

СХВАЛЕНО

Вченою радою КНЗ КОР
«Київський обласний інститут
післядипломної освіти
педагогічних кадрів»
(протокол від 27 березня 2026 р. № 4)

ЗАТВЕРДЖЕНО

Ректор КНЗ КОР «Київський
обласний інститут післядипломної
освіти педагогічних кадрів»
Віра РОГОВА
Наказ від «27» березня 2026 р. № 96



**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
«СТРАТЕГІЇ І МЕТОДИКИ ПРОТИДІЇ
БУЛІНГУ, КІБЕРБУЛІНГУ, МОБІНГУ»
для педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти,
соціальних педагогів**

Пояснювальна записка

Освітня програма розроблена відповідно до чинного законодавства України та нормативно-правових актів, що регулюють діяльність психологічної служби, захист прав дитини та організацію безпечного освітнього процесу: Законів України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту», «Про дошкільну освіту», «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» від 18.12.2018 № 2657-VIII, «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню)» від 16.11.2022 № 2759-IX, «Про внесення змін до Кодексу України про адміністративні правопорушення щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню)» (ВВР, 2023), «Про внесення змін до деяких законів України щодо запобігання насильству та унеможливлення жорстокого поводження з дітьми» від 06.06.2024 № 3792-IX (набув чинності 06.10.2024), «Про внесення зміни до частини першої статті 16 Закону України «Про організацію трудових відносин в умовах воєнного стану» щодо проведення перевірок з питань вчинення мобінгу (цькування)» (ВВР, 2025), Постановами Кабінету Міністрів України «Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» від 21.08.2019 № 800, «Про затвердження Типової програми унеможливлення насильства та жорстокого поводження з дітьми» від 04.06.2025 № 658; Наказами Міністерства освіти і науки України: «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти» від 28.12.2019 № 1646, «Про утворення міжвідомчої робочої групи щодо організації заходів із запровадження нульової терпимості та протидії насильству і жорстокому поводженню, зокрема булінгу стосовно учасників освітнього процесу, та створення безпечного середовища» від 19.06.2025 № 887.

Сьогодні безпека освітнього середовища - це ключова умова збереження ментального здоров'я учасників навчального процесу. Актуальність програми зумовлена критичними викликами сьогодення: появою нових форм насильства, цифровою агресією, мобінгом у колективах.

Програма забезпечує педагогічних працівників та соціальних педагогів системним інструментарієм для вчасного виявлення деструктивної поведінки, фахового реагування на випадки цькування та проектування безпечного освітнього середовища як базової цінності професійної діяльності

Мета програми: розвиток професійної компетентності педагогічних працівників і соціальних педагогів щодо розбудови безпечного освітнього середовища через формування готовності до ефективного виявлення, превенції та подолання проявів булінгу, кібербулінгу й мобінгу на засадах оновленого законодавства та сучасних психотехнологій медіації.

Основні завдання програми:

- розкрити зміст оновлених нормативно-правових актів та деталізувати алгоритми обов'язкового реагування посадових осіб на випадки насильства;
- опанувати методики виявлення прихованих ознак цькування в учнівських та професійних колективах на ранніх етапах;
- опанувати інструменти ненасильницького спілкування (ННС), фасилітації та медіації для конструктивного вирішення конфліктів;
- відпрацювати практичні алгоритми захисту учасників освітнього процесу від ризиків у цифровому просторі;
- оволодіти методами надання першої психологічної допомоги постраждалим та розробити стратегії соціально-психологічного супроводу ініціаторів агресії.

Загальні очікувані результати охоплюють:

Знання й розуміння:

- диференціювати поняття конфлікту, булінгу (включаючи чотири його види: фізичний, психологічний, економічний, сексуальний) та мобінгу;
- знати нормативний алгоритм діяльності Комісії з розгляду випадків булінгу та порядок реагування згідно з Наказом МОН № 887;

– розуміти психологічні механізми рольової структури насильства (агресор, жертва, спостерігачі) та їхній деструктивний вплив на освітній процес.

Уміння:

– розробляти локальний план (програми) заходів із запобігання насильству;
 – ефективно документувати випадки цькування та професійно взаємодіяти з підрозділами ювенальної превенції та службами у справах дітей;
 – застосовувати інструменти арттерапії та тренінгові методики для згуртування колективу й профілактики конфліктів.

Диспозиції (цінності, ставлення):

– нетерпимість до будь-яких проявів насильства та тверде переконання в неприпустимості замовчування або ігнорування фактів цькування;
 – усвідомлення цінності людської гідності, що виявляється у безумовному прийнятті, емпатії та фаховій підтримці постраждалої сторони;
 – відповідальне ставлення до професійної етики та суворе дотримання принципів конфіденційності при вирішенні конфліктних ситуацій у шкільному та педагогічному середовищі.

Укладач програми	<i>Оксана Полозюк</i> , викладач кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти Комунального навчального закладу Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів» <i>Ніна Трохименко</i> , соціальний педагог Литовсько-українського ліцею № 1 Бородянської селищної ради <i>Євген Шапула</i> , соціальний педагог Крушинської гімназії Глеваської селищної ради		
Найменування програми	Освітня програма підвищення кваліфікації «Стратегії і методики протидії булінгу, кібербулінгу, мобінгу» для педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти, соціальних педагогів		
Мета програми	Розвиток професійної компетентності педагогічних працівників і соціальних педагогів щодо розбудови безпечного освітнього середовища через формування готовності до ефективного виявлення, превенції та подолання проявів булінгу, кібербулінгу й мобінгу на засадах оновленого законодавства та сучасних психотехнологій медіації		
Цільова аудиторія за спеціальністю або за посадою педагогічного працівника	Педагогічні працівники закладів загальної середньої освіти, соціальні педагоги		
Зміст програми	<i>№ з/п</i>	<i>Тема заняття</i>	<i>Год.</i>
	Модуль I.		
	1.1.	Феноменологія насильства в освітньому просторі: диференціація булінгу, конфлікту та дискримінації.	2
	1.2.	Алгоритм реагування: від виявлення до розв'язання	2
	1.3.	Мобінг у педагогічному колективі: правовий захист та стратегії протидії професійному цькуванню.	2
	Модуль II.		
	2.1.	Методологічні основи діагностики булінгу та психологічної роботи з учасниками булінгової взаємодії	2
2.2.	Кібербулінг 2.0: Як протидіяти дїпфейкам, AI-хейту та	2	

		цифровим маніпуляціям в освітньому середовищі	
	2.3.	Забезпечення особистісних кордонів в освітньому середовищі	2
	2.4.	Методи першої психологічної допомоги та алгоритми підтримки постраждалих від цькування	2
	Модуль III		
	3.1.	Тематична дискусія «Стратегії і методики протидії булінгу, кібербулінгу, мобінгу»	1
Обсяг програми	0,5 кредит ЄКТС / 15 год (12 – аудиторні години, 1 год – самостійна робота)		
Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться	Професійні компетентності: А1 Мовно-комунікативна (А1.1, А1.4.К1); А2 Предметно-методична (А2.1, А2.1.32, А2.1.У1, А2.1.К1, А2.1В1, А2.1В2, А2.2, А.2.3, А2.3.В1, А2.4У1, А2.5, А2.4.34, А2.4.У5); А3 Інформаційно-цифрова (А3.1, А3.131., А3.1.У1., А3.1.К.1, А3.1.В1., А3.1.32., А3.1.33, А3.1.34, А3.1.У2, А3.1.У3., А3.1.У4, А3.2.); Б1 Психологічна (Б1.1, Б.1.3, Б1.3.У2.); Б2 Емоційно-етична (Б2.1); Б3 Компетентність педагогічного партнерства (Б3.1); В1 Інклюзивна (В1.1); В2 Здоров'язбережувальна (В2.1); Г1 Прогностична (Г1.1); Г2 Організаційна (Г2.1); Г3 Оцінювально-аналітична (Г3.1) Д1 Здатність до навчання впродовж життя (Д1.1)		
Форма підвищення кваліфікації	Очна, дистанційна		
Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації	Свідоцтво про підвищення кваліфікації		
Забезпечення розміщення освітньої програми на сайті	сайт: https://www.kristti.com.ua/		

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Модуль I.

1.1. Феноменологія насильства в освітньому просторі: диференціація булінгу, конфлікту та дискримінації

Види булінгу (фізичний, психологічний, економічний, сексуальний). Рольова структура: агресор, жертва, спостерігачі. Причини та довготривалі наслідки для ментального здоров'я. Психологічні тригери деструктивної поведінки в умовах воєнного стану

1.2. Алгоритм реагування: від виявлення до розв'язання

Процедура подання та розгляду заяв. Робота Комісії з розгляду випадків булінгу: документування, залучення ювенальної превенції та служб у справах дітей. План заходів із запобігання насильству в закладі освіти: від формального документа до реальних кроків.

1.3. Мобінг у педагогічному колективі: правовий захист та стратегії протидії професійному цькуванню

Законодавче визначення мобінгу (Закон № 2759-IX). Види трудового цькування: вертикальний та горизонтальний мобінг. Відповідальність посадових осіб. Інструменти самопомоги та створення культури «нульової терпимості» в адміністративній взаємодії.

1.4. Методи першої психологічної допомоги та алгоритми підтримки постраждалих від цькування

Протокол першої психологічної допомоги (ППД): «Дивитися — Слухати — Зв'язувати». Психологічні маркери гострого стресу та техніки стабілізації (заземлення, «дихання за квадратом»). Використання ресурсних технік арттерапії (мандалотерапія) та МАК-карт для відновлення внутрішніх опор. Алгоритм розробки індивідуального плану безпеки та стратегії соціально-психологічного супроводу постраждалої особи в освітньому колективі.

Модуль II.

2.1. Методологічні основи діагностики булінгу та психологічної роботи з учасниками булінгової взаємодії

Практичне заняття присвячене проблемі психологічної стабілізації дитини в умовах стресу та ролі педагога у наданні своєчасної й ефективної підтримки. У ході заняття розглядаються причини та прояви стресових станів у дітей, особливості їх емоційного реагування, а також можливі наслідки тривалого стресу для психічного здоров'я дитини. Основна увага зосереджена на формуванні практичних умінь і навичок застосування методів і прийомів педагогічної підтримки, спрямованих на стабілізацію емоційного стану дитини. Учасники опановують базові техніки емоційної регуляції, аналізують педагогічні ситуації та відпрацьовують алгоритми підтримувальної взаємодії з дітьми в умовах стресу.

2.2. Кібербулінг 2.0: Як протидіяти дівфейкам, AI-хейту та цифровим маніпуляціям в освітньому середовищі

З розвитком нейромереж традиційний кібербулінг еволюціонував у «Кібербулінг 2.0». Сьогодні здобувачі освіти та педагогічні працівники стають об'єктами створення дівфейків (фальсифікації образу), голосового клонування та масованих AI-атак. Це створює безпрецедентні виклики для психологічної безпеки освітнього процесу та вимагає від педагога нових компетенцій, що виходять за межі базової медіаграмотності.

2.3. Забезпечення особистісних кордонів в освітньому середовищі

Поняття про особистісні кордони; ознаки порушення кордонів; дієві методи збереження кордонів особистості

Модуль III .

3.1. Тематична дискусія «Стратегії і методики протидії булінгу, кібербулінгу, мобінгу»

Питання для самостійного опрацювання:

1. Диференціальна діагностика деструктивної взаємодії: Порівняльний аналіз маркерів булінгу, міжособистісного конфлікту та дискримінації: критерії тривалості, повторюваності та дисбалансу влади.
2. Правові та психологічні механізми протидії мобінгу: Алгоритм захисту професійної честі та гідності педагога в умовах вертикального та горизонтального цькування в колективі.
3. Кібербезпека та етика в епоху AI: Стратегії формування цифрової резильєнтності учнів перед викликами дівфейків, маніпулятивного контенту та алгоритмічного хейту.
4. Трансформація ролі «спостерігача»: Психологічні інтервенції для зміни групової динаміки в класі та формування культури активного нетерпіння до будь-яких проявів насильства.

Список використаних та рекомендованих джерел

1. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 23.03.2026).
2. Про повну загальну середню освіту : Закон України від 16.01.2020 № 463-IX. – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20> (дата звернення: 23.03.2026).
3. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню) : Закон України від 16.11.2022 № 2759-IX. – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2759-20> (дата звернення: 23.03.2026).
4. Про внесення змін до деяких законів України щодо запобігання насильству та унеможливлення жорстокого поводження з дітьми : Закон України від 06.06.2024 № 3792-IX. – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3792-20> (дата звернення: 23.03.2026).
5. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню): Закон України від 18.12.2018 № 2657-VIII. - URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>
6. Мережеве суспільство: кіберпсихологічний путівник/ М.М. Махній - К.: [Academia.edu](https://www.academia.edu), 2018 - 176 с. - URL: <https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/2025/07/55691924.pdf>
7. Кодекс безпечного освітнього середовища: метод. посіб. /Цюман Т. П., Бойчук Н.І. - К. - 2018. - 56 с. - URL: https://childfund.org.ua/Uploads/Files/books_pdf/KBOS_book.pdf
8. Аптечка самопомоги: Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?». - URL: <https://howareu.com/> (дата звернення: 23.03.2026).
9. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник. / Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. - К.: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. - 132 с. - URL: https://www.unicef.org/ukraine/media/2886/file/Bullying_system.pdf
10. Перша психологічна допомога: посібник для працівників на місцях (ВООЗ) - К.: Університетське видавництво ПУЛЬСАРИ, 2017. - 66 с. URL: <https://ukrainet.eu/wp-content/uploads/2022/03/Psychological-first-aid-guide-for-field-workers-in-Ukrainian.pdf>