłeś lekcje / umyłeś naczynia / włożyłeś je do pokoju / pojechałeś ze mną na wieś itp.».

#### *Krok 4 «Konflikt czy kompromis?»*

Bullying to jest zawsze konflikt. Najskuteczniejszym sposobem rozwiązania konfliktu jest kompromis

Konflikt jest to zderzenie przeciwstawnych interesów, poglądów. Ale pełniejsza definicja takich relacji – to sprzeczności, które powstają między ludźmi, zespołami w procesie ich wspólnej pracy z powodu nieporozumienia lub konfliktu interesów, braku porozumienia między dwiema lub więcej stronami.

Sposoby (strategie) rozwiązywania konfliktów:

1. Unikanie – oznacza, że dana osoba jest w stanie przewidywać i unikać działań, które spowodują zaostrzenie sytuacji konfliktowej. Ta rola biernego obserwatora jest nieodłączna dla osób, które nie są zainteresowane zmianą i starają się uniknąć zaostrzenia się sprzeczności.

2. Wyglądanie to rodzaj zachowania, który ma wiele wspólnego z poprzednim. Jednocześnie osoba nie zauważa oznak przyszłego konfliktu, istnieje aktywne zapobieganie jego manifestacji, zlikwidowanie lub zaciemnienie sprzeczności stron.

3. Przymus – kontrola sytuacji i regulacja jej rozwoju. W niepożądanym kierunku konfliktu osoba obdarzona władzą i autorytetem interweniuje i używa

siły, aby wpłynąć na sytuację, kieruje konflikt w pożądanym kierunku.

4. Kompromis – tymczasowe lub neutralne rozwiązanie problemu, które warunkowo satysfakcjonuje wszystkie strony konfliktu. Rywale (przeciwnicy) idą na wzajemne ustępstwa, częściowo akceptują punkt widzenia drugiej strony lub odkładają rozwiązanie sprawy na przyszłość, pozostawiając ją otwartą.

Rozwiązanie konfliktu jest najbardziej pożądanym i radykalnym sposobem na rozwój sytuacji. Strony szczegółowo zapoznają się z argumentami «zarówno», jak i «przeciw», idą na wspólne ustępstwa, rozwiązują skomplikowane kwestie poprzez wspólne podejmowanie decyzji.

Pod czas rozwiązania konfliktu warto być tolerancyjnym, ponieważ tolerancja to sztuka życia z innymi ludźmi i innymi pomysłami i bycie tolerancyjnym jest oznaką najwyższej godności.

Trzeba zawsze pamiętać, że: każda osoba jest wyjątkowa, niepowtarzalna; od dzieciństwa musimy nauczyć się akceptować innych ludzi; środowisko jednoczy (wzajemna wymiana wartości); dzieci uczą się na przykładach środowiska, w którym żyją; na prawidłowy rozwój psychiczny, fizyczny i społeczny dziecka wpływa przede wszystkim jego najbliższe otoczenie: rodzice, nauczyciele, rówieśnicy; atmosfera, w jakiej dziecko się wychowuje, normy i wartości, których uczy się od najmłodszych lat, przejawiają się później w dorosłości; potrzeba miłości, przyjaźni, zrozumienia, poczucia bezpieczeństwa uczy, jak walczyć ze wszystkim, co zagraża temu uczuciu.

*Krok 5 «Dlaczego warto być tolerancyjnym?».*

Tolerancja (łac. Tolerantia – cierpliwość, wytrwałość) – termin oznaczający poszanowanie czyichś poglądów, wierzeń, upodobań, różniących się od własnych [9]. Stosowany w socjologii, badaniach nad kulturą i religią, oznacza postawę zgody na wyznawanie i głoszenie poglądów oraz wierzeń z którymi się nie zgadzamy, jak i praktykowanie sposobu życia, którego zdecydowanie nie aprobujemy, a więc zgody na to, aby społeczność do której przynależymy, była różnorodna w aspektach dla nas istotnych [10].

Tolerancja polega na poszanowaniu obcej narodowości i związanych z nią różnic kulturowych.

Albert Einstein powiedział, że “tolerancja jest uprzejmym uznaniem cech, poglądów i działań innych osób, które są obce naszym własnym zwyczajom, wierzeniom i upodobaniom. W ten sposób bycie tolerancyjnym nie oznacza obojętności wobec działań i uczuć innych. Musi też istnieć zrozumienie i empatia”.

Zgodnie z definicją Słownika Języka Polskiego, tolerancja ma trzy znaczenia:

- poszanowanie czyichś poglądów, wierzeń, upodobań różniących się od własnych;
- zdolność żywego organizmu do znoszenia bez szkody dla niego niektórych bodźców chemicznych fizycznych i biologicznych;
- liczba określająca dopuszczalne odchylenie danej wielkości technicznej od jej wartości nominalnej.

Z łaciny słowo tolerancja oznacza wytrwałość i cierpliwość.

Według Monika Gawrysiak, tolerancja oznacza zrozumienie i empatię, czyli chęć przyjrzenia się temu, że ktoś może mówić, myśleć, wyglądać, zachowywać się inaczej niż ja. Oznacza też ciekawość i otwartość na inność.

Pojęcie tolerancji odnosi się do trzech aspektów: do pojęcia ja, inni i świat. Najczęściej myślimy o tolerancji w kontekście innych ludzi i świata. Gdy dostrzegamy innego człowieka to tolerancja oznacza, że dajemy mu prawo do tego, że może mówić, myśleć i postępować inaczej, o ile oczywiście nie zagraża to nam bezpośrednio albo nie rani nas to. Natomiast warto przyrzeć się również temu czy potrafimy tolerować siebie i swoje momenty trudne. Takie, z którymi sobie nie radzę. Czy potrafię tolerować trudne emocje, ból? A może staram się to wszystko zagłuszyć, wyprzeć. I chcę sięgnąć po tak zwaną “tabletkę”, która ma od razu pozbawić mnie różnego rodzaju emocji czy też bólu.

Bardzo często skupiamy się na tym, żeby coś zmienić, zwłaszcza to, co jest dla nas trudne. Natomiast ta zdolność tolerowania i akceptowania dolegliwości, które się nam przytrafiają jest też celem naszego zdrowego funkcjonowania. Bo przecież ból i cierpienie są częścią życia i nie da się ich całkowicie uniknąć czy usunąć. Umiejętność tolerowania ich jest bardzo ważną umiejętnością, której możemy się nauczyć.

Tolerancja to wartość, którą możemy kierować się w życiu. Jest to też postawa, którą możemy mieć wobec siebie samego, innych i wobec świata. To nasz sposób myślenia o tym, czy dajemy sobie i drugiemu człowiekowi prawo i zgodę na to, że coś może być inne lub trudne. Jest to też umiejętność i to oznacza, że tolerancji możemy się nauczyć! Możemy ją ćwiczyć i wzmacniać! Jak ćwiczyć tolerancję?

#### 1. Zaczynaj od zwykłych codziennych obserwacji

Nie zaczynaj ćwiczyć tolerancji od razu od grup czy osób, od których bardzo się różnisz. Przyjrzyj się zwykłym, codziennym sytuacjom. Zastanów się jak często się irytujesz? Możesz zacząć prowadzić dziennik. Dzięki niemu będziesz mógł wyciągnąć wnioski i zobaczyć wszystko czarno na białym. Obserwuj swoją irytację – na kogo jest skierowana? Na innych ludzi, na siebie, a może cały świat. Zaczynaj to zapisywać!

## 2. Uznaj, że każdy podejmuje najlepsze możliwe decyzje

Przyjmij i zauważ, że każdy człowiek podejmuje najlepsze możliwe decyzje w danej chwili. Gdyby znał inne lepsze rozwiązanie to na pewno by je wtedy podjął. Załóż więc, że każdy z nas podejmuje takie działania i wybiera takie zachowania, które według niego na ten moment są najlepsze. Uświadomienie sobie tego pozwala nam po pierwsze “nie biczować” się za decyzje, które podjęliśmy kiedyś, a teraz z perspektywy czasu wydają nam się głupie czy niewłaściwe. Po drugie, uczą nas, że każdy z nas znajduje się w takim momencie. Im większą mamy tolerancję, z tym większą łatwością potrafimy to uznać.

## 3. Nie oceniaj zbyt szybko

Obserwując drugiego człowieka widzimy tylko kawałek z jego repertuaru zachowań. Nie wiemy co doprowadziło go do tego miejsca, nie znamy jego historii ani jego przeszłości czy innych uwarunkowań. Nic nie wiemy na temat jego myśli, które ma w danej sytuacji, ani jego emocji. Nie znamy też sygnałów, które wysyła mu ciało. Widzimy tylko kawałek jego zachowania – taki, który on sam nam prezentuje. Tyle rzeczy nie wiemy... a więc nie oceniajmy tak szybko!

Nie jesteśmy też w stanie ocenić wszystkich możliwych konsekwencji danego zachowania w danym momencie. Być może ta inność czy inna postawa będą miały swoje dobre konsekwencje w przyszłości. Nie wiemy tego, nie mamy monopolu na jedyną prawdę.

## 4. Naucz się akceptować, że nie na wszystko masz wpływ

Są sprawy, na które nie mamy wpływu. W związku z tym warto nauczyć się je tolerować i akceptować.

## 5. Przyjmij postawę badacza

W ćwiczeniu tolerancji bardzo pomaga przyjęcie postawy badacza – odkrywcy, który cieszy się z każdego odkrycia. Jest ciekawy świata, otwarty na nowości i lubi poznawać nowe myśli, poglądy, nowych ludzi, nowe sposoby patrzenia na świat. Nie po to, żeby zmieniać siebie, ale po to żeby po prostu je poznać.

## 6. Przyjmij postawę zrozumienia i odpuszczania

Zauważ, że my sami też często popełniamy błędy. Też nie zawsze robimy wszystko idealnie i dobrze. A skoro tak, to dajmy to samo prawo drugiemu człowiekowi. Ta postawa zrozumienia może pomóc nam w ćwiczeniu tolerancji!

Z kolei postawa odpuszczania to umiejętność nie przejmowania się drobiazgami. W obliczu całego życia, albo w obliczu całego świata te drobiazgi nie mają znaczenia! Ale w codziennym życiu często nadajemy im zbyt duże znaczenie. W postawie odpuszczania chodzi o to, żeby nauczyć się odpuszczać te

rzeczy, które w perspektywie czasu naprawdę mogą nie mieć znaczenia. Warto tu zadać sobie takie pytanie: czy za pięć lat gdy pomyślę sobie o tej sytuacji, to czy też będzie ona miała takie znaczenie?

Jest to umiejętnością puszczenia i zostawienia tego, czego nie da się zmienić. Na przykład nie da się zmienić drugiego człowieka.

Conclusion:

- Każda osoba jest wyjątkowa, niepowtarzalna.
- Akceptacji innych ludzi musimy uczyć się od dzieciństwa.
- Środowisko jednoczy (wzajemna wymiana wartości).
- Dzieci uczą się na przykładach środowiska, w którym żyją.
- Na prawidłowy rozwój psychiczny, fizyczny i społeczny dziecka ma wpływ przede wszystkim jego najbliższe otoczenie: rodzice, nauczyciele, rówieśnicy.
- Atmosfera, w jakiej wychowuje się dziecko, normy i wartości, których uczy się od najmłodszych lat, objawiają się później w dorosłym życiu.
- Potrzeba miłości, przyjaźni, zrozumienia i poczucia bezpieczeństwa uczy nas walczyć ze wszystkim, co zagraża tym uczuciom.

## **WNIOSKI I PERSPEKTYWY DALSZYCH BADAŃ / ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ**

Współcześnie, w procesie reformowania systemu edukacji, problemy bullyingu i przemocy w środowisku szkolnym często stają się przeszkodą w realizacji celu, jakim jest wszechstronny rozwój dziecka. Dorośli potrzebują dzieci i młodzieży w każdym wieku, zwłaszcza jeśli sprawcy mogą spowodować poważne szkody dla ich zdrowia fizycznego i psychicznego. Instytucja edukacyjna odgrywa istotną rolę w tworzeniu warunków dla uczniów do zdobywania wiedzy w bezpiecznym środowisku edukacyjnym, kształtowaniu postaw i umiejętności potrzebnych do unikania i zapobiegania przemocy, komunikacji bezkonfliktowej, zachowania pokojowego. Nauczyciele mają do odegrania kluczową rolę w zwalczaniu przemocy i nękania. Jednak mogą poradzić sobie z tym problemem jedynie poprzez systematyczne podejście i wsparcie dyrekcji szkoły, rodziców, władz lokalnych i organizacji pozarządowych, a także zaangażowanie i udział dzieci i młodzieży.

**Perspektywy dalszych badań.** Opracowanie modelu realizacji programu wymaga dalszego rozwoju programu «Step by step – razem do sukcesu!».

## **BIBLIOGRAFIA / СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**


- [1] Булінг – важлива проблема для дітей в Україні. ЮНІСЕФ розпочинає

- кампанію проти булінгу. Педагогічний портал: освітня преса. [Електронний ресурс].  
Доступно: <https://teenergizer.org/2017/09/buling-vazhliva-problema-dlya-ditej-yunisef-pochinaye-kampaniyu-proti-bulingu/> Дата звернення: Берез. 22, 2023.
- [2] V. Cimino, G. Capozza, Oltre il bullismo. Dal disagio alla cultura della nonviolenza. Bari, Milella, 2008. [Online]. Available: <http://www.pugliabile.it/2008/09/oltre-il-bullismo-di-v-cimino-e-g-capozza/> Дата звернення: Берез. 22, 2023.
- [3] K. Dmitruk-Sierocińska, «Bullying wśród uczniów – charakterystyka zjawiska i jego skutki», *Wychowanie na co Dzień*, № 6, s. 9–10, 2004.
- [4] K. A. Dodge, J. E. Coie, «Social-information-processing factors in reactive and proactive aggression in children's peer groups», *Journal of Personality and Social Psychological Association*, № 53, s. 1147, 1987.
- [5] Anna Kuliberda, Bullying w szkole czyli przemoc i agresja wśród dzieci. 2016. [Online]. Available: <https://www.mjakmama24.pl/edukacja/problemy-ucznia/bullying-w-szkole-czyli-przemoc-i-agresja-wsrod-dzieci-aa-Fknp-FV3F-9GQi.html> Дата звернення: Берез. 22, 2023.
- [6] С. Куртова, «Булінг у школі», *Урок.Освіта.УА*. [Електронний ресурс]. Доступно: <https://urok.osvita.ua/materials/upbring/42788/> Дата звернення: Берез. 22, 2023.
- [7] D. Olweus, «Bullying at school: Prevalence estimation, a useful evaluation design, and a new national initiative in Norway», *Association for Child Psychology and Psychiatry Occasional Papers*, № 23, p. 5–17, 2004.
- [8] C. Salmivalli, «Bullying as a Group Process: Participant Roles and Their Relations to Social Status Within the Group», *Aggressive behavior*, № 22, p. 1–15, 1996.
- [9] M. Roshwald, «Tolerancja, pluralizm, prawda», *Folia Philosophica*, № 27, p. 19–32, 2009.
- [10] Benjamin J. Kaplan, «Divided by Faith: Religious Conflict and the Practice of Toleration in Early Modern Europe», *Renaissance*, vol. 61, № 3, p. 942–944, 2007. [Online]. Available: <https://www.jstor.org/stable/10.1353/ren.0.0219>; <https://doi.org/10.1353/ren.0.0219> Дата звернення: Берез. 22, 2023.

## **FIVE STEPS AGAINST BULLYING (UKRAINE EXPERIENCE): «STEP BY STEP – TOGETHER TO SUCCESS!»**


**Tatiana Burlaenko,**

PhD, Assistant Professor,  
Head of Sciences Department of Economy  
Entrepreneurship and Management  
Educational and Scientific Institute  
of Management and Psychology  
SIHE «University of Educational Management».  
Kyiv, Ukraine.

 <https://orcid.org/0000-0001-5734-4611>  
[tburlaenko@ukr.net](mailto:tburlaenko@ukr.net)


**Дубініна Oksana Dubinina,**

PhD, Assistant Professor,  
Assistant Professor Department  
Administration and Project Management  
Educational and Scientific Institute  
of Management and Psychology  
SIHE «University of Educational Management».  
Kyiv, Ukraine.

 <https://orcid.org/0000-0002-5405-8502>  
[o\\_dybinina@ukr.net](mailto:o_dybinina@ukr.net)

**Dr. hab. Piotr Magier,**

Director of the Institute of Pedagogy  
John Paul II Catholic University in Lublin.  
Lublin, Poland.

 <https://orcid.org/0000-0002-9977-5214>  
[piotr.magier@kul.pl](mailto:piotr.magier@kul.pl)


**Abstract.** The article is devoted to the manifestation of bullying in the school environment as aggressive behavior that is usually repeated. Its purpose is to cause harm, cause fear or anxiety, or create a negative school environment for another person. Bullying is when there is a real or imaginary imbalance of power. Experiencing this phenomenon in school is evidence of the growing discomfort of all participants in the educational process, but the consequences of intimidation extend far beyond school and the school yard. We present the development of the optimal program «Step by step – together to success!», which describes five steps against bullying.

**Keywords:** bullying; aggression; school; educator; step.

## **П'ЯТЬ КРОКІВ ПРОТИ БУЛІНГУ (ДОСВІД УКРАЇНИ): «КРОК ЗА КРОКОМ – РАЗОМ ДО УСПІХУ!»**

**Бурлаєнко Тетяна Іванівна,**

кандидат педагогічних наук, доцент,  
завідувач кафедри економіки, підприємництва та менеджменту  
Навчально-наукового інституту менеджменту та психології  
ДЗВО «Університет менеджменту освіти».  
Київ, Україна.

 <https://orcid.org/0000-0001-5734-4611>  
[tburlaenko@ukr.net](mailto:tburlaenko@ukr.net)


**Дубініна Оксана Володимирівна,**

кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри публічного управління і проєктного менеджменту  
Навчально-наукового інституту менеджменту та психології  
ДЗВО «Університет менеджменту освіти».  
Київ, Україна.

 <https://orcid.org/0000-0002-5405-8502>  
[o\\_dybinina@ukr.net](mailto:o_dybinina@ukr.net)

**Доктор хаб. Пьотр Магер,**

Директор Інституту педагогіки ім  
Католицький університет Івана Павла II у Любліні.  
Люблін, Польща.

 <https://orcid.org/0000-0002-9977-5214>  
[piotr.magier@kul.pl](mailto:piotr.magier@kul.pl)

**Анотація.** Статтю присвячено проявам булінгу в шкільному середовищі як агресивної поведінки, що зазвичай повторюється. Це має на меті завдати шкоди, викликати страх чи тривогу або створити негативне шкільне середовище для іншої людини. Залякування виникає, коли існує реальний або уявний дисбаланс влади. Переживання цього явища у школі свідчить про зростання дискомфорту всіх учасників навчального процесу, але наслідки булінгу виходять далеко за межі школи та шкільного подвір'я. Представляємо розробку оптимальної програми «Крок за кроком – разом до успіху!», яка описує п'ять кроків проти булінгу.

**Ключові слова:** булінг; агресія; школа; вихователь; крок.

### **REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)**

- [1] Bulinh – vazhlyva problema dlia ditei v Ukraini. YuNISEF rozpochynaie



- kampaniiu proty bulinhu. Pedahohichnyi portal: osvitalia presa. [Elektronnyi resurs]. Dostupno: <https://teenergizer.org/2017/09/buling-vazhliva-problema-dlya-ditej-yunisef-pochinaye-kampaniyu-proti-bulingu/> Data zvernennia: Berez. 22, 2023.
- [2] V. Cimino, G. Capozza, Oltre il bullismo. Dal disagio alla cultura della nonviolenza. Bari, Milella, 2008. [Online]. Available: <http://www.pugliaplibre.it/2008/09/oltre-il-bullismo-di-v-cimino-e-g-capozza/> Data zvernennia: Berez. 22, 2023.
- [3] K. Dmitruk-Sierocińska, «Bullying wśród uczniów – charakterystyka zjawiska i jego skutki», Wychowanie na co Dzień, № 6, s. 9–10, 2004.
- [4] K. A. Dodge, J. E. Coie, «Social-information-processing factors in reactive and proactive aggression in children's peer groups», Journal of Personality and Social Psychological Association, № 53, s. 1147, 1987.
- [5] Anna Kuliberda, Bullying w szkole czyli przemoc i agresja wśród dzieci. 2016. [Online]. Available: <https://www.mjakmama24.pl/edukacja/problemy-uczni/bullying-w-szkole-czyli-przemoc-i-agresja-wsrod-dzieci-aa-Fknp-FV3F-9GQi.html> Data zvernennia: Berez. 22, 2023.
- [6] S. Kurtova, «Bulinh u shkoli», Urok.Osvita.UA. [Elektronnyi resurs]. Dostupno: <https://urok.osvita.ua/materials/upbring/42788/> Data zvernennia: Berez. 22, 2023.
- [7] D. Olweus, «Bullying at school: Prevalence estimation, a useful evaluation design, and a new national initiative in Norway», Association for Child Psychology and Psychiatry Occasional Papers, № 23, pp. 5–17, 2004.
- [8] C. Salmivalli, «Bullying as a Group Process: Participant Roles and Their Relations to Social Status Within the Group», Aggressive behavior, № 22, pp. 1–15, 1996.
- [9] M. Roshwald, «Tolerancja, pluralizm, prawda», Folia Philosophica, № 27, p. 19–32, 2009.
- [10] Benjamin J. Kaplan, «Divided by Faith: Religious Conflict and the Practice of Toleration in Early Modern Europe», Renaissance, vol. 61, № 3, p. 942–944, 2007. [Online]. Available: <https://www.jstor.org/stable/10.1353/ren.0.0219>; <https://doi.org/10.1353/ren.0.0219> Data zvernennia: Berez. 22, 2023.

*Стаття надійшла до редакції  
06 квітня 2023 року*