

Національний університет «Чернігівський колегіум»
імені Т.Г.Шевченка
Навчально-науковий інститут психології та соціальної роботи
Кафедра загальної, вікової та соціальної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
освітнього ступеня «магістр»
на тему
**БУЛІНГОВІ СТОСУНКИ В УЧНІВСЬКИХ КОЛЕКТИВАХ
ЯК ЧИННИК ЗАГРОЗИ БЕЗПЕЦІ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА**

Виконала:
студентка 61 групи
Марус Оксана Олександрівна

Науковий керівник:
Дроздов Олександр Юрійович
Доктор психологічних наук
Захищено з оцінкою _____
Голова ЕК _____

Чернігів
2024

Студентка

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Рецензент

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри
загальної, вікової та соціальної психології

протокол № _____ від «____» _____ 2024 року.

Студент (ка) допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри

(підпис)

(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

Вступ	3
Розділ 1. Теоретико-методологічний аналіз феноменів булінгу та безпеки освітнього середовища	
1.1. Булінг як соціально-психологічне явище	5
1.2. Поширеність булінгу	16
1.3. Поняття про безпеку освітнього середовища	22
Розділ 2. Емпіричне дослідження булінгових стосунків у дитячих та молодіжних колективах	
2.1. Методика та процедура дослідження	28
2.2. Отримані результати та їхній аналіз	29
2.3. Практичне впровадження результатів	35
Висновки	46
Перелік використаних джерел	48

ВСТУП

Актуальність теми. В сучасному освітньому середовищі та учнівських колективах, проблема булінгу стає все більш актуальною та загострює увагу на зростаючій загрозі безпеці освітнього простору. Булінг, або систематичне психологічне, вербальне чи фізичне насильство відносно одного чи групи учнів, не тільки порушує норми етики та моралі, але й негативно впливає на загальний клімат в учбовому закладі. У цій дипломній роботі досліджується проблема булінгових стосунків в учнівських колективах як чинник, що створює загрозу безпеці освітнього середовища. Сучасне суспільство, яке спрямоване на розвиток та гармонійну соціалізацію особистості, вважає освітнє середовище основним чинником у формуванні цих процесів. Проте існування булінгу в шкільних колективах заважає досягненню цієї гармонії, створюючи небезпеку для фізичного та психічного здоров'я учнів. У цій роботі буде проаналізовано різні аспекти булінгу, його прояви, наслідки для потерпілих та для освітнього процесу в цілому.

Мета: вивчити психологічні особливості прояву булінгових стосунків серед сучасних дітей та молоді України.

Об'єкт: булінгові стосунки.

Предмет: Специфіка прояву різних форм булінгу у дитячих та підліткових соціальних групах.

Робочі гіпотези.

1. Хлопці частіше вдаються до фізичного булінгу, тоді як дівчата більше схильні до вербального чи соціального булінгу (ізоляція, поширення чуток), оскільки існують соціальні стереотипи, які заохочують агресивну фізичну поведінку у хлопців та маніпуляції через емоційну взаємодію у дівчат.

2. У булінгових стосунках старші підлітки виступають у ролі булера, а молодші у ролі жертви, через не рівність сили.

Завдання:

Проведення теоретико-методологічного аналізу феноменів булінгу та безпеки освітнього середовища.

1. Проведення теоретико-методологічного аналізу феноменів булінгу та безпеки освітнього середовища.
2. Підготовка та проведення емпіричного дослідження булінгових стосунків у дитячих та молодіжних колективах.
3. Кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.
4. Розробка практичних рекомендацій для шкільних психологів по роботі з учасниками булінгу, та заходів з профілактики булінгу.

Теоретико-методологічна основа дослідження: включає концепцію шкільного булінгу Д. Ольвеуса та модель дискримінації/упередженості Г. Олпорта

Методи дослідження. У дослідженні було використано комплекс теоретичних, емпіричних (психодіагностичне тестування) та математико-статистичного методу (обчислення середньостатистичних показників).

Структура роботи зумовлена логікою дослідження і складається зі вступу, двох розділів, списку використаних джерел та висновків. У першому розділі наведено результати теоретичного аналізу проблеми булінгу, як соціально-психологічного явища, проаналізовано причини булінгу та його рольову складову, описано поняття про безпеку освітнього середовища. У другому розділі міститься опис процедури емпіричного дослідження, отримані результати, та їхній аналіз. Загальний обсяг роботи становить 50 сторінок.

РОЗДІЛ 1.

Теоретико-методологічний аналіз феноменів булінгу та безпеки освітнього середовища

1.1 Булінг як соціально-психологічне явище

Уперше визначення булінгу в середовищі дітей і підлітків запропонував норвезький психолог Дан Ольвеус у 1991 р., – ситуація, в якій учень неодноразово піддається «негативним діям» з боку одного чи кількох інших учнів. Потім це визначення уточнювалося, і формувались наступні.

Булінг - це навмисна, систематично повторювана поведінка, що ґрунтується на нерівності соціального статусу, влади або фізичної сили [28].

Булінг – 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. Також на сьогоднішній день булінг визначається як форма утиску, дискримінації та цькування, яка виявляється в систематичному жорстокому ставленні (як фізичному, так і психічному) з боку однієї людини чи групи до іншої людини або людей. Булінг також описують як тривале фізичне чи психологічне насильство, яке здійснюється індивідом або групою щодо особи, котра не здатна захистити себе.

В свою чергу мобінг – це систематичні (повторювані) тривалі умисні дії або бездіяльність роботодавця, окремих працівників або групи працівників трудового колективу, які спрямовані на приниження честі та гідності працівника, його ділової репутації, у тому числі з метою набуття, зміни або припинення ним трудових прав та обов'язків [1]. І булінг, і мобінг зазвичай мають регулярний характер, тобто повторюються протягом певного

[Введіть текст]

часу. В обох випадках є конкретна особа або група осіб, які здійснюють дії, і є жертва, яка їх зазнає. Найчастіше відбуваються в соціальних колективах, а їх основним інструментом є психологічний вплив через приниження, образи, ігнорування, ізоляцію або погрози. Тому можна зазначити, що мобінг та булінг фактично одне й теж саме явище. Просто про булінг згадують у контексті контексті дитячих та молодіжних груп, про мобінг – серед груп дорослих осіб.

Насильство серед сучасних дітей спостерігається не лише у фільмах, Інтернеті або засобах масової інформації, але й на їхньому власному досвіді, зокрема в сім'ях та навчальних закладах. Це можуть бути бійки, вимагання грошей, психологічний тиск, словесні образи, бойкот та інші форми насильства, оскільки саме в таких місцях вони проводять більше часу, ніж будь-де поза родиною. В учнівських колективах цькування може проявлятися не лише через зовнішні ознаки, характерні для молодших груп, а й через релігійні, соціально-політичні погляди, життєві принципи та переконання [2]. Іноді учні сприймають булінг як спосіб самоствердження і здобуття авторитету серед однолітків: вони прагнуть стати популярними, мати владу, впливати на інших, привертати увагу або змусити їх боятися і поважати.

Булінг, як соціальне явище, є складним і багатограним процесом, який виникає в результаті взаємодії між людьми і включає кілька основних компонентів. Перш за все, булінг передбачає агресивну і негативну поведінку, мета якої – завдати шкоди іншій людині. Такі дії не є випадковими, вони відбуваються регулярно, що дозволяє агресору підтримувати постійну перевагу над жертвою, створюючи для неї безвихідну ситуацію, в якій вона відчуває себе безпорадною. Це робить її вразливою і змушує переживати тривалий стрес. Однією з важливих ознак булінгу є нерівність влади між учасниками конфлікту. Таким чином, це явище характеризується постійними ситуаціями насильства, де конфлікт розвивається у категоріях «сильний – слабкий». Як правило, жертва не має можливості захистити себе або змінити ситуацію, тому вона опиняється в

[Введіть текст]

положенні, коли її фізичний чи психологічний стан значно погіршується. Іноді жертва може навіть не здогадуватися, що інші варіанти поведінки могли б змінити ситуацію на краще, адже вона опиняється під постійним тиском. Ще однією важливою характеристикою булінгу є його навмисність. Агресор свідомо обирає таку стратегію взаємодії, яка призводить до завдання шкоди іншій людині. Це не є випадковою дією, а скоріше результатом вибору або навіть звички, яка може бути закріплена соціальними або психологічними факторами. Наприклад, агресор може використовувати булінг як спосіб підвищити свою соціальну статусність серед однолітків або відчувати контроль і владу. Враховуючи ці характеристики, булінг стає явищем, що вимагає комплексного підходу до його вивчення і подолання. Необхідно враховувати всі аспекти цього явища, починаючи від соціальних та психологічних факторів, що сприяють його виникненню, і закінчуючи способами втручання в ситуацію. [23]

Це означає, що феномен булінгу має більш-менш окреслені стійкі характеристики та досить визначені компоненти, які утворюють певну систему дій та уможливають повторюваність ситуацій цькування. Крім того, у таких ситуаціях є визначені учасники, взаємодія яких будується саме на прихильності насильницьким діям або протесту проти них. Один з провідних дослідників булінгу – Д. Ольвеус, запропонував таку рольову структуру булінгу [29], до якої увійшли наступні складові:

- 1) учень, який є жертвою булінгу («жертва»);
- 2) учень або учні, які здійснюють насилля, ініціюють та відіграють лідерські ролі у процесі булінгу («булер» або «переслідувач», «агресор»);
- 3) учні, які позитивно ставляться до знущань над іншими і приймають активну участь у цьому, але зазвичай не є ініціаторами та не відіграють головної ролі («наслідувачі», «помічники»);
- 4) учні, які відкрито підтримують булінг, наприклад шляхом сміху чи привертання уваги до ситуації, проте не втручаються в неї («пасивні булери»)

5) учні, яким подобаються знущання, але вони не виявляють цього ззовні («потенційні булери»);

6) учні, які не беруть участі у булінгу, і можуть вважати, що це не їхня справа, тобто виявляють байдуже ставлення до ситуації («спостерігачі»);

7) учні, які негативно ставляться до насилля і вважають, що повинні допомогти жертві, проте нічого не роблять («потенційні захисники»);

8) учні, які виявляють негативне ставлення до явища, вони захищають жертву або намагаються їй допомогти («захисники») [19].

Типовими риси учнів, схильних ставати булерами (за норвезьким психологом Д. Ольвеусом):

- відчують сильну потребу панувати й підпорядковувати собі інших учнів або учениць, переслідуючи власні цілі; імпульсивні; часто зухвалі та агресивні в ставленні до дорослих (передусім батьків і вчителів); не виявляють співчуття до своїх жертв; - зазвичай фізично сильніші за інших.

Типові риси потерпілих (жертви булінгу):

- полохливі, вразливі, замкнуті, соромливі; часто тривожні, невпевнені в собі, мають низьку самооцінку; схильні до депресії; часто не мають жодного близького друга або близьку подругу та успішніше спілкуються з дорослими, ніж із однолітками; можуть бути фізично слабшими за своїх ровесників.

Типові риси спостерігачів:

- відчуття провини; відчуття власного безсилля. Ці риси є водночас і причиною, і наслідком булінгу.

Бачимо, що це явище суто групове, для якого необхідна наявність принаймні декількох ролей, щоб реалізувати насильницькі дії. Також, варто відмітити, що деякі ролі досить невизначені, наприклад «потенційні булери», а отже, ймовірно, вони за певних обставин можуть змінити роль на більш визначену, наприклад, стати булером.

Варто зазначити, що булінг у школі виявляється не лише в діях учнів щодо одне одного, але і в діях вчителів щодо учнів чи навпаки. Вчителі у своїй взаємодії з дітьми можуть проявляти таку поведінку, що приносить їм

[Введіть текст]

психологічний біль і обмежує їх право на гідність особистості. Але виявити таку поведінку, що вказує на булінг, досить складно. Вчитель під час взаємодії з учнями може застосовувати авторитарний стиль управління, який, хоч і може сприйматися дітьми як обмеження їхніх прав, але не є булінгом у значенні цього слова. Іншим проявом булінгу може бути переслідування учнями самого педагога [17,18].

Булінг може проявлятися в різних формах, які включають фізичне, вербальне, соціальне насильство. Кожна з цих форм може мати різний вплив на жертву. Розглянемо основні форми булінгу, які спостерігаються в різних соціальних групах, зокрема серед дітей та підлітків.

Вербальний булінг – словесне знущання або залякування за допомогою образливих слів, яке включає постійні образи, погрози й неповажні коментарі про кого-небудь (про зовнішній вигляд, релігію, етнічну приналежність, інвалідність, особливості стилю одягу).

Фізичний булінг – це форма насильства, що включає умисні поштовхи, удари, стусани, побої, нанесення тілесних ушкоджень або інших фізичних травм. Цей тип булінгу спричиняє не лише фізичну шкоду, а й може викликати страх та тривогу в жертви, посилюючи її безпорадність.

Психологічний булінг – насильство, яке безпосередньо впливає на психічний стан жертви, викликаючи у неї стрес, тривогу та емоційну невпевненість. Це може бути здійснено через переслідування, залякування або ізоляцію жертви від колективу. Психологічний булінг часто є не менш руйнівним, ніж фізичний, оскільки його наслідки можуть бути довготривалими і важкими для подолання [6].

Економічний булінг – крадіжки, пошкодження чи знищення одягу та інших особистих речей жертви, вимагання грошей.

Сексуальний булінг – принизливі погляди, жести, прізвиська та образи сексуального характеру, зйомки у переодягальнях, поширення образливих чуток, сексуальні погрози, жарти.

Кібер-булінг – це відносно нова форма цькування, яка виникла разом з розвитком цифрових технологій. Вона полягає у використанні мобільних телефонів, Інтернету та інших електронних пристроїв для приниження жертви, наприклад, через обзивання, пересилання образливих зображень або фотографій, поширення чуток або загроз у соціальних мережах. Кібер-булінг має особливу небезпеку через свою анонімність та можливість охоплювати велику аудиторію, що значно ускладнює ідентифікацію агресора. [9]. В умовах глобалізації та переходу на онлайн-формати навчання та спілкування в соціальних мережах ця форма булінгу стала ще більш актуальною. Вона потребує особливої уваги з боку освітніх установ, психологічних служб та батьків, оскільки жертви можуть бути атаковані не лише в школі чи університеті, а й в будь-який час через електронні пристрої [3].

Булінг – це складне явище, що під впливом різних чинників призводить до фізичного, психологічного чи соціального утиску. Існує цілий ряд чинників, які сприяють його виникненню, і їх можна умовно об'єднати у кілька груп:

Демографічні чинники булінгу — це фактори, пов'язані з особливостями соціально-демографічного статусу учнів, які можуть впливати на виникнення, прояви та типи булінгу. Ці чинники визначаються такими характеристиками, як вік, стать, етнічна приналежність, і впливають на соціальні взаємодії у школі та поза нею. До прикладу за віковою ознакою у дітей молодшого шкільного віку булінг часто має фізичний характер (наприклад, бійки, штовхання, побиття). У цей період діти ще не завжди розуміють соціальні норми і межі, тому можуть вдаватися до агресії для досягнення власних цілей або через емоційну незрілість. У підлітків булінг може приймати більш складні форми, такі як соціальна ізоляція, психологічний тиск, кібербулінг. Підлітки вже мають певні соціальні навички, але через відчуття конкуренції, прагнення до визнання або емоційні проблеми можуть проявляти агресію до однолітків. [29, 32]

За статтю – зазвичай хлопці більше схильні до фізичного булінгу — бійок, агресивної поведінки, приниження через фізичні дії. Дівчата частіше вдаються до соціального булінгу, включаючи виключення з групи, пліткування, маніпулювання стосунками та соціальною ізоляцією. Це може бути пов'язано з гендерними стереотипами, що визначають роль дівчат як більш емоційних і чутливих до соціальних зв'язків.

За етнічною приналежністю діти, які належать до меншин або етнічних груп, можуть стати жертвами булінгу через етнічну належність, мовні або культурні відмінності. Це може статися як через відкриту ворожнечу, так і через більш тонкі форми дискримінації або маргіналізації. Водночас діти з домінуючих груп можуть бути більш схильні до агресивної поведінки через бажання утвердити свою перевагу або продемонструвати соціальний статус.

Індивідуально-психологічні чинники булінгу — це характеристики особистості, які можуть впливати на те, чи буде особа агресором, жертвою або спостерігачем булінгу. Ці чинники включають психологічні особливості, емоційний стан, соціальні навички, стратегії взаємодії з іншими людьми та особистісні риси, які визначають поведінку учнів у ситуаціях булінгу.

Такими чинниками може бути завищена або низька самооцінка. Діти з низькою самооцінкою часто шукають способи самоствердження і можуть вдаватися до агресивної поведінки, щоб відчувати свою перевагу або покращити своє становище в соціальній групі. Діти з завищеною самооцінкою можуть вважати себе "вищими" за інших і проявляти агресію по відношенню до тих, хто, на їх думку, нижчий за соціальним статусом.

Емоційна незрілість є ще одним із чинників. Діти, які не навчилися адекватно управляти своїми емоціями, можуть проявляти агресію через гнів, розчарування або відчуття безпорадності. Вони можуть вдаватися до булінгу як до способу управління емоціями або вирішення конфліктів.

Невміння вирішувати конфлікти мирним шляхом є ще одним фактором, що сприяє агресії в дітей, оскільки вони можуть вдаватися до насильства, щоб досягти своїх цілей.

Гіперактивність та агресивність. Діти, які мають схильність до гіперактивної або імпульсивної поведінки (наприклад, з синдромом дефіциту уваги та гіперактивності — СДУГ), можуть швидше вдаватися до фізичного або вербального насильства через труднощі з контролюванням своїх імпульсів. Підвищена чутливість до стресу: діти, які часто відчують стрес або тривогу, можуть бути схильні до булінгу як механізму захисту від своїх власних емоційних труднощів. Вони можуть агресивно реагувати на те, що їм здається загрозливим або незручним.

Пережитий емоційний або психологічний тиск. Діти, які пережили травматичні події (наприклад, розлучення батьків, смерть близької людини), можуть стати жертвами булінгу або, навпаки, почати агресувати на інших, щоб справитися зі своїм болем або почуттям безпорадності.

Низький рівень емпатії. Діти, які не здатні співпереживати іншим, можуть ставати агресорами в ситуаціях булінгу, оскільки вони не відчують емоційного болю від своїх вчинків і не розуміють, як їхня поведінка може впливати на жертв. [31]

Мікросоціальні чинники булінгу стосуються безпосереднього соціального оточення, в якому перебуває дитина, таких як сім'я, клас, взаємодія з однолітками, а також найближчі соціальні групи. Ці чинники можуть значною мірою впливати на виникнення булінгу, формуючи як можливості для агресивної поведінки, так і середовище, в якому дитина може стати жертвою.

Сімейний клімат і стиль виховання є важливими чинниками, які можуть впливати на поведінку дитини. Наприклад: батьки, які застосовують жорсткі методи виховання або часто вдаються до покарань, можуть виховувати дітей з агресивною поведінкою. Такі діти можуть адаптувати свої соціальні навички до жорстких або агресивних норм, що може привести до проявів булінгу. У випадку, коли батьки не встановлюють чітких меж і дозволяють дітям діяти без наслідків, це може призвести до того, що дитина почувається безконтрольною і може проявляти агресію по відношенню до однолітків.

[Введіть текст]

Діти, що стають свідками або жертвами насильства в родині, можуть перенести цю агресію в шкільне середовище. Вони можуть копіювати насильницькі моделі поведінки, побачені вдома. Діти, які не отримують достатньо уваги, тепла і підтримки від батьків, можуть стати емоційно вразливими і більше схильними до булінгу або його переживання.

У класі або групі учнів може складатися певна соціальна структура, де один або кілька учнів займають домінуючу позицію, а інші — підкорену. Також значною мірою впливає на рівень булінгу атмосфера в класі, що може бути або дружньою та підтримуючою, або ворожою і конкурентною. У класах, де панує атмосфера ворожнечі, ізоляції або неприязні, булінг стає нормою поведінки. Часто спостерігаються прояви булінгу в класах, де виділяються популярні учні та менш популярні або соціально ізольовані. Агресори можуть вибирати жертв серед тих, хто не має підтримки в групі або не може постояти за себе.

Мезосоціальні чинники булінгу стосуються середніх рівнів соціальних структур, таких як школа в цілому, політика та адміністрація закладу, а також взаємодія між різними групами, організаціями та інститутами в межах цього середовища. Вони є ключовими для розуміння того, як шкільне середовище може сприяти або запобігати булінгу.

Наявність або відсутність чітких правил і політики щодо запобігання булінгу значно впливає на його поширеність. Відсутність такої політики або її слабе застосування може призвести до збільшення випадків булінгу, оскільки учні не будуть відчувати санкцій за свої дії. Школи, де вчителі навчені розпізнавати булінг і мати стратегії для втручання, можуть більш ефективно попереджати та вирішувати конфлікти. Не менш важлива швидка реакція адміністрації на булінг. Шкільна адміністрація, яка вчасно реагує на випадки булінгу і має на меті підтримку постраждалих учнів, створює умови для зменшення насильства.

Загальна атмосфера в школі, відкритість і доброзичливість можуть запобігти булінгу. Якщо школа створює середовище, де сприяють співпраці,

[Введіть текст]

взаємопідтримці та толерантності, учні мають менше шансів вчиняти булінг. Групова динаміка в шкільному середовищі. Взаємодія між різними класами, групами учнів та їх соціальні стосунки впливають на те, чи існують в школі механізми підтримки для учнів, які стають жертвами булінгу.

Важливим чинником є фізичне середовище в школі. Якщо приміщення школи не має відповідних умов для учнів (наприклад, затісні коридори, неохайні туалети, погано освітлені або несанкціоновані місця для зустрічей), це може сприяти створенню неформальних груп або "тіньових місць", де часто відбувається булінг.

Мікросоціальні чинники булінгу — це фактори, які виникають у межах конкретних соціальних груп, і включають вплив на поведінку учнів з боку більш широких соціальних і культурних структур, таких як суспільні норми, культура, медіа та соціальні зв'язки в межах шкільної та позашкільної спільноти.

Культурні цінності, які популяризують індивідуалізм, конкуренцію або агресивну поведінку як форму досягнення успіху, можуть сприяти розвитку булінгу серед дітей. Культура, яка не підтримує толерантність, рівність і взаємоповагу, може призвести до того, що булінг буде нормалізований або навіть підтримуваний. У деяких культурних групах може бути підвищене значення репутації та статусу, що призводить до булінгу як засобу домогтися визнання або поваги серед однолітків. Наприклад, шкільні "вожді" або лідери можуть використовувати булінг як спосіб утримати свою позицію. [29]

Медіа, зокрема фільми, телевізійні програми та відеоігри, можуть демонструвати насильство як частину звичайного повсякденного життя або як спосіб вирішення конфліктів. Це може викликати в дітей сприйняття насильства як прийняттого або навіть бажаного способу досягнення мети. Так само і вплив Інтернету та соціальних медіа може значно сприяти розвитку кібербулінгу, де жертви стають об'єктами агресії через мережу. Тут часто спостерігається анонімність і безкарність, що може сприяти підвищенню рівня насильства. Медіа також можуть поширювати стереотипи,

[Введіть текст]

які сприяють дискримінації або зневазі щодо певних груп людей. Це може призвести до того, що діти починають наслідувати такі стереотипи в реальному житті, включаючи шкільне середовище [4].

Одним із важливих підходів у розумінні механізмів булінгу є теоретична модель, розробником якої був американський психолог Гордон Олпорт, яка отримала назву «Модель дискримінації/упередженості». Ця модель побудована за аналогією з пірамідою потреб А. Маслоу, де кожен нижчий рівень є основою для виникнення більш високого рівня насильства. Піраміда складається з п'яти рівнів, і кожен із них послідовно зумовлює розвиток більш складних форм агресії та насильства:

1. Рівень упередженого ставлення – на цьому етапі з'являються негативні, часто стереотипні уявлення про певні групи людей, що можуть бути обумовлені різними факторами, такими як соціальне середовище, культурні та історичні упередження. Це може проявлятися у вигляді стереотипів щодо раси, статі, релігії, соціального статусу тощо.
2. Дії, базовані на упередженні – на цьому рівні упередження починають перетворюватися на конкретні дії або вчинки, спрямовані проти певної групи осіб. Це можуть бути образи, дискримінація, соціальне відторгнення чи навіть фізичне насильство.
3. Виникнення дискримінації – коли упереджене ставлення стає основою для систематичних актів дискримінації, що проявляються у відмові в рівних можливостях, правах або соціальному статусі для окремих груп людей. Дискримінація може мати різні форми: від трудових прав до освітніх і соціальних обмежень.
4. Рівень жорстокості – цей етап характеризується проявами більш відкритої і жорстокої агресії, що може включати фізичне насильство, систематичне приниження, жорстоке ставлення або цькування. Жорстокість стає інструментом для покарання чи обмеження прав іншої особи.

5. Рівень геноциду – це найвищий рівень піраміди, коли насильство приймає крайню форму, зокрема, масовий фізичний чи психологічний знищення групи людей. Це може проявлятися в організованому насильстві, що має на меті знищити цілі групи населення через етнічне чи релігійне підґрунтя.

Розглянувши структуру, форми та чинники, можна сказати, що булінг в учнівському середовищі – це групове явище, насильницька форма взаємодії, жорстокого ставлення, в якій учасники мають певні ролі та реалізують свої власні тенденції до самоствердження. До того ж, цькування може виникати не тільки між учнями, а й між учнями та вчителями. Як соціально-психологічне явище, булінг має негативний вплив на всіх його учасників, які отримують психологічну травму різного ступеня тяжкості, що призводить до складних наслідків, тому кожен учасник булінгу потребує у подальшому соціально-психологічного супроводу.

1.2. Поширеність булінгу

Згідно з інформацією Дитячого фонду ООН у 2018 році з булінгом у колі однолітків в Україні стикалися близько 67% дітей. Також, за даними останніх опитувань, майже чверть українських школярів та школярок вважають себе жертвами булінгу, а близько 40% з тих дітей, хто зіткнулися з випадками булінгу, ніколи не розповідають про це своїм батькам. Також зазначено, що 44% з тих, хто спостерігав, як знущаються над їхніми однолітками, не реагували на такі факти через страх піддатися аналогічному знущанню [2].

За даними Генпрокуратури та Державної служби статистики України, щорічно в країні близько 2,5 тисячі дітей намагаються вчинити самогубство, і цей показник продовжує зростати. Причому приблизно 40% випадків самогубств серед дітей пов'язані саме з булінгом. Багато дітей переживають

[Введіть текст]

знування, але не завжди звертаються за допомогою, адже не розуміють, що це ненормально, або бояться стати жертвами самі. Більшість дітей, які стають свідками насилля, не лише не допомагають постраждалим, а й підтримують агресорів через страх бути ображеними. Згідно з результатами опитувань, таких дітей є близько 90%. Проте важливо зазначити, що якщо діти в класі висловляться проти булінгу і заявлять, що це не є нормою, це має серйозний вплив на зменшення насильства. Відомо, що в 99% випадків булінг припиняється, якщо більшість дітей намагаються змінити ставлення до такого явища [7].

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), (2021р) близько 17% дівчат і 16% хлопців у віці від 11 до 15 років в Україні піддаються регулярному насильству в школах. Крім того, 16% школярів і 12% школярок самі регулярно ображають інших. Результати опитування, проведеного Інтернет-сайтом KidsPoll, виявили, що 48% опитаних дітей стали жертвами булінгу або мобінгу, з яких 15% дітей зазнавали насильства неодноразово. Згідно з опитуванням, 42% респондентів зазначили, що самі брали участь у булінгу, а 20% дітей постійно були жертвами насильства.

Дослідження, проведене ЮНІСЕФ, також підтвердило ці тривожні тенденції. Згідно з результатами дослідження, 67% дітей в Україні у віці від 11 до 17 років стикалися з булінгом упродовж останніх трьох місяців. При цьому 24% дітей стали жертвами цькування, але лише 52% з них зверталися за допомогою чи повідомляли про це дорослим. Ці цифри є вкрай тривожними, особливо на фоні військового конфлікту в Україні, через який майже 1,6 мільйона осіб, у тому числі близько 220 тисяч дітей, стали внутрішньо переміщеними особами. Діти, які пережили переселення чи перебувають у сім'ях з низьким рівнем доходів, піддаються булінгу вдвічі частіше, ніж інші. Це свідчить про те, що соціально-економічні труднощі можуть погіршити ситуацію і підвищити ризики для психічного здоров'я дітей.

У 2023 році А. Мельниченко та Н. Тілікіною методом онлайн-опитування через платформу «Qualtrics» було проведено загальнонаціональне репрезентативне дослідження «Булінг та толерантність у закладах освіти після 24 лютого 2022 року». Яке проводилось у період листопад 2023 року – січень 2024 року, та охопило 5576 учнів 5-9 класів, віком 10–14 років з усіх регіонів України, крім тимчасово окупованих територій. Метою дослідження було виявити поширеність та види булінгу серед школярів. За результатами було виявлено, що 51,3% опитаних учнів зазначили, що коли-небудь стикалися з булінгом: при чому з них 55,9%, дівчат і 46,2% хлопців. 24,7% учнів стали мішенями булінгу з початку повномасштабного вторгнення. Найчастіше булінг траплявся в Києві (33,7% учнів). Загалом це більш поширене явище для міст, зокрема обласних центрів (34,4%). Найрідше про випадки булінгу повідомляли учні східних (18%) та південних (22%) областей. Серед форм булінгу виокремили такі: заклики товаришувати з певними друзями (25,9%); поширення неправдивих чуток (24,0%); отримування образливих онлайн-повідомлень (21,4%); зверхні та принизливі відгуки про зовнішність (21,8%); жарти або розповіді анекдотів так, щоб було зрозуміло, що це буцімто про мішень булінгу (18,3%). Серед підстав для булінгу були: зовнішність (28,7%). Дівчата частіше, ніж хлопці заявляли про булінг на цій підставі: 35,2% проти 26,9%; через особливості поведінки — надто активна, сором'язлива чи нерішуча, надто несхожа на інших тощо (22,6%); світогляд, відмінний від думки інших (21,5%); уподобання чи хобі (18,7%); мовна ознака: 8,3% для російської мови та 6,9% для української мови [8].

Міжнародні дослідження PISA вимірювали рівень булінгу, використовуючи відповіді з погляду постраждалих. Учням пропонувалося відповісти, як часто вони піддавалися певним діям за останні 12 місяців (ніколи або майже ніколи, кілька разів на рік, кілька разів на місяць, раз на тиждень або частіше) і т.п.. Результати дослідження показали, що в багатьох країнах найпоширенішими формами булінгу є вербальний та фізичний.

У середньому в країнах OECD (організації економічного співробітництва та розвитку) хлопці частіше за дівчат піддаються булінгу всіх форм, окрім навмисного залишання поза справами та поширення неприємних чуток. Серед країн OECD у середньому 9,2% дівчат сказали, що вони стають жертвами неприємних чуток мінімум кілька разів на місяць, у той час як 7,6% хлопців звітували про те ж саме [10].

Серед зарубіжних досліджень теми булінгу, було оприлюднено данні опитування у США. Так у 2021–2022 роках близько 19 % учнів віком 10 –16 років повідомили, що зазнавали знущань під час навчання, що вказувало на зниження кількості булінгу порівняно з 2010–2011 роками (28%). Також варто зазначити, що 22 % учнів, які зазнали знущань, повідомили, що знущання відбувалися онлайн або через текстове повідомлення. Серед найпоширеніших видів булінгу були: висміювання, обзивання або образи 13%, учні стали предметом чуток 12%, фізичний булінг (штовхання, плювання) 5%, загроза заподіяння шкоди 3%, навмисне знищення майна іншим особам 1%. Повідомлення учнів про знущання відрізнялися залежно від характеристик учнів і школи. Зокрема, відсоток учнів, які повідомили, що зазнавали знущань під час навчання, становив більше дівчат ніж хлопців (22% проти 17%). Також США не обійшов стороною булінг за расовою ознакою. Так зазнали цькування учні двох або більше рас 30%, білих учнів 22%, темношкірих учнів 17%, латиноамериканських учнів 16%. За місцем проживання: у сільській місцевості 24%, у великих містах 19%, та приміських школах 17%. [11]

Згідно з дослідженнями Міністерства освіти Франції у 2022 році, приблизно 700 тисяч учнів щороку стають жертвами булінгу у школах. Це становить близько 10% учнів початкових і середніх шкіл. Майже 5% дітей відчувають булінг у формі серйозного систематичного цькування (фізичного, словесного або кібербулінгу). Варто зауважити що у Франції кібербулінг став однією з найшвидше поширюваних форм цькування. Близько 20-30% підлітків стикалися з образами чи приниженнями у соціальних мережах.

[Введіть текст]

Законодавство Франції визначає кібербулінг як злочин, і відповідальність за це може бути досить серйозною. Мобінг також є поширеним явищем у Франції. 15-20% працівників зізнаються, що стали жертвами цькування з боку колег або керівництва. Для зменшення випадків булінгу, у 2021 році нижня палата парламенту Франції підтримала законопроект про кримінальну відповідальність за булінг у школі. Положення закону стосуються як дітей так і дорослих. Таким чином кривдника можуть покарати штрафом і позбавленням волі до 3-х років, а в особливо складних випадках до 10-ти років [27].

Одне з найбільш цитованих досліджень у Великій Британії проводилося у 2018 році, в рамках Національного тижня протидії булінгу. Це дослідження аналізувало досвід дітей у школах. Згідно нього близько 30% учнів шкіл у Великій Британії стикалися з булінгом у тій чи іншій формі. Близько 17% дітей у віці від 10 до 15 років зазнають цькування щотижня. Найпоширенішими формами булінгу є словесні образи (55%), соціальне виключення (32%), фізичне насильство (14%), а також кібербулінг. У 2019 році опубліковано дані про кібербулінг і булінг серед молоді, які ґрунтуються на зверненнях до гарячої лінії. За даними британської організації Childline, кібербулінг швидко набуває масштабів. Приблизно 1 із 5 підлітків зізнається, що ставав жертвою принижень у соціальних мережах або через месенджери. Гарячі лінії допомоги отримують тисячі звернень щороку від дітей, які страждають від кібербулінгу. У Великій Британії близько 23% працівників стверджують, що зазнавали мобінгу на робочому місці. Особливо вразливими є жінки, меншини та працівники з тимчасовими контрактами. Законодавство дозволяє працівникам подавати скарги до Комісії з рівності та прав людини (Equality and Human Rights Commission).

У вересні 2024 року представник Міністерства Освіти (MEN) Польщі повідомив, що близько 40 тис. нових дітей з України приєдналися до польських шкіл. Таким чином в польських школах вчиться приблизно 175-ти тис. дітей-біженців з України. Зазначається що польські школи провели

[Введіть текст]

широку інтеграційну діяльність. Однак багатьом навчальним закладам все ще недостатньо ресурсів для ефективної підтримки дітей, які пережили травму війни, а також для подолання мовних і культурних бар'єрів. Згідно зі звітом CARE International, IRC та Save The Children, хоча багато підлітків почуваються безпечно і комфортно в польських громадах, до 14% з них зазнавали булінгу з боку своїх польських однолітків. Крім того, 19% опікунів повідомили про подібний досвід своїх дітей та підлітків. У сільських районах 48% підлітків зазначають, що вони ніколи не спілкуються з польськими однолітками, що призводить до відчуття ізоляції та потенційного психосоціального стресу. [25]

Авторами дослідження булінгу у Китаї виступили Ліпін Фей, Маосюй Ляо, Янлі Цзоу, та Лей Ке. Так від жовтня 2018 по січень 2019 року за їх анонімною анкетною було опитано 6011 учнів початкової та середньої школи віком від 7 до 14 років. Це дослідження мало на меті дослідити взаємозв'язок між шкільним булінгом і психологічною стійкістю серед учнів шкіл з китайського міста Лучжоу. Тож було проведено бінарний логістичний регресійний аналіз, і виявлено що за останні шість місяців 30% опитаних хоч раз виступали у ролі кривдника, а 69% повідомили що переживали різні види шкільних знущань. Зокрема вербальному булінгу підлягали 41% учнів, фізичному (навмисне штовхання, удари) 44%, висміювання за зовнішній вигляд 18%, примусове заволодівання та знищення чужого майна 17%, погрози онлайн 5%. Але при тому за гендерною ознакою дівчата рідше піддаються булінгу ніж хлопці (23% та 35% відповідно). [26]

Порівнюючи рівень та причини булінгу у данних країнах можна зробити висновок, що в Україні та Китаї рівень булінгу серед школярів найвищий у порівнянні з іншими країнами, причому кожна країна має свої специфічні риси. В Україні, Китаї та Великій Британії більш висока поширеність фізичного і вербального булінгу, тоді як у Європі та США значно частіше зустрічаються онлайн-знущання. Усі дослідження показують, що булінг має різноманітні форми, від фізичного насильства до психологічного тиску та

[Введіть текст]

кібербулінгу. В європейських країнах серед основних причин булінгу вказуються зовнішність і поведінку, тоді як у США особлива увага звертається на расові та етнічні фактори. В усіх країнах спостерігається, що хлопці частіше стають агресорами, а дівчата — жертвами булінгу. В Україні спостерігається збільшення випадків булінгу після початку повномасштабного вторгнення росії, що вказує на негативний вплив стресу та нестабільної ситуації в країні на психічне здоров'я дітей. Франція ввела в своє законодавство штрафи та кримінальну відповідальність за вчинення булінгу. Для зменшення рівня булінгу в школах необхідно встановлювати більш жорсткі правила, що до агресорів, та посилювати заходи щодо профілактики та підтримки жертв булінгу. Розвиток антибулінгових програм в школах, підвищення обізнаності серед учнів, вчителів і батьків, активну боротьбу з кібербулінгом через новітні технології та освітні програми, забезпечення психологічної підтримки для учнів постраждалих від булінгу, та їхніх сімей. Загалом, усі ці дослідження свідчать про необхідність комплексного підходу до боротьби з булінгом і важливість створення безпечного середовища для всіх учнів.

1.3. Поняття про безпеку освітнього середовища

Освітнім середовищем називають шкільне середовище, що розглядається як феномен, як своєрідна культура в історичних векторах її розвитку. Як *«сукупність умов і впливів, які створюють основу для навчання, виховання, розвитку учнів»* трактує освітнє середовище вітчизняна дослідниця О. Савченко [15, С. 493]. Варто відмітити, що основними складниками освітнього середовища є: а) освітній процес; б) освітні структури і підструктури; в) форми та методи організації такого середовища; г) педагогічні технології; д) психологопедагогічний супровід, е) предметно-просторова організація. За сучасних швидкозмінних умов освітнє

[Введіть текст]

середовище школи не існує ізольовано від зовнішніх та внутрішніх впливів, що можуть спричиняти як позитивний результат, так і нести деструктивні загрози, небезпеки й ризики. Для протидії таким чинникам необхідно, щоб освітнє середовище навчального закладу було захищеним, безпечним. Таке середовище сприяє розвитку, навчанню та особистісному зростанню без ризику насильства, дискримінації або загроз для здоров'я.

Існують й інші визначення «безпеки освітнього середовища» через різні підходи до розуміння його сутності. Розглянемо три аспекти цього поняття: психологічний, екологічний та інформаційний.

Дослідники, що вивчають психологічно безпечне освітнє середовище та коло проблем пов'язаних з ним, вважають, що психотравмівні ситуації прямо чи опосередковано впливають на фізичне та психічне здоров'я особистості, зокрема до психотравмівних ситуацій в освітньому процесі належать: 1) конфлікти у ланках «вчитель-учень», «учень-учень», «учень-батьки»; 2) проблема адаптації в освітньому середовищі; 3) атмосфера конкуренції між однолітками; 4) надмірна вимогливість педагогів.

Якщо взяти до уваги екологічний аспект безпеки освітнього середовища, то тут варто звернути увагу на дослідження С. Совгіри, яка під екологічно безпечним освітнім середовищем розуміє *«систему психолого-педагогічних умов, впливів і можливостей, які забезпечують захищеність особистості від негативного впливу екологічних факторів, що визначають оптимальність взаємодії зі світом природи»* [12, С. 3]. Неменш важливим є й інформаційна частина безпеки освітнього середовища, яка, на думку Н. Кириленко, через застосування інформацій – та комунікаційних технологій в освіті здійснює масовий, глобальний вплив на особистість. Серед негативного впливу інформації на сучасне освітнє середовище авторка виокремлює: відсутність належних механізмів контролю якості інформації, доступної через сучасні телекомунікаційні технології, що породжує проникнення в освітній простір великого обсягу недостовірної інформації;

неконтрольоване проникнення інформації сумнівного, агресивного змісту, яка може сприяти виникненню насильства, булінгу, кібербулінгу тощо. [5]

Основними рисами безпечного освітнього середовища є відсутність небезпечних умов для здоров'я (відповідність будівель санітарно-гігієнічним вимогам, наявність першої медичної допомоги, безпечні спортивні зони). Відсутність булінгу, насильства чи залякування. Підтримка позитивної атмосфери, де учні можуть висловлювати свої думки без страху перед осудом або агресією. Способи вирішення конфліктів мирним шляхом, зниження рівня стресу. Рівність можливостей для всіх учнів, підтримка різноманітності, включаючи етнічну, релігійну та культурну. Взаємоповага між учнями, вчителями та батьками. Прозорі правила поведінки та механізми вирішення конфліктів. Правильне використання технологій і відповідальність за цифрову поведінку [22].

На безпеку освітнього середовища впливає в першу чергу якість міжособистісних відносин. Позитивні фактори, такі як довіра, доброзичливість, схвалення та толерантність, сприяють створенню комфортного психологічного клімату. Вони допомагають учням відчувати себе захищеними, підтриманими та прийнятими в колективі. У таких умовах розвивається взаємна повага, співпраця та здатність до емпатії, що є основою для гармонійних стосунків і ефективного навчання.

Водночас негативні фактори, серед яких агресивність, конфліктність, ворожість і маніпулятивність, руйнують атмосферу довіри та створюють небезпеку для психічного здоров'я учнів. Негативна поведінка може не лише перешкоджати навчанню, а й провокувати виникнення конфліктів, насильства або булінгу, що значно ускладнює інтеграцію учнів до колективу та знижує загальну ефективність освітнього процесу.

Захищеність в освітньому середовищі є одним із основних показників його безпеки. Це передбачає оцінку відсутності насильства у всіх його видах та формах, забезпечення фізичної, емоційної та психологічної безпеки для всіх учасників освітнього простору. Захищене середовище гарантує, що

кожна дитина, незалежно від своїх особливостей, почуватиметься комфортно і безпечно.

Особливу увагу слід приділяти категоріям дітей, які найчастіше стають жертвами булінгу. До таких належать діти з фізичними недоліками, особливостями зовнішності або поведінки, низьким інтелектом, труднощами у навчанні, хронічними захворюваннями, а також ті, хто відчуває страх перед школою або має низькі соціальні навички. До цієї групи також входять так звані «домашні діти», які не мають достатнього досвіду взаємодії в колективі. Через свою вразливість такі діти можуть ставати об'єктами цькування, дискримінації чи ізоляції [24].

Булінг має значний негативний вплив на безпеку освітнього середовища, знижуючи його якість і створюючи атмосферу страху, напруженості та недовіри серед учасників навчального процесу. Його наслідки відчутні як на індивідуальному, так і на колективному рівнях. Булінг руйнує відчуття захищеності в учнів, педагогів і навіть батьків. Жертви постійного цькування часто переживають страх, тривогу, депресію, що значно знижує їхню здатність ефективно навчатися та взаємодіяти з оточуючими. У колективі може формуватися атмосфера напруженості, де учасники побоюються стати наступними жертвами. Булінг порушує гармонію та згуртованість у класі чи школі в цілому. Виникає поділ на групи агресорів, жертв і спостерігачів, що підсилює ізоляцію окремих учнів. Це ускладнює створення дружніх і підтримуючих стосунків, які є важливими для здорового освітнього середовища. Жертви булінгу часто втрачають мотивацію до навчання через емоційне виснаження. Їхня здатність до концентрації та самореалізації знижується, що може призводити до погіршення академічних результатів. Крім того, відволікання вчителів на вирішення конфліктних ситуацій уповільнює навчальний процес і знижує загальну продуктивність класу. Також випадки булінгу шкодять іміджу школи в очах учнів, батьків та суспільства. Якщо проблеми не вирішуються

ефективно, це може спричинити зниження довіри до навчального закладу, втрату позитивної репутації та навіть зменшення кількості вступників.

Якщо булінг не розпізнається і не вирішується, він може стати частиною культури освітнього середовища. Діти починають вважати агресивну поведінку нормою, що знижує загальний рівень етичної культури та поглиблює проблему насильства.

Для того, щоб унеможливити насильство та створити безпечне освітнє середовище, важливо забезпечити розуміння кожним учасником навчально-виховного процесу не лише сутності насильства, його форм та проявів, але й усвідомлення ефективних способів мінімізації ризиків та небезпек. Це сприятиме створенню умов як для внутрішньої безпеки кожної особистості, так і для безпеки референтного довкілля, яке включає учнівський, педагогічний та батьківський колективи.

Основою для створення комфортного, безпечного та підтримуючого середовища є принципи безпеки освітнього середовища, які існують для того, щоб забезпечити умови для ефективного навчання, розвитку та соціалізації учнів, а також для запобігання ризикам, які можуть загрожувати їхньому фізичному, психічному та емоційному здоров'ю. Головними принципами безпечного освітнього середовища є:

Принцип домінування життя людини як головної цінності, що визначає модель мінімальної (необхідної) безпеки, максимально усуває ризики, що загрожують життю як дітей, так і дорослих.

Принцип регіональної специфіки передбачає під час організації системи безпеки освітнього середовища школи облік небезпек і можливих надзвичайних ситуацій конкретного регіону (міста, області, району).

Принцип комплексності оцінки небезпек (ризиків), що задає методiku оцінки різних педагогічних (освітніх) ризиків (зовнішніх і внутрішніх) на основі комплексного, системно-синергетичного підходів.

Принцип міні-макса, що визначає досягнення максимального ефекту безпеки при наявності мінімуму ресурсного забезпечення.

[Введіть текст]

Принцип максимальної ефективності управління системою заходів і створених педагогічних умов, спрямованих на забезпечення максимальної безпеки освітнього середовища і школи, як соціального інституту в цілому [21].

Таким чином, безпечне освітнє середовище – це стан освітнього середовища, в якому: наявні безпечні умови навчання та праці, комфортна міжособистісна взаємодія, що сприяє емоційному благополуччю учнів, педагогів і батьків, відсутні будь-які прояви насильства та є достатні ресурси для їх запобігання, а також дотримано прав і норм фізичної, психологічної, інформаційної та соціальної безпеки кожного учасника навчально-виховного процесу.

РОЗДІЛ 2.

Емпіричне дослідження булінгових стосунків у дитячих та молодіжних колективах

2.1. Методика та процедура дослідження

Для визначення рівня булінгу в учнівському середовищі було проведено емпіричне дослідження, а саме тестування за «Шкалою віктимізації однолітків» І. Фурманова (скорочений варіант) так як цей метод найкраще підходить для якісного і кількісного аналізу проявів булінгу серед школярів. Методика містить 2 набори по 16 завдань, відповідями на які були числові значення що характеризували частоту прояву таких типів булінгу як вербальний, фізичний, соціальна маніпуляція та напад на власність. впродовж останніх 6-ти місяців. Принцип відповідей був наступним: 0 – «ніколи», 1 – «одного разу», 2 – «неодноразово». Перший набір тестування мав завдання що уточнювали, чи учень піддавався булінгу, тобто був його жертвою за останні пів року. Другий набір – чи виступав учень в ролі булера за останні пів року. Данне тестування мало 4 шкали спрямовані на моніторинг частоти випадків вербального, фізичного булінгу, соціальної маніпуляції та нападу на власність. Тестування було створено у вигляді Google Форми у серпні 2024 року, так як вона має значні переваги перед письмовою анкетною.

Респондентами данного тестування були діти з туристично-оздоровчого табору «Іллара» міста Іршава на Закарпатті. Дослідження мало анонімний характер для підвищення рівня відвертості респондентів. Термін тестування склав 2 місяці (вересень 2024 – жовтень 2024). За цей період в тестуванні прийняло участь 82-є дітей віком від 10 до 14 років, з них 38 хлопців, та 44 дівчини. Переважна більшість опитаних з міста Київ. У вибірку було включено дві вікові групи дітей 10-12 років (40 осіб), та 13-14 років (42 особи), що приблизно відповідає часу перехідного віку, а саме молодшому та старшому підлітковому періодам. Молодший підлітковий вік -

[Введіть текст]

це період, що охоплює важливі етапи фізичного, психологічного і соціального розвитку дитини. Це період переходу від дитинства до підлітковості, коли організм і психіка зазнають значних змін. Молодший підлітковий вік характеризується початком статевого дозрівання, активним розвитком емоційної та соціальної сфери, а також виникненням нових потреб і інтересів. Це час, коли дитина вже не є дитиною, але ще не повністю стала підлітком, тому цей період часто супроводжується відчуттям незадоволення і змішаними емоціями. Старший підлітковий вік – це період, який характеризується як інтенсивними фізіологічними, так і психологічними та соціальними змінами. Цей етап вважається найскладнішим і найдинамічнішим у розвитку підлітка, коли відбувається активний процес формування особистості, інтелектуального і морального становлення, а також розвиток соціальних зв'язків. Підлітки в цей період переживають ряд внутрішніх і зовнішніх трансформацій, що робить їх досить вразливими, але одночасно й готовими до нових життєвих досягнень [23].

Після того як Google Форма була закрита, усі данні були переведені у Google Таблицю, за допомогою якої в подальшому виконувались математичні розрахунки, а саме розрахунок середніх значень за віковою групою та статтю.

2.2. Отримані результати та їхній аналіз

Аналіз отриманих результатів дозволив окреслити ряд особливостей прояву булінгових стосунків у різних вікових групах школярів (див. табл. 1-2)

Таблиця 1.

*Результати «Шкали віктимізації однолітків»
(форма Жертва) у вікових групах (середні значення)*

Тип булінгу	10-12 років		13-14 років	
	Хлопці	Дівчата	Хлопці	Дівчата
Вербальний	2,6	2,1	1,4	1,5
Соціальна маніпуляція	1,1	1,5	1,2	1,0
Фізичний	1,6	2,1	0,6	0,6
Напад на власність	1,9	1,7	0,8	0,6

Розглянемо таб.1, вікову категорію 10-12 років. Серед молодших підлітків відслідковується, що найчастіше вони стають жертвами вербального булінгу, причому частіше хлопці ніж дівчата. Це може бути пов'язано із недостатньою увагою до емоційного благополуччя хлопців. У суспільстві часто менше уваги приділяється емоційному здоров'ю хлопців порівняно з дівчатами, і як наслідок, вони можуть не отримувати такої підтримки та допомоги у випадку булінгу. Серед дівчат поширеними є вербальний та фізичний булінг. У дівчат часто виникає більший тиск відповідати певним стандартам зовнішності чи поведінки, що може призвести до того, що вони будуть більше піддаватися приниженням або насильству. Також існує уявлення, що дівчата є фізично слабшими і менш здатними до самозахиту, що може зробити їх більш вразливими для фізичних нападів. Проекція насилля у сім'ї також може накладати відбиток на дітей, якщо це вважається нормою поведінки у родині то, і зі сторони однолітків сприймається як належне. В свою чергу фізичний булінг серед хлопців є відносно поширеним, проте значно частіше у них спостерігається напад на власність. Причиною може бути те, що у багатьох культурах існують стереотипи які наголошують, що хлопці мають бути сильними та стійкими, і як результат фізичний булінг менш помітний або менш поширений, оскільки хлопці не хочуть зізнаватися що стали його жертвами, щоб не виглядати [Введіть текст]

слабкими. У підлітковому віці особливо часто велике значення надається матеріальним речам. Напад на власність, наприклад, крадіжки або понівичення речей чи предметів, може бути способом вираження конкуренції, заздрості чи бажання знизити соціальний статус жертви. Напад на власність серед дівчат зустрічається рідше ніж у хлопців, але все одно присутній, адже агресори можуть вважати, що знищення речей – це менш серйозний вчинок ніж наприклад фізичне насильство, хоча це також може завдати психологічної шкоди. Соціальна маніпуляція займає останні місця по кількості проявів, у порівнянні з попередніми типами булінгу, але зустрічається частіше серед дівчат ніж серед хлопців. Маніпулятори намагаються керувати поведінкою інших для досягнення своїх цілей, будь то у класі, в компанії чи родині. Особи, які не можуть ефективно управляти своїми емоціями, можуть використовувати маніпуляцію як спосіб досягти емоційного комфорту або впливати на почуття інших людей. Це може включати такі стратегії, як шантаж емоціями, звинувачення у провині чи використання страху або жалю. Розглянувши таблицю 1, вікову категорію 12-14 років, можна сказати наступне: вербальний тип булінгу є переважно поширеним серед старших підлітків, причому у дівчат трохи частіше ніж у хлопців. Відносно поширеною є соціальна маніпуляція і хлопці піддаються їй частіше ніж дівчата. Фізичний булінг та напад на власність також присутні у підлітків цього віку але його рівень є відносно попередніх не значним, але при цьому хлопці частіше стають жертвами нападу на власність.

Виходячи з даних таб. 1 можна прийти до висновку, що в обох вікових групах найбільш вираженими є симптоми віктимності від вербальної форми булінгу. Це може бути пов'язано з тим, що в багатьох культурах, у тому числі й в нашій, вербальна агресія іноді сприймається як "нормальна" форма взаємодії між людьми. Такий тип спілкування часто можна зустріти в повсякденному житті, в компанії друзів, в школі, в сім'ях, що створює певну толерантність до агресії через слова. Також серед причин може бути легкість у реалізації у порівнянні з іншими типами булінгу, адже вербальна агресія не

[Введіть текст]

потребує фізичної або розумової залученості. На відміну від фізичних форм булінгу, які часто залишають сліди на тілі, вербальні напади не мають зовнішніх проявів, що ускладнює їх виявлення і може призвести до недооцінки серйозності таких проявів агресії. Фізичний булінг зустрічається в рази частіше у молодших ніж у старших підлітків. Для молодших підлітків важливо заявити про себе у колективі. Вони часто шукають способи демонструвати свою силу або здатність контролювати інших, і фізичний булінг стає для них способом досягти цього. Вони можуть вважати, що таким чином зміцнюють свою позицію в групі, отримують визнання або навіть захищаються від інших. Старші підлітки зазвичай мають вищий рівень емоційної зрілості та здатності усвідомлювати наслідки своїх дій. Вони можуть розуміти, що фізичний булінг може призвести до серйозних наслідків для їхнього статусу в групі, їхньої репутації, а також до юридичних або шкільних санкцій. Молодші підлітки можуть не завжди усвідомлювати всі наслідки агресії. Напад на власність в рази частіше зустрічається у дітей 10-12 років ніж 13-14 років. Рівень соціальної маніпуляції є відносно поширеним в обох групах, хоча дівчата молодшої групи частіше стикаються з цим типом булінгу. Бажання отримати або зберегти контроль над іншими людьми є однією з основних причин маніпуляції. Також варто зазначити, що зі збільшенням віку кількість віктимності всіх типів знижується, що може свідчити про те, що підлітки цього віку зазвичай стають більш емоційно зрілими та здатними до самоконтролю. Вони краще розуміють наслідки своїх вчинків і більш схильні до розвитку соціальних навичок, таких як співчуття, взаємоповага та конструктивне вирішення конфліктів.

Таблиця 2.

*Результати «Шкали віктимізації однолітків»
(форма Агресор) у вікових групах (середні значення)*

Тип булінгу	10-12 років		13-14 років	
	Хлопці	Дівчата	Хлопці	Дівчата
Вербальний	1,1	1,1	1,6	1
Соціальна маніпуляція	0,4	1,1	0,8	0,5
Фізичний	0,7	0,3	1,2	0,1
Напад на власність	0,4	0,3	1,3	0,3

Розглянемо таблицю 2, вікову групу 10-12 років. Вартото відмітити, що найчастіше респонденти цього віку виступали у ролі агресора, застосовуючи вербальний тип булінгу, причому і дівчата і хлопці однаковою мірою. Також результати показують, що хлопці часто проявляють прямі форми агресії, включаючи фізичні напади. У той час як дівчата схильні до більш непрямих форм агресії, таких як соціальна маніпуляція, що менш очевидно і менш схильне до фізичних актів насильства, тому показник прояву агресії, через такі типи булінгу є відносно поширеним. Результати тестування демонструють, що напад на власність, у респондентів обох статей, має значно менший показник який загалом є незначним.

Розглянувши вікову групу 13-14 років, було відмічено що хлопці застосовували агресію усіх типів частіше ніж дівчата, причому найчастіше це був вербальний булінг, трохи рідше фізичний та напад на власність. Соціальна маніпуляція мала дещо менший показник, у порівнянні з попередніми. Серед дівчат прояви булінгу спостерігаються рідше ніж у хлопців, причому показник вербального булінгу є відносно не поширеними, іноді проявляється соціальна маніпуляція, а напад на власність та фізичний булінг взагалі майже не застосовуються.

Порівнюючи обидві вікові групи можна підкреслити, що частіше у ролі агресора виступають хлопці вікової групи 13-14 років, хоча молодші підлітки

[Введіть текст]

також досить часто застосовують вербальний булінг, та соціальну маніпуляцію. Старші підлітки – дівчата, досить рідко застосовують соціальну маніпуляцію та напад на власність, і майже ніколи фізичний булінг. Це може бути пов'язано з тим, що у старшому підлітковому віці зростає бажання підлітків утвердитися в соціальній ієрархії групи. Підлітки цього віку часто прагнуть здобути вплив та домінувати над іншими, що може проявлятися через агресивну поведінку. Це може бути способом утвердити свою "перевагу" або "авторитет" серед однолітків, особливо в ситуаціях, де підлітки намагаються розподілити ролі в групі. Старші підлітки мають більше фізичної сили та соціальних ресурсів (знання, досвід, контакти), що дозволяє їм застосовувати агресивну поведінку більш ефективно. Вони можуть бути впевненіші в собі, володіти кращими комунікативними навичками та розуміти, як маніпулювати іншими для досягнення своїх цілей. Це може дозволити їм займати домінуючу позицію в групі або набути визнання через агресивні вчинки, такі як вербальні напади, приниження або навіть фізичні прояви насильства. В свою чергу молодші підлітки зазвичай ще не мають достатньо розвинених соціальних і комунікативних навичок, щоб ефективно захищати себе в конфліктних ситуаціях. Їхнє розуміння соціальних норм і правил ще не є стабільним, і вони можуть не знати, як належним чином реагувати на агресію або як відстоювати свої кордони. Це робить їх більш вразливими до булінгу, оскільки вони не завжди можуть правильно реагувати на агресивну поведінку.

Висунена гіпотеза про те, що хлопці частіше вдаються до фізичного булінгу, тоді як дівчата більше схильні до вербального чи соціального булінгу не підтверджується. Хлопці частіше вдаються не лише до фізичного булінгу, але й до вербального та нападу на власність. І лише дівчата вікової групи 10-12 років, на рівні з хлопцями застосовували вербальний булінг та частіше соціальну маніпуляцію.

Друга гіпотеза (у булінгових стосунках старші підлітки виступають у ролі булера, а молодші у ролі жертви, через нерівність сили) не

[Введіть текст]

підтверджується. Обидві вікові категорії виступали у ролі і буллерів і жертв булінгу.

2.3. Практичне впровадження результатів

Шкільний психолог відіграє ключову роль у профілактиці, виявленні та вирішенні проблем булінгу. Його завдання охоплюють усі етапи роботи з учасниками булінгу: жертвами, буллерами та свідками, а також педагогами й батьками. Його робота спрямована на формування здорового, гармонійного середовища в школі, де кожна дитина почуватиметься захищеною. Враховуючи результати дослідження молодші підлітки частіше стають жертвами усіх типів булінгу тому, практичні рекомендації що до роботи з кожним типом будуть мати свою специфіку.

Загалом на початку роботи з дитиною що постраждала від булінгу психологу необхідно встановити з нею довірливі відносини. Підлітки можуть бути замкненими через страх осуду або недовіру, тому з ними слід спілкуватися м'яко, використовуючи спокійний тон голосу, без примусу, показуючи щире зацікавлення у їхніх переживаннях. Дитина має відчувати, що її почуття важливі й приймаються без засудження. При цьому можна використовувати запитання типу: «Як ти себе відчуваєш?», «Що тобі хотілося б змінити в ситуації?». Необхідно дозволити дитині висловитися, не перебиваючи, а підтвердити її почуття можна фразами на кшталт: «Я розумію, чому тобі було так боляче», «Це могло сильно засмутити тебе». Наступним етапом є аналіз ситуації, можна допомогти підлітку описати конкретні епізоди булінгу. Хто був залучений (агресор, свідки)? Як часто це відбувається? Який характер булінгу (фізичний, вербальний, соціальний чи інший)?

Якщо дитина стала жертвою вербального булінгу, то потрібно її навчити самозахисту через слова, та пояснити як правильно реагувати на

[Введіть текст]

образи. Серед таких порад може бути: ігнорувати образи, якщо це можливо, не демонструючи емоційної реакції, яка може задовольнити булера. Відповідати спокійно, наприклад: «Твоя думка не змінить того, хто я є». Використовувати гумор, якщо дитина впевнено почувається.

Якщо дитина стала жертвою фізичного булінгу, то на сам перед варто переконатися, що вона не має серйозних фізичних травм. Якщо такі є, слід звернутися до медичних фахівців. Також в таких випадках часто можна помітити ознаки психологічної травми: замкнутість, тривожність, страх. Стратегією самозахисту для постраждалих від фізичного булінгу може бути: Уникання конфліктних місць (наприклад, без нагляду дорослих). Залишатися у групі друзів, оскільки булери рідше нападають на дітей, які не самотні, якщо таких немає то варто допомогти дитині знайти друзів у класі або поза школою, які можуть стати її підтримкою. Обговорити, як реагувати на булінг, а саме уникати агресивних відповідей, які можуть спровокувати ескалацію конфлікту. Впевнено повідомляти булеру: «Зупинись!» або «Мені це не подобається». Звертатися за допомогою до дорослих одразу після інциденту.

Діти, які стали жертвами нападу на власність, можуть відчувати страх, розчарування або злість. Тому їм можна провести вправи для емоційної стабілізації, наприклад: малювання своїх емоцій, дихальні техніки для зняття напруги, розмови про те, як важливо ділитися своїми почуттями з довіреною особою. Напад на власність може вплинути на почуття безпеки та самоцінності дитини, тому психологу необхідно підкреслити її сильні сторони, залучити до активностей, які відновлюють впевненість у собі. Якщо це можливо, сприяти поверненню чи компенсації втрачених речей. Обговорити із дитиною кроки, які можуть бути зроблені для вирішення ситуації (звернення до адміністрації школи, бесіда з батьками винуватців). Пояснити дитині, як діяти у подібних ситуаціях у майбутньому, та провести бесіду про безпеку у школі та поза нею. Якщо напад на власність є частиною загальної проблеми в класі, варто організувати заняття з формування

[Введіть текст]

взаємоповаги серед учнів. Залучивши педагогів до обговорення важливості створення безпечного середовища.

Булінг негативно впливає на впевненість у собі, тому психолог може організувати індивідуальні або групові заходи для підлітків, що допоможуть їм побачити свої сильні сторони. Це можуть бути активності, де вони демонструють свої таланти або здібності, чи написання списку успіхів або якостей, які вони в собі цінують. Дітям у підлітковому віці важливо відчувати себе частиною групи. Тому варто їм допомогти навчитися налагоджувати стосунки з однолітками через участь у спільних проєктах, рольові ігри, які моделюють різні соціальні ситуації.

При роботі з жертвою булінгу, варто навчити дитину технік управління емоціями, таких як глибоке дихання чи відволікання уваги, щоб знизити стрес від образ. Також можна використовувати творчі методи, такі як малювання чи письмові вправи, щоб допомогти виразити свої почуття та переживання.

Необхідно обговорити з дитиною, як звертатися до дорослих, якщо ситуація виходить з-під контролю. Дати чітке розуміння, що звертатися за допомогою – це нормально. Важливу роль відіграє залученість батьків, тому з ними треба обговорити, як вони можуть підтримати дитину вдома. Порадити їм уникати критики чи порівнянь, замість цього акцентуючи увагу на підтримці й любові. Регулярно перевіряти стан дитини та динаміку її взаємовідносин у класі. Створити механізм зворотного зв'язку, щоб дитина могла повідомляти про повторні випадки булінгу. Дотримання цих рекомендацій допоможе дитині не лише впоратися з наслідками булінгу, але й поступово розвинути впевненість у собі та сформувати здорові стосунки з однолітками.

За результатами таблиці 2 стало відомо, що частіше у ролі буллера виступають хлопці вікової групи 13-14 років, хоча молодші підлітки також досить часто застосовують вербальний булінг, та соціальну маніпуляцію.

У роботі з буллерами шкільний психолог повинен застосовувати індивідуальний і системний підхід. Основна мета якого не тільки припинити агресивну поведінку, а й допомогти підлітку змінити свою поведінкову модель. Тому психолог має залишатися нейтральним, не засуджувати та не ярликувати булера як "поганого". Замість цього пояснити, що поведінка, а не особистість, є проблемою. Створити атмосферу довіри, щоб підліток міг відкрито говорити про свої переживання та мотиви. Визначити, чи є поведінка булера наслідком низької самооцінки, проблем у сім'ї, бажання домінувати чи наслідування агресивних моделей поведінки. Використати бесіди та діагностичні методики для виявлення кореневих причин агресії, такі як: методика Басса-Даркі (оцінка агресивності), що досліджує рівень агресії та її різні форми (фізична, вербальна, непряма агресія, почуття провини). Методика "Схильність до конфліктної поведінки" К. Томаса, виявляє стиль поведінки у конфліктних ситуаціях (домінування, компроміс, уникання).

Проективні методики: тест "Неіснуюча тварина". Підліток малює вигадану тварину. Аналізуються особливості малюнка (розмір, форма, лінії), що дозволяє виявити рівень тривожності, агресії чи внутрішньої напруги. Тест "Малюнок сім'ї". Малюнок сім'ї дозволяє оцінити сімейні взаємини, що можуть бути джерелом агресії (конфлікти, домінування, відчуження). Тематичний апперцептивний тест. Підліток складає історії на основі запропонованих картинок. Це допомагає виявити приховані емоції, конфлікти та причини агресивної поведінки. Психолог може проводити вправи, що допомагають підлітку усвідомити, як його дії впливають на інших. Наприклад, уявити себе на місці жертви або переглянути тематичні відео. Організувати групові дискусії, де булер зможе почути реальні історії тих, хто страждав від булінгу. Пакож важливо навчити булера розпізнавати свої емоції та контролювати їх у конфліктних ситуаціях. Використовувати техніки глибокого дихання, тайм-ауту чи релаксації. Залучати його до тренінгів із самоконтролю та асертивної поведінки. Якщо булер діє в

[Введіть текст]

компанії однолітків, то варто працювати з усією групою. Показати їм, що агресивна поведінка не сприяє зміцненню дружби чи поваги. Залучати булера до позитивних колективних проєктів, які допоможуть перенаправити його енергію у конструктивне русло. Допомогти підлітку усвідомити наслідки своїх дій та відповідальність за них. Обговорити як його поведінка впливає на жертв, клас і навіть на нього самого. Спонукаати до позитивних дій, таких як вибачення перед жертвами чи участь у заходах із боротьби з булінгом. Також психолог може допомогти учню знайти альтернативні способи самоствердження (спорт, творчість, волонтерство). Не менш важливо є проведення консультації з батьками булера, пояснити їм природу його поведінки та її наслідки. Запропонувати стратегії для створення сприятливого середовища вдома, яке сприятиме зміцненню позитивних рис дитини. Варто стежити за динамікою поведінки булера. Організовувати регулярні зустрічі для обговорення прогресу та вирішення можливих труднощів. Співпрацювати з педагогами та класним керівником, щоб забезпечити системний підхід до корекції поведінки. Робота з булерами вимагає терпіння, системного підходу та постійного аналізу результатів. Основний акцент має бути на формуванні нових, конструктивних моделей поведінки та зниженні рівня агресії.

Щоб прояви булінгу траплялися якомога рідше і не переростали в системне явище, в освітньому закладі потрібно створювати відповідне сприятливе середовище не тільки для боротьби з такою проблемою як булінг, а й для запобігання проявів відповідної поведінки. Значну роль у цих заходах має відводитись соціально-психологічній профілактиці булінгу в освітньому середовищі, де системність та злагодженість є запорукою ефективної роботи.

Визначають такі основні види соціально-психологічної профілактики булінгу в учнівському середовищі як: первинна, вторинна та третинна. [14]

Первинна соціально-психологічна профілактика насильства в освітньому середовищі спрямована на формування активного стилю життя, який забезпечує реалізацію прав та задоволення потреб особистості, а також

[Введіть текст]

категоричну відмову від насильства. Головна мета такої роботи полягає у створенні середовища, яке сприяє усвідомленню учасниками навчального процесу неприйнятності будь-яких форм насильства [20].

Практична профілактична діяльність повинна стати частиною планів шкільного психолога, соціального педагога та виховної роботи закладу освіти. Вона може включати тематичні класні години, години психолога та інші інтерактивні заходи, спрямовані на запобігання негативним явищам серед учнів.

Інформаційна робота та освіта є основними елементами протидії булінгу. Їхня мета — підвищити рівень обізнаності серед учнів, вчителів та батьків щодо цієї проблеми, розкрити її негативні наслідки та сформувати відповідальність у кожного учасника навчального процесу. Одним із ключових способів інформаційної роботи є проведення лекцій, семінарів і тренінгів, які роз'яснюють сутність булінгу, його прояви та шляхи ефективної протидії.

Тематичні уроки та презентації на теми етики та взаємовідносин можуть стати важливим інструментом. Вони сприяють вивченню правил поведінки, усвідомленню цінності доброзичливих стосунків і підвищують готовність учнів до належного реагування на прояви булінгу. Також корисними є інформаційні матеріали — плакати, афіші, публікації на шкільних сайтах чи дошках оголошень. Вони надають рекомендації, як реагувати на булінг, та пропонують контакти для отримання допомоги у складних ситуаціях.

Окрему увагу слід приділити впровадженню програм взаємодопомоги серед учнів. Наприклад, програми "друзі на шкільному подвір'ї" або менторства між старшими і молодшими учнями. Учасники таких програм надають моральну підтримку, допомагають долати труднощі й створюють атмосферу довіри та безпеки. Це сприяє зменшенню рівня насильства та покращенню міжособистісних стосунків у школі [16].

Одним із важливих аспектів є робота із суспільними стереотипами, які формують упередження та негативні ставлення до окремих індивідів або

[Введіть текст]

груп. Це включає в себе як глобальні культурні стереотипи, так і більш індивідуальні уявлення, що виникають у процесі соціалізації. Стереотипи є основою, на якій пізніше можуть зароджуватися ненависть та агресія по відношенню до інших людей. Тому особливу увагу необхідно приділяти роботі з особистісними факторами, а саме — з вихованням толерантності, взаємної поваги та розуміння різноманіття. По-друге, важливо враховувати, що саме в сім'ї відбувається формування першочергових упереджень, ставлень та реакцій, які потім закріплюються і втілюються в поведінці дітей у навчальному закладі. У процесі виховання у родині формуються основи поведінки, а також способи реагування на конфлікти, образи чи інші соціальні ситуації. Якщо в родинному середовищі присутні елементи насильства, агресії або дискримінації, це може стати основою для виникнення подібної поведінки у школі. Тому дуже важливо, щоб педагоги та батьки працювали спільно над створенням здорового емоційного клімату в родині і школі. Також педагогам важливо працювати над власними емоціями, контролювати свої висловлювання та реакції, оскільки вони є першими моделями поведінки для учнів. Виховний процес у школі повинен включати не лише передачу знань, а й формування етичних принципів, розуміння важливості взаємоповаги, чуйності та емпатії до оточуючих. Так само важливо стежити за власними вчинками та реакціями, адже навіть несвідомі висловлювання чи погляди можуть спровокувати булінг або сприяти його поширенню.

Для запобігання булінгу потрібно розвивати культуру взаєморозуміння та співпраці як серед учнів, так і серед педагогічного колективу, а також між школою і родинами учнів. [8].

Загалом ефективна профілактика булінгу включає системну інформаційну роботу, залучення всіх учасників освітнього процесу та створення середовища підтримки й довіри. Це дозволяє не лише знизити кількість випадків насильства, а й створити сприятливу атмосферу для навчання та розвитку кожного учня.

[Введіть текст]

Вторинна соціально-психологічна профілактика булінгу має груповий характер і спрямована на створення умов для зміни ризикованої, мало адаптивної поведінки учнів на конструктивну, адаптивну. Головною метою цієї профілактики є трансформація ставлення особистості до себе та оточуючих, а також навчання практичним навичкам, які допомагають запобігати ситуаціям насильства та ефективно реагувати на них. Цей процес може включати розробку та реалізацію спеціалізованих тренінгів для учнівської молоді, що охоплюють проблематику насильства та його наслідків.

Групові заняття з психологічної підтримки відіграють ключову роль у цьому процесі. Вони створюють безпечний простір, де учні можуть поділитися власним досвідом, висловити емоції, отримати розуміння та підтримку від однолітків. Така форма взаємодії допомагає знизити відчуття ізольованості, сприяє формуванню позитивного досвіду групової співпраці та зміцнює почуття належності до шкільної спільноти. Крім того, під час обговорень у групі вдається зруйнувати стереотипи щодо насильства та сформувати нові підходи до вирішення конфліктів.

Важливим аспектом профілактичної роботи є проведення тренінгів із розвитку соціальних навичок, таких як ефективне спілкування, вирішення конфліктів та співчуття. Ці тренінги допомагають учням навчитися виражати свої емоції у конструктивний спосіб, будувати здорові взаємини з однолітками та дорослими, а також підвищувати власну самооцінку. Особлива увага під час таких заходів приділяється розвитку навичок асертивної поведінки, яка дозволяє захищати власні межі, не порушуючи прав інших людей.

У рамках вторинної профілактики також доцільно організовувати рольові ігри та моделювання ситуацій, які можуть спричинити конфлікти або булінг. Такі активності дозволяють учням у безпечному середовищі відпрацювати адекватні реакції на різні виклики, навчитися вирішувати проблеми без агресії та уникати ескалації конфліктів. Зокрема, важливо

[Введіть текст]

навчати дітей визначати ранні ознаки потенційно небезпечних ситуацій, правильно реагувати на провокації та звертатися за допомогою до відповідальних дорослих.

Ще одним ефективним інструментом є тренінги з підвищення рівня емпатії, які допомагають учням краще розуміти почуття та потреби інших людей. Учасники вчаться виявляти підтримку своїм одноліткам, що сприяє формуванню дружнього, безпечного середовища в класі. Паралельно із цим необхідно працювати над зміцненням довіри між учнями та педагогами, щоб діти не боялися повідомляти про випадки булінгу або звертатися за допомогою.

Третинна соціально-психологічна профілактика насильства має на меті інтеграцію осіб, які зазнали насильства, у соціальне середовище. Цей рівень профілактики зосереджується на виявленні та аналізі причин і особливостей поведінки молодих людей, які сприяли виникненню проблеми. Вона орієнтована на індивідуальну роботу, тому її важливо здійснювати на рівні особистісної взаємодії з участю фахівців психологічної служби освітнього закладу [30].

Одним із центральних напрямів роботи в межах третинної профілактики є психологічна підтримка та консультування, які спрямовані на забезпечення психічного здоров'я та емоційного благополуччя підлітків, що зазнали булінгу. Цей підхід включає надання емоційної підтримки, розробку індивідуальних стратегій подолання негативного досвіду та психологічних інтервенцій для тих, хто вже став жертвою насильства або відчуває стрес через негативне ставлення з боку оточення.

Ключовим елементом психологічної підтримки є створення безпечного середовища, де учень може відкрито висловлювати свої почуття, страхи та переживання. Психолог забезпечує довірливу атмосферу, вільну від осуду, де учні відчувають підтримку та розуміння. Такий підхід сприяє тому, що підлітки можуть відкритися, поділитися своїми емоціями та отримати необхідну допомогу.

Індивідуальні консультації є важливим інструментом у третинній профілактиці. Вони надають можливість підліткам говорити про свій досвід, висловлювати тривоги та страхи, а також отримувати персоналізовані поради. Під час таких сесій психолог може навчити учня технік управління емоціями, стратегій подолання стресу та впевненості в соціальних ситуаціях.

Окрім індивідуальної роботи, доцільно організовувати терапевтичні групи підтримки для постраждалих від булінгу. Це дозволяє підліткам поділитися своїм досвідом у середовищі, де вони не почуватимуться ізольованими. Групова динаміка сприяє формуванню почуття спільності, зменшує відчуття самотності й допомагає учням знайти способи подолання труднощів через взаємопідтримку [13].

Також серед головних напрямків превентивної роботи в освітніх закладах можна виділити: [10]

- ініціювання, обговорення та планування спільних дій адміністрації, педагогічного колективу, студентського самоврядування та батьківської громадськості, спрямованих на профілактику виявлених недоліків у роботі навчального закладу з окресленої проблеми;
- ознайомлення учасників навчально-виховного процесу з нормативно-правовою базою та регулюючими документами щодо превенції проблеми насилля в освітньому середовищі;
- проведення зустрічей, круглих столів, семінарів, тренінгів із залученням представників правоохоронних органів, служб соціального захисту, медичних установ та інших зацікавлених організацій;
- організація роботи гуртків, факультативів із психології;
- створення інформаційних куточків для студентів із переліком організацій, до яких можна звернутися у ситуації насилля та правопорушень;
- створення на базі освітнього закладу алгоритму реагування на випадки насильства серед дітей.

Якщо булінг всетаки стався, дуже важливо допомогти всім учасникам/учасницям знайти шлях до примирення, щоб вони могли надалі продовжувати навчання в одному колективі.

Важливою є не лише робота з агресором, але й створення безпечного середовища для всіх учасників навчального процесу. У цьому середовищі має бути цінувана взаємна повага, підтримка і розуміння, щоб кожна особа могла відчувати себе захищеною. Для досягнення цього необхідні спільні зусилля педагогів, батьків, психологів і органів влади. Вони повинні працювати над розробкою ефективних стратегій запобігання булінгу та своєчасного реагування на його прояви. Це включає як превентивні заходи, так і конкретні дії на випадок виникнення булінгу, такі як створення програм підтримки жертв булінгу, впровадження тренінгів для агресорів, а також налагодження тісної співпраці між усіма сторонами, зацікавленими в забезпеченні безпеки та гармонії в освітньому середовищі.

ВИСНОВКИ

1. Булінг є складним соціально-психологічним явищем, яке має свою рольову структуру, чинники та наслідки, які негативно впливають на психоемоційний стан учасників освітнього процесу, формують несприятливий мікроклімат та порушують освітній процес. Булінг характеризується систематичністю, дисбалансом сил і агресивною поведінкою, що виражається як у фізичному, так і в психологічному чи соціальному тиску.

2. Аналіз поширеності булінгу на глобальному та національному рівнях засвідчив, що це явище має масштабний характер і є однією з актуальних проблем сучасного суспільства. У світі булінг фіксується в освітніх закладах усіх рівнів, незалежно від соціально-економічного розвитку країн. В Україні більша половина учнів хоча б раз стикалися з проявами булінгу, а близько чверті регулярно стають жертвами цього явища. Особливу тривогу викликає недостатній рівень усвідомлення проблеми з боку учасників освітнього процесу та суспільства в цілому. Часто булінг ігнорується, недооцінюються його наслідки для психоемоційного стану дітей та загального клімату в освітньому середовищі.

3. Безпека освітнього середовища визначається як комплекс умов, що забезпечують фізичний, психологічний та емоційний комфорт учасників освітнього процесу, створюючи умови для їхньої ефективної соціалізації, навчання і розвитку, але є фактори що перешкоджають безпеці, і булінг є одним із найнебезпечніших.

4. Встановлено, що вербальний булінг є найпоширенішим і серед молодших, і серед старших підлітків, ймовірно, через соціальну нормалізацію такого виду агресії та його меншу помітність у порівнянні з фізичними проявами насильства. Одночасно, хоча фізичний булінг є менш розповсюдженим, його наслідки можуть бути більш очевидними і болючими для жертв. Інші форми агресії, такі як соціальна маніпуляція, також мають

[Введіть текст]

свою значущість, особливо в контексті підліткової соціалізації. З аналізу даних видно, що старші підлітки частіше займають роль агресорів, що можна пояснити їхнім прагненням до соціального визнання і домінування в групі, а також кращим розвитком комунікативних та соціальних навичок. У той же час, молодші підлітки є більш вразливими до булінгу через свою недостатню соціальну зрілість і відсутність ефективних стратегій захисту від агресії.

5. Для зменшення поширеності булінгу в освітньому середовищі та запобігання його перетворенню в системне явище необхідно створити сприятливі умови, спрямовані на формування безпечного середовища. Важливу роль у цьому відіграє соціально-психологічна профілактика, яка має бути комплексною, системною та враховувати специфіку учнівського середовища. Ефективна протидія булінгу потребує злагодженої співпраці адміністрації, педагогічного колективу, батьків та учнів, включаючи організацію тренінгів, лекцій, гуртків, інформаційних кампаній та розробку чітких механізмів реагування на випадки булінгу. Створення системи взаємодопомоги серед учнів, впровадження менторських програм і підтримка емоційного благополуччя допоможуть знизити рівень агресії та покращити психологічний клімат у навчальних закладах.

У час коли стрімко розвиваються комп'ютерні технології, перспективним напрямком дослідження булінгу може бути розгляд специфіки кібербулінгу, методів його вивчення та профілактики.

Перелік використаних джерел

1. Волинська Л.В., Скрипченко О.В., Огороднійчук З.В. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. Київ, 2001. 416 с.
2. Дитячий фонд ООН UNICEF. Булінг. Ситуація в Україні. 2016. URL: <https://www.stopbullying.com.ua/adults/statistics>
3. Журавель Т. В., Кочемировська О. О., Ясеновська М. Е. Попередження, виявлення і подолання випадків насильства та жорстокого поводження з дітьми: методичний посібник для освітян / За заг. ред. Безпалько О. В. Київ, 2010. 242 с.
4. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
5. Кириленко Н.М. Проблеми інформаційної безпеки освітнього середовища вищого навчального закладу / за ред. М.М.Козяра, Н.Г.Ничкало. Львів. 2012. С. 149–151.
6. Мельниченко А.А., Тілікіна Н.В. Передумови та причини виникнення цькування. Методичні рекомендації. Київ, 2019. 19 с.
7. МОН України. Причини булінгу: результати масштабного дослідження в українських школах URL: <https://mon.gov.ua/news/prychyny-bulinhu-rezultaty-masshtabnoho-doslidzhennia-v-ukrainskykh-shkolakh>
8. Москаленко В. В. Соціалізація особистості: монографія. Київ. Фенікс, 2013. 540 с.
9. Найдьонова Л.А. Кібербулінг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини. Методичні рекомендації. Київ, 2014. 80 с.
10. Насильство щодо дітей в Україні: всеукраїнське опитування громадської думки / за ред. С. Павлиш, Т. Журавель. Київ. 2015. -- 146 с.
11. Національний центр статистики освіти. Студентський булінг. *Стан освіти*. Департамент освіти США, Інститут педагогічних наук. 25.07.2024. URL: <https://nces.ed.gov/programs/coe/indicator/a10> .

12. Плутицька К.М. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2017. № 29. С. 78–80.
13. Попелюшко Р. П. Особливості психологічної допомоги жертвам шкільного булінгу. *Науковий журнал «Психологічні травелогі»*. 2023. № 1. С. 106–115.
14. Ратій Ю. Булінг як соц-псих. Явище у студентських групах та напрямки його профілактики URL: <https://sites.google.com/site/krivoyrogkzsh42/vihovna-robot-1/rada-profilaktiki/poperedzenna-nasilstva-sered-ditej-ta-ucnivskoie-molodi>
15. Савченко О. Я. Дидактика початкової освіти : підруч. Київ. 2012. 504 с
16. Сергеева К. В. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації: дис. канд. пед. наук: Київський ун-т ім. Б. Грінченка. Київ, 2016. 368 с.
17. Сидорук І. Булінг як актуальна соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Педагогічні науки*. 2015. № 34. С. 169-173. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvvnur_2015_1_36.
18. Стельмах С. Антигуманізм: вчитель як фасилітатор булінгу в дитячому середовищі. *Наукові записки Українського католицького університету. Ч. 4 : Педагогіка. Психологія*, вип. 1. 2014. С. 293-302.
19. Стельмах С.В. Булінг у школі та його наслідки. Гуманізація навчально-виховного процесу. 2011. Вип VI. С. 485.
20. Суденко Ю. А. Юридико-психологічна характеристика булінгу та його попередження: дис. д-ра філос. наук: 081. Київ, 2021. 178 с.
21. Цюман Т. П., Бойчук Н. І. Кодекс безпечного освітнього середовища: метод. посіб. / за заг. ред. Цюман Т. П. Київ, 2018. 56 с.
22. Чемеровска-Коруба Е. Шкільна система протидії агресії та насильству: рекомендації для вчителів: в рамках програми Польської закордонної допомоги Міністерства закордонних справ Республіки Польща у 2009 році.

URL:<https://dnmcps.com.ua/shkilna-sistema-protidii-agresii-i-nasilstvurekomendacii-dlya-vchiteliv-eva-chemerovska-koruba>

23. Чумак В.В. Вікова психологія : навч. посіб. Бердянськ, 2015. 192с.
24. Яланська С. Я навчу тебе не битися. Формування ненасильницької моделі поведінки учня. *Шкільний світ*. 2014. № 3 (99). С. 10–11.
25. CARE International w Polsce, Międzynarodowy Komitet Ratunkowy (IRC) oraz Save the Children Polska POZA SZKOŁĄ: Analiza barier systemowych dla nastolatków z Ukrainy przebywających w Polsce
26. Mobbing Encyclopaedia [Electronic resouse]. Mode access : <http://www.leymann.se>
27. National Center for Educational Statistics. (2019). Student reports of bullying: Results from the 2017 School Crime Supplement to the National Victimization Survey. *US Department of Education*. Retrieved from <http://nces.ed.gov/pubsearch/pubsinfo.asp?pubid=2015056>.
28. Olweus D. A profile of bullying. Educational Leadership, 2003. P. 12– 17.
29. Olweus D. Bullying at school. Blackwell Publ. 1993. 215 p.
30. Patchin, J.W., & Hinduja, S. Tween Cyberbullying in 2020. Cyberbullying Research Center and Cartoon Network. 2020. Retrieved from: https://i.cartoonnetwork.com/stopbullying/pdfs/CN_Stop_Bullying_Cyber_Bullying_Report_9.30.20.pdf.
31. Rigby K. (2003). "Consequences of bullying in schools." Canadian Journal of Psychiatry.
32. Smith P.K., Cowie H., & Blades M. Understanding Children's Development. 2015.