

Біла Церква, 2025

*Затверджено кафедрою права та соціально-поведінкових наук Білоцерківського інституту економіки та управління, Університету «Україна»
(протокол №3 від 28.10.2025 р.)*

Рекомендовано до друку Вченою радою Білоцерківського інституту економіки та управління Університету «Україна» (протокол № 2 від 29 жовтня 2025 року)

Редакційна колегія	
Новак Я. В.	кандидат юридичних наук, доцент, директор Білоцерківського інституту економіки та управління Університету «Україна»
Сидоренко В. В.	кандидат юридичних наук, доцент, заступник директора з навчальної роботи Білоцерківського інституту економіки та управління Університету «Україна»
Пономаренко Т.І.	доктор філософії у галузі психології, завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук Білоцерківського інституту економіки та управління Університету «Україна»
Косач Т.М.	кандидат філософських наук, доцент, доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук Білоцерківського інституту економіки та управління Університету «Україна»
Сидоренко Ю. В.	аспірантка Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, викладачка психолого-педагогічних дисциплін, КЗКОР «Білоцерківський гуманітарно-педагогічний фаховий коледж»
Хомчук О. П.	кандидат психологічних наук, в. о. завідувачки кафедри психології та здоров'я людини Білоцерківського національного аграрного університету
Федоренко А. Ф.	кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри психології Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

УДК 159.922.7:342.841

Психологічні та правові стратегії запобігання й подолання булінгу у соціокультурному вимірі: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (6 жовтня 2025 року) / Білоцерківський інститут економіки та управління Університету «Україна»; за заг. ред. Т. І. Пономаренко, Біла Церква, 2025. 212 с.

Всеукраїнську науково-практичну конференцію організовано в рамках НДР:

- **Тема НДР:** «Правові та соціально-психологічні аспекти регуляції поведінки особи в сучасних реаліях (фундаментальне дослідження)» **Номер реєстраційної карти:** 0123U105378
Керівник НДР: Віталій СИДОРЕНКО, канд. юр. наук, доцент, доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук Білоцерківського інституту економіки та управління Університету «Україна»
- **Тема НДР:** «Особистісна автономія в контексті психологічного благополуччя в умовах глобальних викликів» **Номер реєстраційної карти:** 0125U002596
Керівник НДР: Олена ХОМЧУК, канд. псих. наук, старший викладач кафедри психології та здоров'я людини Білоцерківський національний аграрний університет

Матеріали викладено в авторській редакції. За науковий зміст і якість поданих матеріалів, наведені факти та статистичні дані відповідають автори, а також наукові керівники (для здобувачів вищої освіти).

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ № 1: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ БУЛІНГУ: ПРИЧИНИ ТА МЕХАНІЗМИ ВИНИКНЕННЯ

Альошина Оксана Анатоліївна

Соціально-психологічні аспекти булінгу8

Бурлака Анна Андріївна

Булінг як форма прояву агресивності підлітків. 10

Денисов Антон Вікторович

Роль емоційного інтелекту в інтеграції внутрішньо переміщених осіб.14

Дубовик Інна Анатоліївна

Теоретичний аналіз поняття «прокрастинація» в психологічній літературі. . . .18

Заводян Катерина Олександрівна

Соціальні мережі як чинник розвитку прокрастинації серед молоді.21

Караченцева-Попова Марія Григорівна

Булінг серед молоді в умовах міграції: масштаби, чинники та шляхи подолання.
.23

Крушельницька Дар'я Андріївна

Розвиток стресостійкості підлітків як фактор попередження булінгу.28

Лапікова Марія Сергіївна

Взаємозв'язок булінгу та психологічного благополуччя особистості.31

Лобовікова Софія Андріївна

Роль особистісних рис у формуванні вразливості до булінгу35

Нарусевич Анастасія Янівна

Агресивність як чинник булінгу в підлітковому середовищі. 38

Пасічник Наталія Сергіївна

До питання про співвідношення понять «булінг» і «мобінг». 41

Петрівська Ольга Валентинівна

Вплив булінгу на задоволеність життям ВПО в умовах війни. 45

Пшеничний Кирило Дмитрович

Стресостійкість як ресурс подолання булінгу у ВПО. 48

Радулов Олександр Олександрович

Розвиток автономності юнаків як психологічна умова попередження булінгу. 51

Романов Олександр Георгійович

Особистісні особливості підлітків як складник протидії кібербулінгу. 54

Росоха Наталія Михайлівна

Цифровий простір як середовище ризику: виявлення латентних форм булінгу та шляхи їх подолання. 57

Харченко Світлана Ігорівна, Петренко Ольга Михайлівна

Булінг як чинник впливу на розвиток творчого потенціалу підлітків. 60

Хомчук Олена Павлівна

Кризові інтервенції в ситуації булінгу. 62

Шкабура Валерія Миколаївна

Міжособистісні стосунки як фактор формування самооцінки в підлітковому віці. 64

СЕКЦІЯ № 2: БУЛІНГ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ: ІНСТРУМЕНТИ ВИЯВЛЕННЯ, ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ

Биба Валентина Анатоліївна

Підвищення згуртованості студентського колективу як профілактика булінгу. 69

Бондаренко Вероніка Сергіївна

Попередження булінгу студентів з інвалідністю. 71

Вінс Вікторія Анатоліївна, Мельник Людмила Миколаївна

Стресостійкість як психологічний ресурс для протидії булінгу в студентському середовищі. 74

Дорошенко Ірина Володимирівна,

Огляд сучасних методик діагностики булінгу. 77

Дорошенко Ірина Володимирівна, Пономаренко Тетяна Ігорівна

Булінг у сільській школі: виклики та ресурси для подолання. 81

Душко Анжела Ігорівна

Медіація в освітньому закладі як спосіб розв'язання конфліктів та подолання булінгу. 85

Коваль Вікторія Сергіївна

Проблема булінгу в студентському колективі: соціологічний вимір. 88

Кондратюк Світлана Миколаївна	
Психологічні тренінги як інструмент профілактики агресивної поведінки. . . .	91
Косач Тетяна Михайлівна, Сидоренко Юлія Вікторівна	
Булінг як загроза безпечному освітньому середовищу в закладі вищої освіти. 93	
Лазаренко Аліна Олександрівна	
Кібербулінг у студентському колективі.	96
Левченко Вікторія Анатоліївна	
Роль креативності у формуванні безпечного шкільного середовища.	99
Лубенець Ірина Григорівна	
Кібербулінг серед школярів: сучасний стан та шляхи подолання.	103
Ночовна Наталія Вячеславівна, Шевчук Вікторія Валентинівна, Коваль Андрій Анатолійович	
Розвиток резильєнтності як шлях психопрофілактики наслідків булінгу. . . .	106
Пахомов Ілля Володимирович	
Профілактика булінгу в закладах професійної освіти.	108
Петриченко Ольга Володимирівна	
Роль асертивної комунікації у протидії булінгу в освітньому середовищі. . .	113
Сербін Ольга Андріївна	
Проблема навчальної мотивації в психологічній науці.	116
Сніцар Наталія Миколаївна	
Шляхи подолання булінгу в шкільному середовищі.	120
Степаненко Вікторія Олександрівна	
Взаємозв'язок шкільної тривожності та булінгу у молодших школярів. . . .	125
Ткаченко Тетяна Олександрівна, Пономаренко Тетяна Ігорівна	
Розвиток навичок запобігання кібербулінгу студентів в рамках дисципліни «Інформаційні технології».	128
Трофіменко Наталія Євгенівна	
Психологічна підтримка батьків, діти яких зазнали цькування в освітньому просторі.	130
Шевченко Антоніна Михайлівна	
Психологічні механізми булінгу та їх значення для управління студентськими колективами.	134

СЕКЦІЯ № 3: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВИМІРИ МОБІНГУ Й БУЛІНГУ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Аксайська Тетяна Анатоліївна

Роль емоційного інтелекту персоналу у подоланні булінгу в організації 138

Бондаренко Інна Олександрівна

Мобінг у військових підрозділах: український досвід. 140

Бурлака Варвара-Богдана Андріївна

Соціально-психологічні наслідки мобінгу у військовому середовищі. 144

Бухенська Марина Сергіївна, Пономаренко Тетяна Ігорівна

Булінг на робочому місці як аспект корпоративної соціальної відповідальності .
. 147

Волков Станіслав Сергійович, Пономаренко Тетяна Ігорівна

Соціально-економічні наслідки мобінгу для банківської діяльності. 150

Завгородній Ерик Олександрович

Мобінг в Україні: ознаки, наслідки, механізми захисту. 154

Карпан Наталія Юріївна

Професійні якості психолога як ресурс протидії булінгу. 158

Пономаренко Тетяна Ігорівна

Кібербулінг у професійній діяльності фахівця 161

Самойленко Лариса Яківна

Лідерство і стиль управління як детермінанти виникнення або запобігання
мобінгу в системі публічної служби. 164

Семенюк Алла Валеріївна

Особливості булінгу фахівців контакт-центру. 167

Сидоренко Юлія Вікторівна

Теоретичні основи вивчення мобінгу у сучасному професійному середовищі 170

Скуловатова Олена Вікторівна, Волотовська Наталія Володимирівна

Психологічне благополуччя як протизагроз булінгу в професійній діяльності. . 174

Федоренко Олена Володимирівна

Булінг як чинник професійного вигорання у державних службовців. 176

СЕКЦІЯ № 4: НОРМАТИВНО-ПРАВОВІ ТА ІНСТИТУЦІЙНІ МЕХАНІЗМИ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ В УКРАЇНІ

Бабич Василь Володимирович

Булінг і кібербулінг у законодавстві України: проблеми законодавчих дефініцій та тлумачення.180

Білова Тетяна Сергіївна, Сидоренко Віталій Вікторович

Булінг як виклик професійній мотивації психолога: психологічний та правовий аспекти.183

Гальченко Вікторія Миколаївна

Адміністративно-правові аспекти запобігання та протидії мобінгу в трудових відносинах.188

Добренька Наталія Вікторівна

Булінг як правова категорія: аналіз українського законодавства та міжнародних стандартів.191

Моценко Євгеній Миколайович

Адміністративно-правовий механізм протидії булінгу в системі захисту прав дитини в Україні.193

Новак Ярослав Віталійович

Організаційно-правові засади протидії булінгу: досвід скандинавських країн та перспективи його використання в Україні.198

Рашкова Валентина Володимирівна

Булінг у контексті адміністративної відповідальності за статтею 173-4 КУпАП.201

Сидоренко Віталій Вікторович

Адміністративно-деліктна природа булінгу та окремі проблеми його кваліфікації.205

Товпишко Ярослав Володимирович,

Роль національної поліції України у системі запобігання та протидії булінгу.209

СЕКЦІЯ № 1: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ БУЛІНГУ: ПРИЧИНИ ТА МЕХАНІЗМИ ВИНИКНЕННЯ

Альошина Оксана Анатоліївна,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології, соціальної роботи
та гуманітарних дисциплін
Рівненського інституту університету «Україна»

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ БУЛІНГУ

Дослідження булінгу стало актуальним через збільшення кількості випадків його прояву в освітньому середовищі. Психолого-педагогічний аналіз опрацьованої літератури свідчить, що в закладах освіти збільшується кількість свідомих проявів жорстокості, де агресорами виступають як сильніші чи старші учні, так і вчителі, спрямовуючи свою поведінку на слабших членів колективу.

Дослідженню поняття булінгу присвячені праці вітчизняних науковців Бойчук П., Козігора М., Опольської Н. У дослідженнях Т. Миронюка, А. Запорожця розкрито зміст поняття булінгу та запропоновано шляхи його подолання, зокрема в освітньому середовищі. У наукових розвідках Г. Лялюк, Д. Сорочан наведено ознаки та причини його прояву серед підлітків

Булінг – це умисний і тривалий вид агресії, заснований на повторюваних актах насильства (фізичного, психологічного, економічного чи сексуального). Його вчиняють ті, хто володіє перевагою над жертвою, і використовують його як засіб для залякування, морального приниження або примушування до чогось, зокрема з використанням технічних засобів. Це призводить до різноманітних негативних наслідків для особистості — соціальних, матеріальних, моральних, фізіологічних та психологічних. Крім того, такі дії становлять пряму загрозу життю та здоров'ю постраждалої особи. [3, с. 24].

Булінг це систематичне жорстоке ставлення, що виражається в агресивній поведінці та фізичному чи психологічному насильстві з боку окремої особи чи групи (дитини, підлітка чи дорослого) до іншої дитини або дітей.

Вітчизняні дослідниці А. Лесик і К. Сапранкова аналізують булінг у межах психолого-педагогічного дискурсу, розглядаючи його як складне соціальне явище, що виникає в процесі взаємодії учасників освітнього процесу. Вони відзначають, що «булінгу властиві багатофакторність і різнобічність у проявах, різноманітні умови, причини, форми та мотиви переслідування особою або групою осіб інших, а тому воно пов'язане з насиллям і агресією». В основі булінгу лежить соціальна нерівність, а також потреба кривдника домінувати і мати владу. Ці мотиви втілюються у різноманітних формах насильства, які можуть поширюватися і залучати інших людей до процесу

цькування [1, с. 139].

Д. Сорочан виділяє ряд ознак, притаманних булінгу, а саме:

1) він не є відокремленою поведінкою, заснованою на таких змінних, як статус, влада або конкуренція. Це соціальна поведінка, що проявляється у відносно стійких групах і здатна залучати інших;

2) емоційне приниження включає вербальні (негативно забарвлені висловлювання, використання підвищеного тону, крик, звинувачення у помилках, приниження здобутків і досягнень людини) та невербальні способи вираження (зневажливий погляд, мовчазне засудження, образливі жести тощо);

3) продовження емоційно образливої та принизливої поведінки, ігнорування у колективі впродовж тривалого періоду. Така систематична поведінка агресора сприяє відчуттю самоприниження жертви;

4) втручання у приватне життя людини. Наприклад, якщо агресор принижує або якимсь чином «торкається» приватного життя жертви (слід зауважити, що в нашому випадку жертва – це завжди неповнолітня особа, у якої зазвичай психологічний стан хиткий і яка легко піддається на провокаційну поведінку з боку агресора), то такі діяння також слід розцінювати як булінг;

5) якщо наслідком агресивного, негативного ставлення до людини є погіршення психологічного і фізичного стану цієї людини, то така поведінка визначається як булінг;

6) агресор займає вище становище, ніж його жертва, і відповідно дозволяє собі дії, які принижують гідність і завдають моральної або фізичної шкоди іншій людині [5, с. 15-16].

Як слушно зазначає дослідниця Н. Опольська, що серед причин, які сприяють поширенню булінгу у сучасному українському суспільстві, є «недоліки виховання підростаючого покоління, відповідна атмосфера в сім'ї, всюдозволеність для малолітніх та неповнолітніх, відсутність чітких меж у свободі поведінки дитини, соціальна нерівність. Школярі широко користуються мережею Інтернет, зокрема соціальними мережами, де пропагується насилля і всюдозволеність. Це має великий вплив на формування особистості, Інтернет-ресурсів не завжди несе позитивний характер для користувача, особливо малолітнього та неповнолітнього. Вагоме значення має середовище, у якому перебуває дитина. Воно безпосередньо впливає на її дії та психічний стан» [4, с. 102]

Найбільше прояви булінгу зустрічаються серед учнів підліткового віку. Цієї думки притримується і дослідниця Лялюк Г. Вона вважає, що причинами булінгу серед підлітків є як зовнішні чинники, так і вікові, індивідуальні особистісні особливості самих підлітків, включених у ситуацію цькування. Явище булінгу серед підлітків проявляється прямо та опосередковано через

фізичну та вербальну агресію [2, с. 8].

Булінг це комплексна, системна та складна соціально-психологічна проблема, що виникає в конфліктних ситуаціях і виражається через агресію. Булінг це не тільки прояв звичайної агресії, а й потужний деструктивний механізм. Його вплив поширюється на психічне здоров'я, навчальні досягнення, самооцінку та міжособистісні зв'язки, суттєво погіршуючи загальну атмосферу навчального закладу. Тому ключовим завданням для сучасних освітніх закладів є не лише визнання цієї проблеми, але й активне створення безпечного освітнього простору для його профілактики та мінімізації негативних соціальних і педагогічних наслідків.

Література

1. Лесик А., Сапранкова К. Булінг як психолого-педагогічний феномен в освітньому процесі. *Молодь і ринок*. 2023. № 5. С. 137-142.
2. Лялюк Г. М. Соціально-психологічні чинники булінгу серед підлітків. *Габітус*. 2024. № 8. С. 83-87.
3. Миронюк Т. В., Запорожець А. К. Удосконалення заходів протидії булінгу в Україні. *Науковий вісник Національної академії внутрішніх справ*. 2019. № 3 (112). С. 21–28.
4. Опольська Н. Юридичний склад адміністративного проступку *Підприємство, господарство і право*. 2019. № 10. С. 100-106.
5. Сорочан Д. А. Булінг: поняття, історія існування, характеристика. *Науковий вісник публічного та приватного права*. 2019. № 6. С. 12-19.

Бурлака Анна Андріївна,
студентка 2 курсу магістратури
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова

Науковий керівник:
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психосоматики та психології здоров'я
Вольнова Леся Миколаївна

БУЛІНГ ЯК ФОРМА ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ

Булінг на сьогодні є одним із досить поширених і при цьому найбільш небезпечних явищ у підлітковому середовищі. Його наявність свідчить про глибинні соціально-психологічні суперечності, що виникають у процесі дорослішання та становлення особистості. Систематичний характер цькування

завдає серйозної шкоди психоемоційному стану підлітків, поглиблює їхню вразливість та може призводити до тривалих негативних наслідків.

Аналіз наукових публікацій показує, що проблема булінгу розглядається як одна з ключових загроз для нормального психоемоційного розвитку підлітків. Так, А. В. Борщевська [1] зазначає, що нездорова атмосфера в школі створює умови для поширення цькування, яке негативно позначається на психологічному стані та навчальних досягненнях дітей. У свою чергу А.М. Брухлей [2] акцентує увагу на соціально-психологічних характеристиках булінгу, підкреслюючи наслідки – психологічні травми, які впливатимуть на неповнолітніх усе життя. Вагомим є внесок А. С. Кваші [3], яка аналізує наслідки булінгу для психічного та фізичного здоров'я школярів. І. П. Лисенкова, І. Ю. Острополець та Л. О. Патрушева [4] розглядають булінг як складне соціально-психологічне явище, що виходить за межі звичайного конфлікту та характеризується систематичністю, спрямованістю на приниження особистості й деструктивним впливом на розвиток емоційної сфери підлітка. Окремий аспект проблеми висвітлює Г. В. Томчук [5], яка звертає увагу на зв'язок булінгу з міжособистісними стосунками підлітків. Всі дослідники звертають увагу не лише на поширеність булінгу, а на те, що він стає індикатором безпечного середовища. У цьому контексті вивчення булінгу як форми прояву агресивності набуває особливої значущості для сучасної психологічної науки.

Булінг у науковій літературі визначається як тривалий процес усвідомленого жорстокого ставлення (психічного чи фізичного) однієї особи або групи осіб щодо іншої, яка не має змоги захистити себе в даній ситуації. На думку І.П. Лисенкової, І. Ю. Острополець, Л. О. Патрушевої, це явище виходить за межі звичайного конфлікту і є проявом постійної агресії, спрямованої на приниження та цькування жертви. Особливістю булінгу є його систематичність і різноманітність форм – від фізичного та економічного до емоційного й кібербулінгу [4, с.70]. Тобто булінг слід розглядати як соціально-психологічне явище, що поєднує індивідуальні прояви агресивності з груповою динамікою, а його наслідки мають як особистісний, так і колективний вимір.

Виникнення булінгу у підлітковому середовищі зумовлене комплексом особистісних та соціально-психологічних чинників. З боку жертви причинами стають підвищена тривожність, низька самооцінка, емоційна вразливість, страх перед невизнанням у групі, а також зовнішні особливості чи відмінності, які підкреслюють «інакшість» дитини. Водночас агресор найчастіше керується прагненням до самоствердження, помсти, боротьби за лідерство, заздрості або відчуттям несправедливості. У багатьох випадках підґрунтям для агресивної поведінки є негативний досвід сімейного виховання, зокрема відтворення

моделей насильницьких взаємин, засвоєних у родинному середовищі [1]. Отже, булінг формується на перетині особистісних слабкостей жертви та потреб агресора, що у поєднанні з дисфункційними соціальними умовами створює сприятливий ґрунт для прояву агресивності у підліткових групах.

Специфіка булінгу полягає не лише у причинах його виникнення, а й у характерних механізмах розгортання. А. М. Бурхлей підкреслює, що дане явище завжди охоплює чітку рольову структуру: агресор, жертва та свідки. На відміну від звичайного конфлікту, де сторони більш-менш рівні у своїх можливостях, булінг ґрунтується на дисбалансі сил: кривдник має фізичні, психологічні чи соціальні переваги, тоді як жертва не може ефективно захистити себе. Свідки, які спостерігають за ситуацією, найчастіше не втручаються, формуючи «мовчазну згоду», що легітимізує агресію та закріплює її як соціально прийнятну норму в групі [2, с. 36]. Така динаміка робить булінг стійким процесом, оскільки підтримується не лише діями кривдника, але й пасивною поведінкою оточення. Механізми повторюваності та тривалості забезпечують стабільність цього явища, а його латентний характер ускладнює вчасне виявлення й протидію.

За спостереженнями Г. В. Томчук форми булінгу вирізняються своєю різноманітністю та відмінностями: а) психологічний булінг проявляється через погрози, маніпуляції та систематичне знецінення, що формує у жертви почуття тривожності й безпорадності; б) фізичний різновид пов'язаний із застосуванням сили: побиттям, штовханням або іншими діями, які становлять загрозу здоров'ю підлітків; в) вербальний булінг виражається в образливих словах, глузуванні та поширенні чуток, що руйнує самооцінку й викликає стійке почуття сорому у дітей; г) соціальний різновид полягає у відстороненні, ізоляції чи навмисному ігноруванні підлітка в групі, що створює відчуття самотності та втрати підтримки ровесників [5, с. 389].

У сучасному підлітковому середовищі з'являються й нові форми, які раніше не були настільки вираженими. Серед них найбільш помітним є кібербулінг, що здійснюється через соціальні мережі та месенджери та створює для дитини відчуття переслідування навіть поза школою. Значного поширення набуває економічний булінг, коли підлітка принижують через матеріальний стан, пошкоджують або привласнюють його речі. Окремо варто згадати й приховані форми агресії, серед яких тролінг, що полягає у провокуванні образливих реакцій у спілкуванні з неповнолітнім, та шеймінг, який проявляється у приниженні через зовнішність, поведінку або спосіб життя учня. Усі ці різновиди засвідчують, що булінг є динамічним явищем, яке постійно трансформується відповідно до соціальних умов і потребує нових підходів до профілактики.

Булінг у підлітковому середовищі має серйозні соціально-психологічні наслідки, які позначаються як на індивідуальному розвитку дитини, так і на загальній атмосфері в освітньому закладі. Систематичне цькування призводить до формування стійких психічних розладів: підлітки переживають тривожність, агресивність, дратівливість, депресивні стани та зниження самооцінки. Постійне перебування у ситуації страху та приниження зумовлює поглиблення внутрішньої напруги, що може спричиняти психосоматичні захворювання (порушення сну, серцево-судинні проблеми, розлади травної системи). Окрім того, негативні наслідки булінгу проявляються в міжособистісних стосунках: жертви зазнають соціальної ізоляції, втрачають довіру до однолітків, демонструють труднощі у встановленні здорових комунікативних зв'язків [3]. У подальшому це може позначатися на їхній здатності до адаптації у дорослому житті та професійній діяльності.

Окреслені причини та наслідки булінгу свідчать про те, що ключове значення у боротьбі з цим явищем має не лише подолання його проявів, а, насамперед, запобігання їх виникненню. Йдеться про створення освітнього середовища, де агресія не отримує підтримки групи, а взаємоповага та співпраця стають домінантними цінностями. Профілактика булінгу повинна включати формування у підлітків навичок емоційної регуляції, розвитку емпатії та вміння конструктивно вирішувати конфлікти. Не менш важливим є забезпечення відкритості й довіри у відносинах між учнями, педагогами та батьками, адже саме цей трикутник створює основу для раннього виявлення проблемних ситуацій і своєчасного реагування.

Отже, булінг у підлітковому середовищі виявляється як форма агресивності, що підриває психологічну рівновагу та деформує систему міжособистісних стосунків. Його небезпека полягає не лише у завданні шкоди конкретній жертві, а й у здатності руйнувати довіру, згуртованість і безпеку групи, трансформуючи соціальне середовище на деструктивне. Така подвійна дія робить булінг одним із ключових викликів сучасної психології підліткового віку.

Проблема потребує не фрагментарних рішень, а системного підходу, який поєднає індивідуальну допомогу, виховні впливи та створення атмосфери нетерпимості до насильства. Лише комплексне подолання цього явища здатне забезпечити умови для гармонійного розвитку підлітків, формування зрілої особистості та побудови соціуму, де агресія втрачає силу як засіб самоствердження.

Література

1. Борщевська А. В. Булінг у школах як чинник психічного нездоров'я. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Медицина*. 2014. № 6. С. 48-52.
2. Брухлей А. М. Булінг у підлітковому середовищі. *Психолого-педагогічні координати розвитку особистості : зб. наук. матеріалів IV Міжнар. наук.-практ. конф., 1-2 червня 2023 р.* Полтава: ПНТУ, 2023. С. 34-36.
3. Кваша А. С. Превенція булінгу в умовах створення безпечного освітнього середовища. *Духовно-інтелектуальне виховання і навчання молоді в XXI столітті : міжнар. період. зб. наук. пр. / Всесвіт. наук. ноосфер.-онтол. т-во [та ін.] ; за заг. ред. В. П. Бабича, Л. С. Рибалко, Л. А. Штефан.* Харків, 2021. № 3. С. 334–336.
4. Лисенкова І. П., Острополець І. Ю., Патрушева Л. О. Проблема шкільного булінгу серед підлітків. *Ольвійський форум – 2024 : стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі. Теоретико-методологічні основи розвитку когнітивної та емоційної сфер як фактор психічного здоров'я особистості : XXI Міжнар. наук. конф. 20–23 черв. 2024 р., м. Миколаїв: тези. Миколаїв : ЧНУ ім. П. Могили, 2024. С. 69-73.*
5. Томчук Г. В. Вплив булінгу та агресії на міжособистісні стосунки підлітків. *Соціально-освітні домінанти професійної підготовки сучасного компетентного фахівця: зб. матеріалів II-ї Всеукр. студ. наук.-практ. конф., м. Біла Церква, 18 травня 2023 р. / за заг. ред. В.С.Кулішова та ін.* Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2023. С. 387–390.

Денисов Антон Вікторович,
студент 2 курсу магістратури
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології
Федоренко Алла Федорівна

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ІНТЕГРАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Актуальність дослідження ролі емоційного інтелекту в інтеграції внутрішньо переміщених осіб (ВПО) зумовлюється низкою соціально-політичних, психологічних та культурних чинників. По-перше, масові

внутрішні переміщення населення, спричинені воєнними діями, соціально-економічними кризами та іншими форс-мажорними обставинами, створюють комплексні виклики для системи соціальної адаптації. Інтеграція ВПО у нові соціальні середовища передбачає не лише забезпечення базових матеріальних потреб, а й подолання психологічних бар'єрів, відновлення почуття безпеки та налагодження міжособистісних взаємин.

По-друге, емоційний інтелект як здатність усвідомлювати, регулювати та конструктивно використовувати власні емоції, а також розпізнавати емоційні стани інших людей, є ключовим ресурсом соціально-психологічної адаптації. Для ВПО він виступає важливим інструментом зниження рівня стресу, формування стійкості до травматичного досвіду та підвищення ефективності міжособистісної комунікації в нових спільнотах.

По-третє, актуальність проблеми визначається й тим, що низький рівень розвитку емоційного інтелекту може спричинити ізоляцію, конфліктність, відчуття відчуження та труднощі в побудові соціальних зв'язків, що безпосередньо ускладнює інтеграційні процеси. Натомість цілеспрямований розвиток емоційної компетентності у ВПО сприяє формуванню позитивної ідентичності, стійкості до булінгу, толерантності до різноманітності та більш гармонійній взаємодії з приймаючими громадами.

Таким чином, дослідження ролі емоційного інтелекту в інтеграції внутрішньо переміщених осіб є науково та практично значущим, оскільки воно дозволяє виявити психологічні ресурси успішної адаптації, оптимізувати програми соціальної підтримки та розробити ефективні стратегії інтеграції, спрямовані на підвищення якості життя як самих переселенців, так і місцевих громад.

Феномен емоційного інтелекту привертає увагу дослідників в різних контекстах. Зокрема відомими є роботи закордонних (М. Alvarado Jesús, М. Brackett, В. León-del-Barco, С. Quintana-Orts, J.D.A. Parker, R. Trigueros, I. Yosep, Zhang Yijing, Ji-Kang Chen та ін.) та вітчизняних (М. Гасюк, Г. Єфремова, С. Луценко, Л. Крикун, К. Максьом, А. Чекова та ін.) вчених, які присвячені взаємозв'язку емоційного інтелекту та булінгу.

Всім відомо, що внутрішньо переміщені особи (ВПО) належать до соціально вразливих категорій населення, що зумовлено вимушеністю зміни місця проживання, втратою звичних соціальних зв'язків, професійного середовища та підтримувальних мереж. У процесі інтеграції в нові соціальні спільноти вони часто стикаються не лише з економічними та побутовими труднощами, а й із явищами соціальної дискримінації та булінгу. Проблема особливо загострюється у сферах освіти, праці та громадського життя, де відмінність у соціальному статусі, походженні, культурних практиках чи навіть

мовних особливостях стає підґрунтям для відторгнення або агресивної поведінки з боку оточення.

У шкільному середовищі діти з числа ВПО нерідко переживають подвійний тиск: з одного боку, вони змушені адаптуватися до нових навчальних стандартів і колективу, з іншого - протистояти упередженню з боку ровесників. Такі діти можуть стати об'єктом знущань через акцент, відмінність у зовнішньому вигляді, матеріальні труднощі чи належність до «чужої» громади. Це створює ризики формування відчуження, зниження навчальної мотивації та виникнення психоемоційних розладів.

У професійному середовищі ВПО часто стикаються з прихованими або відкритими формами булінгу. Негативне ставлення може проявлятися у вигляді недовіри до їхніх професійних компетенцій, обмеження кар'єрних можливостей, ігнорування у колективі чи навіть відвертих образ. Такі прояви знижують ефективність інтеграції переселенців у ринок праці, підвищують рівень соціальної напруженості та формують відчуття нестабільності.

У громадському житті ВПО також можуть зазнавати соціальної стигматизації. У нових громадах їх іноді сприймають як «чужих», що нібито конкурують за ресурси або змінюють традиційний уклад місцевого життя. Це може призводити до ізоляції, обмеження доступу до суспільних благ та психологічного тиску. Подібні випадки підсилюють соціальну дезінтеграцію, формують відчуття небезпеки та ускладнюють формування довіри між ВПО та приймаючими громадами.

Отже, булінг щодо внутрішньо переміщених осіб у різних соціальних сферах є не лише індивідуальною проблемою, а й соціальним феноменом, що має системний характер. Його наслідки проявляються у зниженні рівня соціальної згуртованості, виникненні нових бар'єрів на шляху інтеграції та посиленні психологічних травм. Вивчення цього питання потребує міждисциплінарного підходу, що враховує як психологічні особливості адаптації особистості, так і соціально-економічний та культурний контексти приймаючих громад.

Відтак, вченими підкреслюється [1] роль емоційного інтелекту як ресурсу, що відповідає за адекватну емоційну реакцію, саморегуляцію, контролювання емоційних станів. Емоційний інтелект виступає як механізм, який допомагає внутрішньо переміщеним особам захищатися від негативного впливу стресу і життєвих криз. Він сприяє підвищенню адаптаційного потенціалу особистості: здатності справлятися з труднощами, змінювати стратегії подолання (копінг-стратегії), толерантністю до невизначеності. Результати емпіричного дослідження, яке підтверджує, що вищий рівень емоційного інтелекту корелює з кращими показниками життєстійкості, толерантності до невизначеності.

Також виявлено, що ВПО з високим емоційним інтелектом частіше використовують адаптивні, конструктивні копінг-стратегії.

Разом з тим, результати численних емпіричних досліджень [2; 3; 4] свідчать про наявність стійкого зворотного зв'язку між рівнем емоційного інтелекту (EI) і ймовірністю піддавання особи булінгу. Високий EI передбачає розвинені здібності усвідомлювати власні емоційні стани, розпізнавати емоції інших людей, адекватно регулювати емоційні реакції та ефективно взаємодіяти в соціальних ситуаціях. Ці навички виступають своєрідним захисним механізмом, що дозволяє людині не лише уникати конфліктів, а й правильно реагувати на агресивні чи провокативні ситуації.

Зокрема, особи з високим рівнем EI здатні своєчасно розпізнавати ознаки потенційного конфлікту або агресії та відповідно модулювати власну поведінку, знижуючи ризик ескалації. Вони частіше застосовують конструктивні стратегії спілкування, проявляють емпатію і встановлюють підтримувальні соціальні зв'язки, що також зменшує ймовірність бути об'єктом цькування. Більш того, високий EI сприяє розвитку навичок асертивності — здатності відстоювати власні права без агресії, що зменшує вразливість перед агресивними діями інших.

У контексті освітніх, професійних та громадських середовищ високий рівень емоційного інтелекту дозволяє формувати адаптивні стратегії взаємодії та ефективно справлятися з соціальним тиском. Це особливо важливо для внутрішньо переміщених осіб, які перебувають у процесі соціальної інтеграції та часто стають об'єктами дискримінації або булінгу через відмінності у походженні, культурі чи соціальному статусі. Таким чином, розвиток емоційного інтелекту не лише покращує міжособистісні взаємодії, а й виступає ключовим фактором попередження психологічного насильства та створення безпечного соціального середовища.

Таким чином, аналіз наукових даних свідчить, що внутрішньо переміщені особи є вразливою соціальною групою, яка часто стає жертвою булінгу у школі, на роботі та в громаді. Рівень емоційного інтелекту відіграє ключову роль у зниженні цієї вразливості. Адже здатність усвідомлювати та регулювати власні емоції, розпізнавати емоційні стани інших і будувати конструктивні міжособистісні взаємодії забезпечує ефективний механізм запобігання психологічному насильству. Формування та розвиток емоційного інтелекту у ВПО сприяє їхній успішній соціальній інтеграції, підвищенню життєстійкості та створенню безпечного й підтримувального соціального середовища як у навчальних закладах, так і в професійних та громадських колективах.

Література

1. Грисенко Н. В., Фролова Н. В. Роль емоційного інтелекту в успішному подоланні життєвої кризи у внутрішньо переміщених осіб. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2017. № 1 (1). С. 49-57.
2. Alvarado Jesús M., et al. Emotional intelligence and the different manifestations of bullying in children. *International journal of environmental research and public health*. 2020. № 17 (20). № 8842.
3. Trigueros Rubén, et al. Relationship between emotional intelligence, social skills and peer harassment. A study with high school students. *International journal of environmental research and public health*. 2020. № 17 (12). №4208.
4. Zhang Yijing, Ji-Kang Chen Emotional intelligence and school bullying victimization in children and youth students: a meta-analysis. *International journal of environmental research and public health*. 2023. № 20 (6). №4746.

Дубовик Інна Анатоліївна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
старший викладач кафедри права
та соціально-поведінкових наук
Сидоренко Юлія Вікторівна

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «ПРОКРАСТИНАЦІЯ» В ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

У сучасному суспільстві, яке характеризується зростанням інформаційних потоків та розширенням можливостей вибору, дедалі частіше простежується схильність індивідів відкладати виконання завдань на невизначений час. Подібна поведінка зумовлює виникнення труднощів та негативних переживань, що в психології позначаються терміном «прокрастинація». Вона постає як чинник, що уповільнює процеси особистісного саморозвитку й самореалізації, ускладнює досягнення поставлених цілей та реалізацію життєвих планів.

Проблематика прокрастинації привертає значну увагу науковців, зокрема у працях Н. Мілграма, Дж. Перрі, А. Оуенса, Дж. Мураками, М. Айткена, Дж. Феррарі, К. Лея, Дж. Джонсона, В. Кнауса, П. Стіла. На початку ХХІ ст. до вивчення цього феномену долучилися й вітчизняні науковці (Є. Бази́ка, О. Грабчак, М. Дворник, Т. Колтунович, О. Поліщук, Л. Козуб, Н. Крейдун та ін.)

Хоча наукова література містить різноманітні підходи як іноземних, так і українських дослідників до пояснення цього явища, жодна з існуючих теорій не може вважатися універсальною чи повною мірою адаптованою до специфічних соціокультурних умов, у яких нині перебуває українське суспільство.

У сучасному суспільстві, що характеризується швидким темпом життя та соціальною мінливістю, все частіше простежується схильність людей відкладати важливі справи на невизначений час. Таке зволікання, у психології визначене як «прокрастинація», що супроводжується негативними емоційними переживаннями та може мати деструктивні наслідки для особистості. Якщо епізодичне відтермінування є поширеним явищем, то перетворення його на звичну модель поведінки свідчить про серйозну психологічну проблему. З огляду на зростання кількості людей, схильних до прокрастинації, дана проблема набуває особливої наукової й практичної актуальності.

Прокрастинація є явищем, відомим людству з давніх часів. Перші письмові згадки про нього належать до античності: близько 700 року до н. е. про відкладання справ писав давньогрецький поет Гесіод. У науковий дискурс термін «прокрастинація» був введений у 1977 році П. Рінгенбахом у праці «Прокрастинація в житті людини». Того ж року А. Елліс і В. Кнаус представили роботу «Подолання прокрастинації», що ґрунтувалася на клінічних спостереженнях.

Вагомий внесок у його наукове осмислення зробив Н. Мілграм, який опублікував працю «Прокрастинація: хвороба сучасності». У ній автор розглядав прокрастинацію як: 1) послідовне зволікання у виконанні завдань; 2) діяльність, що стосується важливих справ; 3) поведінковий продукт низької якості; 4) прояв емоційних розладів. Учений трактував сутність прокрастинації як тенденцію до відкладання або уникання дій унаслідок тривожності, зумовленої непередбачуваністю їх результатів. На думку Н. Мілграма, прокрастинація є своєрідною «хворобою сучасності», спричиненою інтенсивним індустріальним розвитком суспільства [3, с.214].

В. Дуб, К. Дубініна, О. Гліченко досліджували академічну прокрастинацію студентів, Д. Євдокимова та В. Качарова розглядають прокрастинацію як фактор суб'єктивного сприйняття часу, В. Лугова, Г. Чуйко, М. Комісарик вивчали причини, наслідки та шляхи подолання прокрастинації, О. Журавльов та О. Журавльова описали нейропсихологічні механізми розвитку прокрастинації, Т. Колтунович та О. Поліщук розробили динамічну модель прокрастинації, О. Камінська досліджувала психологічні особливості здобувачів вищої освіти завдяки встановленню взаємозв'язку між рівнем прокрастинації та домінантними копінг-стратегіями студентів, Ю. Шайгородський описав феномен політичної прокрастинації. Причини, способи

профілактики та корекції прокрастинації описано у працях Н. Мілграм, Дж. Феррарі, Дж. Бурка [5].

О. Гліченко, узагальнюючи підходи вітчизняних і зарубіжних науковців, зазначає, що прокрастинацію доцільно трактувати як поведінкову схильність до зволікання та «відкладання на потім»; як свідоме й добровільне відтермінування виконання значущої діяльності, попри усвідомлення можливих наслідків; як прояв дефіциту саморегуляції, порушення вольових процесів та самоорганізації; як захисний механізм у відповідь на психологічну напругу; а також як прояв внутрішнього конфлікту між «важливим» і «приємним» [1].

На думку українських дослідників Т. Мотрук та Д. Стеценка, основними чинниками розвитку прокрастинації є перфекціонізм, страх зазнати невдачі, а також страх успіху, пов'язаний із можливим збільшенням обов'язків після досягнення результату. Серед інших причин виокремлюються підвищена тривожність та недостатні навички планування, що виявляються у слабкій часовій організації й невмінні визначати пріоритетність завдань [4].

Однією з можливих причин розвитку прокрастинації дослідники вважають гіперопіку з боку батьків. Надмірний контроль у сімейному вихованні обмежує дитину в пізнанні навколишнього середовища, зменшує можливості для самостійних дій, експериментування, прийняття рішень і відповідальності. Виникає своєрідний страх брати на себе відповідальність, що може проявлятися у формі прокрастинації; водночас саме прокрастинація здатна виступати наслідком такої тривоги. У межах теорії інфантильної всемогутності прокрастинація інтерпретується як одна з форм опору дитини авторитарним батькам, які займають позицію відстороненості й байдужості [2].

Прокрастинація може посилюватися під впливом психологічного тиску, булінгу чи знущань, оскільки особистість опиняється у стані підвищеної тривожності та внутрішнього напруження. В умовах постійного цькування людина нерідко уникає виконання важливих завдань, відтерміновує прийняття рішень або навчальну діяльність, намагаючись уникнути додаткових стресорів. Таке зволікання виконує функцію психологічного захисту, проте водночас формує замкнене коло: чим більше відкладених справ, тим сильніше відчуття провини та безпорадності. У результаті прокрастинація може закріплюватися як стійка поведінкова стратегія.

Таким чином, прокрастинація є багатогранним психологічним феноменом, щодо якого досі відсутнє єдине загальноприйняте визначення. У більшості досліджень вона розглядається як свідоме відкладання важливих справ, що супроводжується психологічним дискомфортом і виконує функцію своєрідного захисту від стресу. Наявність різних наукових підходів свідчить про складність

і багатовимірність цього явища та необхідність подальших ґрунтовних досліджень.

Література

1. Гліченко О. О. Детермінанти академічної прокрастинації здобувачів вищої освіти в умовах дистанційного навчання. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2020. № 2 (333). Ч. I. С. 78–83.
2. Євдокимова Д., Качарова В. Прокрастинація як фактор суб'єктивного сприйняття часу. *«Вісник»*. 2019. № 1 (39). С. 16-22.
3. Колтунович Т. А., Поліщук О. М. Прокрастинація – конфлікт між «важливим» і «приємним». *Молодий вчений*. 2017. №5 (45). С. 211–218.
4. Мотрук Т. О., Стеценко Д. В. Прокрастинація як інгібітор розвитку успішної особистості. *Актуальні питання сучасної психології*. 2014. С. 292–297
5. Назарук Н. Проблема вивчення прокрастинації у психології. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2022. Випуск 14. С. 48–54.

Заводян Катерина Олександрівна ,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
старший викладач кафедри права
та соціально-поведінкових наук
Сидоренко Юлія Вікторівна

СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СЕРЕД МОЛОДІ

Сучасна молодь проводить значну частину часу у цифровому середовищі, особливо у соціальних мережах. Таке використання інтернет-простору має подвійний ефект: з одного боку, воно сприяє швидкому доступу до інформації, соціалізації та самовираженню, з іншого – підсилює тенденції до прокрастинації, знижує навчальну продуктивність та може провокувати психологічні труднощі.

Соціальні мережі виступають середовищем, де молодь піддається постійному соціальному порівнянню, що може знижувати самооцінку, спричинювати тривожність і стрес. Булінг, зокрема кібербулінг, у соціальних мережах збільшує рівень психологічної напруги та може формувати унікальну поведінку, наприклад, страх взаємодії або уникання певних активностей.

Прокрастинація серед молоді асоціюється з високими рівнями стресу й емоційного навантаження, і одним із факторів, що сприяють відкладанню справ, може бути втягнутість у онлайн-активність, зокрема у перегляд контенту чи спілкування в соціальних мережах.

Встановлено, що схильність до нудьги, низький самоконтроль і підвищена імпульсивність призводять до частішого використання соцмереж із метою уникнення важливих завдань [7].

Українські дослідники зазначають, що прокрастинація пов'язана з психологічними чинниками, такими як перфекціонізм, страх невдачі та низький рівень самоконтролю. Вони пропонують методики діагностики та профілактики прокрастинації в освітньому середовищі, що підтверджує важливість комплексного підходу до розв'язання цієї проблеми [1].

Rogowska AM, Cincio A. вказують, що активне використання TikTok сприяє розвитку прокрастинації, яка у свою чергу, може виступати посередником між онлайн-активністю та виникненням симптомів депресії [5]. Це свідчить про складний взаємозв'язок між поведінковими звичками та психоемоційним станом молоді.

Регулярне використання соціальних мереж у підлітковому віці може формувати залежнісні патерни, зокрема втрату контролю над часом, зниження продуктивності й схильність до відкладання завдань [3]. Також підлітки поступово втрачають контроль над власним часом через постійну присутність у соціальних мережах. Недостаньо розвинений тайм-менеджмент та висока онлайн-залученість провокують погіршення концентрації та схильність до відкладання завдань [2].

У студентів академічна прокрастинація нерідко стає фактором розвитку інтернет-залежності та призводить до погіршення навчальних досягнень. Прокрастинація та проблемне використання онлайн-ресурсів взаємопов'язані і формують порочне коло, у якому прокрастинація підсилює залежність, а залежність збільшує схильність до прокрастинації [4].

Деякі науковці вказують, що успішність студентів безпосередньо залежить від здатності контролювати власну активність у соціальних мережах. Проблемне використання соцмереж негативно позначається на академічній ефективності та посилює прокрастинацію [6].

Отже, соціальні мережі є значущим чинником формування прокрастинаційної поведінки серед молоді, що негативно позначається як на психічному здоров'ї, так і на рівні академічної успішності. Прокрастинація у цьому контексті виступає посередником між надмірним користуванням цифровим простором та зниженням ефективності навчальної діяльності. Особливу роль відіграють психологічні характеристики особистості, зокрема

перфекціонізм, страх невдачі й низький рівень самоконтролю, які підсилюють ризики залежності від онлайн-активності. У зв'язку з цим доцільним є поглиблення досліджень та вироблення практичних рекомендацій, спрямованих на розвиток цифрової грамотності, критичного мислення та формування культури використання соціальних мереж серед молодого покоління.

Література

1. Карамушка Л. М., Бондарчук О. І., Грубі Т. В. Діагностика та профілактика перфекціонізму та прокрастинації в освітній практиці: психологічний практикум. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 41 с.
2. Ciudad-Fernández V, Zarco-Alpuente A, Escrivá-Martínez T, Herrero R, Baños R. How adolescents lose control over social networks: A process-based approach to problematic social network use. *Addict Behav.* 2024. №154. №108003.
3. Montag C, Demetrovics Z, Elhai JD, Grant D, Koning I, Rumpf HJ, M Spada M, Throuvala M, van den Eijnden R. Problematic social media use in childhood and adolescence. *Addict Behav.* 2024. №153. №107980.
4. Nadarajan S, Hengudomsab P, Wacharasin C. The role of academic procrastination on Internet addiction among Thai university students: A cross-sectional study. *Belitung Nurs J.* 2023. №9 (4). pp. 384-390.
5. Rogowska AM, Cincio A. Procrastination Mediates the Relationship between Problematic TikTok Use and Depression among Young Adults. *J Clin Med.* 2024. №13 (5). pp.1247.
6. Serrano D. M., Williams P. S., Ezzeddine L., Sapon B. Association between problematic social media use and academic procrastination: *The mediating role of mindfulness. Learning: Research and Practice.* 2022. №8 (2). pp.84–95.
7. Sümer C, Büttner OB. I'll Do It - After One More Scroll: The Effects of Boredom Proneness, Self-Control, and Impulsivity on Online Procrastination. *Front Psychol.* 2022. №13. №918306.

Караченцева-Попова Марія Григорівна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Пономаренко Тетяна Ігорівна

БУЛІНГ СЕРЕД МОЛОДІ В УМОВАХ МІГРАЦІЇ: МАСШТАБИ, ЧИННИКИ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ

Булінг є глобальною проблемою, яка негативно впливає на психічне здоров'я та соціальне становлення молоді. За даними ЮНЕСКО, понад третина школярів у світі зазнавали цькування в освітньому середовищі [5]. В Україні ситуація також є тривожною: за даними ЮНІСЕФ, близько 67 % підлітків віком 11–17 років стикалися з булінгом [1]. Особливої гостроти проблема набуває в умовах масової міграції, коли діти та молодь змушені інтегруватися у нове середовище, стикаючись із мовними й культурними бар'єрами, що підвищує ризик соціальної ізоляції та дискримінації. Саме тому вивчення булінгу серед молоді в умовах міграції є надзвичайно актуальним завданням сучасної науки та практики.

Діти-мігранти частіше стають жертвами булінгу, ніж їхні однолітки, що народилися у приймаючій країні. Загальна поширеність булінгу в Європі становить близько 25 %, і цей показник є одним із найнижчих у світі. Гендерні відмінності незначні: серед хлопців рівень цькування сягає 30,1 %, серед дівчат — 28,28 %. Водночас у кібербулінгу простежуються нюанси: дівчата частіше потерпають від образливих повідомлень (11,7 % проти 9,3 % у хлопців), тоді як хлопці більше зазнають цькування через зображення (8,1 % проти 7,5 % у дівчат) [4].

Проблема булінгу широко досліджується як у світовій, так і в українській науковій літературі. У працях зарубіжних авторів, зокрема S. Brochado, S. Hinduja, C. Langos, J. Patchin, P. Smith, розглянуто сутність булінгу та кібербулінгу, їхні основні форми та наслідки для розвитку молоді. Дослідження M. Hamburger, S. Low, A. Nocentini, W. Zhang, C. Zhu зосереджені на причинах виникнення цькування та його впливі на психічне здоров'я, соціальну поведінку й навчальні результати учнів. Важливий соціологічний підхід до проблеми запропонував P. Adler, який підкреслив підвищену вразливість дітей-мігрантів у шкільному середовищі через культурні бар'єри та стереотипи. В українському науковому дискурсі питання профілактики та подолання булінгу висвітлювали Л. Канішевська, І. Сидорук, Т. Федорченко, В. Шахрай, акцентуючи на виховних програмах, ролі шкільних психологів і правовому забезпеченні. Водночас аналіз літератури свідчить, що досі відсутня єдність у визначеннях і класифікації форм булінгу, що зумовлює потребу у подальших дослідженнях, зокрема з урахуванням викликів міграційних процесів.

Булінг (від англ. *bullying* – цькування, залякування) – це різновид насильства, що має навмисний і систематичний характер та здійснюється за умов нерівності сил між кривдником і жертвою. На відміну від поодиноких

конфліктів, булінг передбачає повторювані дії, спрямовані на приниження, залякування чи заподіяння шкоди. Він може проявлятися у фізичній (побиття, штовхання, псування речей), психологічній (образи, приниження, поширення пліток), соціальній (ізоляція, бойкот) чи цифровій (кібербулінг у соціальних мережах, чатах) формах [5]. В Україні з 2018 року булінг офіційно визначено як будь-яке насильство, у тому числі в інтернеті, що відбувається щодо учасників освітнього процесу та шкодить психічному чи фізичному здоров'ю потерпілого [1].

Молодь, яка перебуває у міграційних процесах (вимушено переміщені особи, діти-біженці чи іммігранти), є особливо вразливою до цькування. Дослідження показують, що будь-яка «інакшість» – етнічна, мовна чи культурна — підвищує ризик стати мішенню для агресії [5]. У випадку дітей-мігрантів відмінності у мові, акценті чи зовнішності часто стають підґрунтям для глузувань. Сама адаптація до нового середовища супроводжується стресом і відчуттям ізоляції, що робить молодь «легкою» мішенню для булінгу [3]. Дослідження у США також підтвердили: діти мігрантів і біженців значно частіше стають жертвами цькування (зокрема кібербулінгу), ніж їхні місцеві однолітки [3].

Особливо небезпечним є те, що упередження та ксенофобні настрої іноді переходять у відкриту агресію на рівні громади. Так, у 2024 році у північноірландському містечку Балліміна відбулися масові заворушення з нападом на житла мігрантів, що місцева поліція охарактеризувала як «хуліганство з расистським підтекстом». Подібні інциденти свідчать, що дискримінація й цькування можуть проявлятися не лише у школі, а й у ширшому суспільному контексті, створюючи атмосферу страху для родин мігрантів.

Проявам цькування сприяє поєднання соціальних, культурних і шкільних чинників. Найчастіше вони пов'язані з упередженням громади до «чужинців», мовними бар'єрами та недостатньою готовністю закладів освіти забезпечити інклюзію. Ці фактори створюють ґрунт для ізоляції та дискримінації (таблиця 1).

Таблиця 1

Основні умови, що сприяють булінгу серед молоді в умовах міграції [2]

Рівень	Чинники ризику	Приклади проявів
Суспільний	Упередження та негативні стереотипи щодо мігрантів; ксенофобні наративи	Замовчування цькування громадами; толерування дискримінації
Шкільний	Низька толерантність у класі; формальний підхід педагогів;	Ізоляція учнів, ігнорування проблеми

	дискримінація навіть з боку вчителів	адміністрацією
Мовний	Погане володіння мовою країни перебування; акцент	Насмішки через вимову, труднощі у захисті власних прав
Соціально-економічний	Матеріальні труднощі родин мігрантів	Глузування з одягу, речей, відсутності «статусних» предметів

Таким чином, поєднання соціальних упереджень, мовних бар'єрів та економічних проблем із неготовністю шкіл до роботи в мультикультурному середовищі створює сприятливі умови для поширення булінгу серед мігрантської молоді.

Для вивчення проблеми булінгу серед молоді-мігрантів, було проведено анонімне онлайн-опитування у сервісі Google Forms. У дослідженні взяли участь 40 респондентів віком від 15 до 24 років. Серед опитаних 60 % становили хлопці та 40 % дівчата. Найчисельнішими виявилися дві вікові групи: 15–17 років та 18–20 років (по 40 % кожна), тоді як респонденти віком 21–24 роки склали 20 %.

Отримані результати свідчать, що більшість молодих людей хоча б раз зазнавали проявів булінгу. Зокрема, 10 % респондентів зіштовхуються з ним постійно, ще 10 % — час від часу, а 40 % повідомили про поодинокі випадки. Лише 40 % учасників відповіли, що ніколи не були жертвами цькування. Таким чином, шість із десяти опитаних молодих мігрантів мають досвід булінгу.

За формами цькування найчастіше згадувалися фізичний тиск та соціальна ізоляція (по 50 % відповідей). 40 % респондентів вказали на психологічні прояви (образи, приниження, погрози), а 30 % — на кібербулінг у соціальних мережах чи чатах.

У разі виникнення проблеми молодь найчастіше зверталася по допомогу до друзів (40 %), дещо рідше — до вчителів або шкільних психологів (30 %) та батьків (20 %). Водночас 10 % опитаних намагалися впоратися з проблемою самотійно. Ефективність отриманої підтримки була різною: лише 20 % респондентів зазначили, що булінг припинився повністю, 30 % відчули часткове полегшення, тоді як половина (50 %) заявили, що звернення не допомогло.

На думку опитаних, найдієвішою підтримкою у подоланні булінгу є втручання вчителів та шкільних психологів (40 %). Важливу роль відіграє також допомога батьків (30 %), а 20 % респондентів наголосили на ефективності спеціальних тренінгів і програм. Лише 10 % найбільше покладаються на друзів.

Загалом результати дослідження демонструють, що булінг залишається поширеною проблемою серед молоді-мігрантів. Попри те, що більшість постраждалих намагаються звертатися по допомогу, ефективність теперішніх механізмів реагування є недостатньою, що вказує на необхідність розвитку більш системних і дієвих заходів профілактики та створення безпечного інклюзивного середовища.

Для ефективної протидії булінгу потрібен комплексний підхід на рівні школи та громади. По-перше, важливо долати упередження та ксенофобію через інформаційні кампанії та програми міжкультурної толерантності, які зменшують негативні стереотипи [3]. По-друге, школи мають створювати безпечне інклюзивне середовище, у якому педагоги проактивно реагують на будь-які прояви дискримінації та пояснюють учням неприйнятність агресивних моделей поведінки.

Дієвими є й тренінги для вчителів із культурної чутливості та медіації конфліктів, а також спеціальні години класного спілкування, присвячені повазі до різноманіття. Важливим напрямом є налагодження механізмів швидкого реагування на випадки булінгу з використанням підходів відновного правосуддя, що поєднує втручання з емпатією, підтримкою постраждалих і примиренням сторін [2-3].

Окрему увагу слід приділяти інформуванню сімей мігрантів про їхні права та можливості звернення по допомогу, а також розвитку практики «рівний-рівному» та наставництва, коли місцеві учні допомагають мігрантам адаптуватися. У країнах ЄС поширюється практика створення «безпечних просторів» у школах, де діти можуть отримати консультацію психолога або соціального працівника.

Наслідки булінгу для дітей-мігрантів особливо тяжкі: високий рівень стресу, тривожність, страх відвідувати школу, ізоляція та ризик розвитку депресивних розладів. У деяких випадках спостерігаються навіть суїцидальні думки. Це вимагає не лише реагування, а й профілактики через системну роботу школи, громади та держави.

Отже, булінг серед молоді-мігрантів є поширеною проблемою, яка ускладнюється мовними та культурними відмінностями, економічними труднощами й браком підтримки у школах. Проведене опитування показало, що більшість респондентів хоча б раз зіштовхувалися з цькуванням, найчастіше у формі фізичного, соціального чи психологічного тиску. Хоча молодь звертається по допомогу до друзів, батьків або педагогів, ця підтримка не завжди виявляється ефективною. Наслідки булінгу для дітей-мігрантів серйозні: відчуття страху, ізоляції, підвищена тривожність та ризик депресії. Тому важливо створювати безпечне та інклюзивне середовище у школах,

проводити інформаційні кампанії проти дискримінації та забезпечувати психологічну підтримку молоді.

Література

1. Близько 100 справ щодо булінгу в українських школах на рік [Електронний ресурс]. URL: <https://opendatabot.ua/analytics/bullying-in-school-2023#:~:text=Щонайменше%20614%20справ%20про%20булінг,від%2011до17років%20стикалися%20зпроблемою%20булінгу>. (дата звернення: 02.09.2025).
2. Булінг як актуальна соціально-педагогічна проблема: рекомендаційний бібліографічний показник / уклад. Бондаренко Т. І. ; ред. Іоаніді О. В. ; ЦБС Поділ. р-ну, б-ка ім. В. Некрасова. Київ, 2020. 69 с.
3. Комітет США з питань біженців та іммігрантів. Міжнародний день боротьби з насильством та булінгом у школі, включаючи кібербулінг. [Електронний ресурс]. 2023. URL: <https://refugees.org/international-day-against-violence-and-bullying-at-school-including-cyberbullying/#:~:text=Bullying%20is%20unwanted%2C%20aggressive%2C%20and,identities%2C%20or%20children%20with%20disabilities>. (дата звернення: 01.09.2025).
4. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). Behind the numbers: Ending school violence and bullying. Paris: UNESCO Publishing, 2019. 220 p. URL: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483>. (дата звернення: 30.08.2025).
5. What you need to know about school violence and bullying [Електронний ресурс]. GCED Clearinghouse. URL: <https://gcedclearinghouse.org/node/89881?language=en>. (дата звернення: 31.08.2025).

Крушельницька Дар'я Андріївна,

студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»
Хомчук Олена Павлівна

РОЗВИТОК СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ ЯК ФАКТОР ПОПЕРЕДЖЕННЯ БУЛІНГУ

У сучасному суспільстві проблема булінгу набула масштабного характеру, особливо в підлітковому середовищі, де формуються базові соціальні навички, система цінностей та самосприйняття особистості. Підлітковий вік є періодом підвищеної емоційної чутливості, нестабільності самооцінки та пошуку власного місця у соціумі. Саме в цей час підвищується ризик як стати жертвою, так і ініціатором агресивних дій. Одним із ключових чинників, що здатен запобігти розвитку деструктивних форм поведінки, є сформована стресостійкість, тобто здатність індивіда конструктивно долати психологічні труднощі та адаптуватися до стресових ситуацій без шкоди для психічного здоров'я.

Під поняттям стресостійкості розуміють комплекс особистісних якостей, які забезпечують ефективне реагування на зовнішні виклики та внутрішню напругу. До них належать емоційна врівноваженість, гнучкість мислення, здатність до самоконтролю, розвиток емпатії та навичок саморегуляції. У підлітковому віці ці якості перебувають у процесі становлення, тому саме цей період є найсприятливішим для цілеспрямованого розвитку стресостійкості через психологічну, педагогічну та соціальну підтримку [2].

Зв'язок між стресостійкістю та попередженням булінгу є очевидним. Дослідження психологів свідчать, що підлітки з високим рівнем стресостійкості рідше стають жертвами чи агресорами, оскільки здатні ефективно контролювати власні емоції, адекватно реагувати на провокації та шукати ненасильницькі способи вирішення конфліктів. Навпаки, емоційна нестабільність, низький рівень самоповаги та тривожність сприяють підвищеній вразливості до стресових ситуацій, що може провокувати як агресивну, так і пасивну поведінку. У цьому контексті розвиток стресостійкості постає не лише як засіб індивідуального психологічного захисту, але й як важливий соціально-профілактичний ресурс у боротьбі з булінгом [1,5].

Формування стресостійкості підлітків передбачає системний підхід, що охоплює роботу освітнього середовища, сім'ї та психологічної служби. Шкільне середовище відіграє ключову роль, адже саме тут підлітки найчастіше стикаються зі стресовими ситуаціями соціальної взаємодії. Успішні програми профілактики булінгу включають тренінги емоційної грамотності, навчання навичкам асертивної поведінки, розвиток командного духу та емпатії. Важливим є створення безпечного психологічного клімату, у якому кожен учень почувається прийнятим і має можливість вільно висловлювати думки без страху бути осміяним [5].

Сімейне оточення також має вирішальне значення для формування стресостійкості. Підлітки, які зростають у сім'ях із високим рівнем емоційної підтримки, де практикується відкритий діалог і толерантне ставлення до

помилки, демонструють більшу здатність долати стрес і конструктивно вирішувати конфлікти. Натомість авторитарний стиль виховання, надмірна критика чи байдужість батьків підвищують ризик емоційних розладів і схильності до агресії або підпорядкованості. Тому важливо, щоб батьки розвивали власну психологічну компетентність і брали участь у програмах підтримки позитивного батьківства [3].

З психологічного погляду розвиток стресостійкості базується на механізмах саморегуляції, когнітивної переоцінки ситуацій та формуванні внутрішніх ресурсів. Підлітки мають навчитися усвідомлювати свої емоції, розпізнавати причини тривоги чи гніву й обирати адекватні стратегії подолання. До ефективних методів належать дихальні практики, техніки релаксації, майндфулнес, арттерапія та психоедукаційні тренінги. Особливо цінним є розвиток навичок рефлексії, які дозволяють підлітку аналізувати власну поведінку та емоційні реакції, формуючи зрілу позицію щодо труднощів [4].

Важливим напрямом є також формування колективної стресостійкості у шкільних спільнотах. Коли учні вміють підтримувати одне одного, розвивають почуття спільної відповідальності та довіри, рівень агресивних проявів знижується. Колективна підтримка зменшує почуття ізоляції жертв булінгу та посилює соціальні зв'язки. Учителі, психологи та соціальні педагоги мають відігравати роль фасилітаторів цього процесу, спрямовуючи взаємодію учнів у конструктивне русло [1].

Таким чином, розвиток стресостійкості підлітків є комплексним психолого-педагогічним завданням, яке потребує міждисциплінарного підходу. Це не лише індивідуальна риса, а й соціальний навик, що визначає якість міжособистісних відносин, рівень толерантності та здатність до ненасильницької комунікації. Сформована стресостійкість зменшує ризик потрапляння у ситуації булінгу, підвищує самоповагу та сприяє формуванню зрілої, відповідальної особистості, здатної до самозахисту й поваги до інших.

Отже, розвиток стресостійкості підлітків є одним із ключових чинників попередження булінгу в освітньому середовищі. Це процес, що вимагає поєднання педагогічних, психологічних та соціальних зусиль, спрямованих на формування емоційної компетентності, культури спілкування та внутрішньої гармонії. Інвестування у психічне здоров'я молодого покоління є не лише запорукою профілактики насильства, а й важливим кроком до створення гуманного, толерантного суспільства, у якому кожна дитина матиме можливість розвиватися без страху та приниження.

Література

1. Андреевкова В. Л., Мельничук В. О., Калашник О. А. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід : метод. посіб. Київ : Україна, 2019. 132 с.
2. Когут О.О. Психологія стресостійкості особистості : дис. д-ра психол. наук : Переяслав, 2021. 287 с.
3. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості : дис. д-ра психол. наук : Київ, 2009.
4. Павелків Р.В., Кулаков Р.С. *Проблема формування стресостійкості підлітків в умовах сьогодення. Становлення особистості: персоногенетичний контекст*: збірник тез доповідей II Міжнародної науково-практичної конференції, 23-24 квітня 2024 р., м. Мукачєво / ред. кол. Т. Д. Щербан (гол. ред.) та ін. Мукачєво: Вид-во МДУ, 2024. С. 29-31.
5. Бохонкова Ю. О. Психологічні особливості сприйняття підлітком стресової ситуації та адаптація до неї . *Зб. наук. праць: Філософія. Соціологія. Психологія*. Івано-Франківськ : ВДВ ЦІТ, 2011. № 16. С. 121-128.

Лапікова Марія Сергіївна ,
студентка 2 курсу магістратури
Дніпровського національного університету ім. О. Гончара

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук , доцент
доцент кафедри педагогіки та вікової психології
Дніпровського національного університету ім. О. Гончара
Сурякова Марина Володимирівна

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК БУЛІНГУ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Сьогодні булінг став однією з найбільш поширених форм насильства серед дітей та підлітків у закладах освіти, що підтверджується як вітчизняними, так і міжнародними дослідженнями. Його наслідки виходять далеко за межі шкільного середовища, впливаючи на самооцінку, емоційний стан та соціальну адаптацію особистості у дорослому житті. Тривалий досвід булінгу корелює з підвищеним ризиком депресивних станів, тривожності, соціальної ізоляції та навіть суїцидальної поведінки. В умовах зростання цифрових комунікацій проблема булінгу набуває нових форм (кібербулінг), що ускладнює процеси психологічної підтримки та профілактики. Відтак, усвідомлення впливу булінгу на психологічне благополуччя є необхідною умовою розробки ефективних

стратегій психологічної допомоги, виховання культури толерантності та створення безпечного освітнього середовища.

Огляд наукової літератури продемонстрував значний інтерес до проблеми булінгу. Зокрема, відомими є напрацювання таких учених, як Л. Найдьонова, Т. Пономаренко, а також сучасних зарубіжних дослідників Д. Ольвеуса, Д. Лейна, С. Рігбі. У певний період було привернуто увагу вчених до проблеми міжособистісних конфліктів та девіантної поведінки приділяли (Г. Костюк, Л. Божович, В. М'ясищев), що створило підґрунтя для сучасного розуміння феномена булінгу.

Щодо питання психологічного благополуччя, ним займалися як зарубіжні вчені (К. Ріфф, Е. Дінер, М. Селігман та ін.), так і сучасні українські психологи (Н. Чепелєва, Т. Титаренко, І. Булах та ін.). Важливі підходи до вивчення суб'єктивного благополуччя особистості знаходимо у працях радянських науковців Б. Ананьєва, С. Рубінштейна, О. Леонтьєва, які заклали методологічні основи для подальших досліджень у цій сфері.

Варто почати з того, що у словнику APA Dictionary of Psychology [3] булінг подається як «постійна, погрозлива та агресивна фізична або вербальна поведінка, спрямована на інших, особливо на тих, хто молодший, менший або слабший». Разом з тим, у психологічному словнику «психологічне благополуччя» визначається як «стан гармонії людини із собою та навколишнім світом, що базується на позитивному сприйнятті власного життя, задоволенні основних потреб і відчутті сенсу життя». Цей термін також охоплює здатність особистості адаптуватися до життєвих змін і підтримувати психічну рівновагу за різних обставин [2].

У процесі формування особистості значну роль відіграє «Я-концепція» [1], що народжується через соціальні взаємодії та віддзеркалює культурний розвиток людини. Вона визначає ставлення індивіда до самого себе, рівень самооцінки, ступінь впевненості у власних можливостях та готовність будувати продуктивні стосунки з іншими.

Булінг у цьому контексті виступає потужним деструктивним чинником, оскільки систематичне приниження, ізоляція чи агресивні дії з боку однолітків порушують позитивне самосприйняття, спричиняють зниження самооцінки та формують відчуття власної неповноцінності. У результаті потерпілі від булінгу можуть втратити віру у власні сили, що суттєво обмежує можливості для особистісного зростання.

Психологічне благополуччя, своєю чергою, безпосередньо пов'язане з адекватною «Я-концепцією» та відчуттям внутрішньої гармонії. Людина, яка перебуває у безпечному соціальному середовищі, має більше шансів на формування стабільного емоційного фону, здатності до самореалізації та

побудови довірливих міжособистісних зв'язків. Водночас досвід булінгу може виступати чинником тривожності, депресивних проявів, соціальної замкнутості та зниження загального рівня психологічного благополуччя.

Також результати зарубіжних досліджень показують, що суб'єктивне благополуччя (subjective well-being, SWB) має зв'язок між булінгом та залученням учнів до шкільного життя. Так, жертви булінгу мають нижчий рівень SWB, що призводить до зниження участі в навчальному процесі [5].

Між тим, дослідження китайських студентів-медиків показує, що пережитий булінг впливає на психологічне благополуччя, а фактори-помічники, такі як стиль управління конфліктами та психологічне підкріплення, можуть пом'якшувати цей вплив [7].

В підтвердження, дослідження проведене серед іспанських підлітків (14–15 років) показало: жертви булінгу мають нижчий рівень психологічного (евдемонійського) благополуччя, тоді як агресори – вищий, що піднімає питання, чому така позиційна відмінність існує [4].

При цьому, інше дослідження демонструє, що булінг негативно впливає на ментальне благополуччя, але самоспівчуття та емоційна гнучкість можуть пом'якшувати цей вплив, виступаючи медіаторами [6].

А отже, можна виокремити наступні психологічні особливості впливу булінгу на психологічне благополуччя особистості [1; 4; 5; 6; 7]:

- Зниження самооцінки та порушення «Я-концепції» - так як булінг безпосередньо впливає на формування самооцінки особистості. Постійні приниження, образи та негативна соціальна взаємодія підривають відчуття власної цінності, формують негативне сприйняття себе та сприяють розвитку комплексів неповноцінності. Втрата віри у власні можливості стає фактором, який обмежує реалізацію потенціалу та особистісне зростання.

- Емоційна дезадаптація та розвиток тривожних станів – адже жертви булінгу часто відчувають страх, напруження та тривожність, що призводить до підвищеної емоційної вразливості. Тривалі стресові ситуації формують емоційну дезадаптацію, яка проявляється в депресивних настроях, агресивних реакціях, емоційній нестабільності та зниженні рівня суб'єктивного благополуччя.

- Соціальна ізоляція та порушення міжособистісних стосунків – булінг часто веде до соціальної ізоляції, відчуження від однолітків або колег, формує недовіру до оточення. Це послаблює соціальну підтримку — один із ключових чинників психологічного благополуччя, який допомагає переживати стресові ситуації та зміцнює емоційний стан.

- Зниження мотивації та навчальної активності – проаналізовані дослідження показують, що постраждалі від булінгу менше залучені до

навчального процесу чи професійної діяльності, що опосередковано впливає на їхнє психологічне благополуччя. Втрата мотивації та почуття контролю над власним життям сприяють виникненню апатії та песимізму.

- **Порушення психологічного благополуччя у довгостроковій перспективі** – булінг не лише шкодить на момент взаємодії, а й залишає слід у дорослому житті. Відчуття тривоги, недовіра до інших людей, підвищена вразливість до стресу та соціальна дисфункція можуть зберігатися роками, обмежуючи особистісне та професійне самореалізацію.

У результаті, булінг виступає як багатовимірний деструктивний фактор, що порушує баланс психологічного благополуччя через вплив на самооцінку, емоційний стан, соціальні зв'язки та здатність до самореалізації.

Аналіз наукових досліджень демонструє, що булінг є потужним деструктивним фактором, який негативно впливає на психологічне благополуччя особистості. Його вплив проявляється через зниження самооцінки, порушення «Я-концепції», емоційну дезадаптацію, соціальну ізоляцію та зниження мотивації до навчання і самореалізації. Тривалий досвід булінгу може залишати стійкі психологічні наслідки, знижуючи здатність особистості до продуктивної соціальної взаємодії та збереження внутрішньої рівноваги.

Таким чином, розуміння механізмів впливу булінгу на психологічне благополуччя є необхідною умовою для розробки ефективних програм превенції, психологічної підтримки та створення безпечного соціального середовища для розвитку особистості.

Література

1. Кривопишина О. А., Порядін Є. В. Вплив складних життєвих ситуації на розвиток Я-концепції особистості в юності. *Вісник Національного університету “Чернігівський колегіум” імені Т. Г. Шевченка. Серія: Психологічні науки.* 2021. № 13 (169). С. 77-83.

2. Синявський В. В., Сергєєнкова О. П. Психологічний словник. Київ: Науковий світ, 2007. 274 с.

3. APA Dictionary of Psychology Washington, DC: American Psychological Association, 2023. URL: <https://dictionary.apa.org/bullying> (дата звернення: 07.09.2025).

4. Estévez, E., Jiménez, T. I., Martínez-Ferrer, B., & Moreno-Ruiz, D. Study of the Relationship of Bullying with the Levels of Eudaemonic Psychological Well-Being in Victims and Aggressors. *Sustainability.* 2022. № 14(9). №5609.

5. Huang Y., Chui H. Bullying victimization and school engagement: the role of subjective well-being. *Asia Pacific Education Review.* URL:

<https://link.springer.com/article/10.1007/s12564-025-10078-7>(дата звернення: 07.09.2025).

6. İme Y. The link between bullying victimization and mental well-being: Self-compassion and emotional flexibility as mediators among adolescents. *Current Psychology*. 2025. № 44(5). pp. 3033–3043.

7. Ren L., Kim H. Effects of Bullying Experience on Psychological Well-Being Mediated by Conflict Management Styles and Psychological Empowerment among Nursing Students in Clinical Placement: A Structural Equation Modeling Approach. *Journal of Korean Academy of Nursing*. 2017. №47 (5). pp.700–711.

Лобовікова Софія Андріївна,
студентка 3 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Пономаренко Тетяна Ігорівна

РОЛЬ ОСОБИСТІСНИХ РИС У ФОРМУВАННІ ВРАЗЛИВОСТІ ДО БУЛІНГУ

Актуальність дослідження ролі особистісних рис у формуванні вразливості до булінгу зумовлена тим, що це явище набуває дедалі більшого поширення у школах, вищих навчальних закладах та в онлайн-просторі, завдаючи значної шкоди психічному і фізичному здоров'ю дітей та підлітків. Встановлено, що індивідуально-психологічні характеристики, такі як тривожність, невпевненість, низький рівень соціальних навичок чи надмірна чутливість, можуть підвищувати ризик стати жертвою цькування, тоді як упевненість у собі, стресостійкість та асертивність виконують захисну функцію. У сучасному контексті цифровізації ця проблема ускладнюється появою кібербулінгу, де особистісні риси впливають на сприйняття та переживання агресії по-новому. Саме тому вивчення взаємозв'язку між особистісними рисами та вразливістю до булінгу має важливе теоретичне і практичне значення, адже дозволяє поглибити наукове розуміння механізмів цькування та створити ефективні профілактичні й корекційні програми для підтримки дітей і підлітків.

Аналіз літератури показав, що проблемами булінгу займалися зарубіжні (Д. Ольвеус, П. Хайнеманн, К. Рігбі, Д. Еспеледж, С. Лімбер) та українські (О. Харченко, Т. Гресько, О. Караман, І. Коваль, Л. Найдьонова та ін.) вчені.

Термін «булінг» походить від англійського «bully», що означає «хуліган, забіяка, людина, яка застосовує фізичну силу чи психологічний тиск, аби нашкодити слабшому». Булінг (цькування) – це навмисна або несвідома агресивна поведінка окремої дитини, групи дітей, молоді чи навіть дорослого стосовно іншої дитини або дітей, яка проявляється у фізичному чи психологічному насильстві та жорстокому ставленні [1] .

Основою булінгу виступають статус, влада, суперництво та прагнення до лідерства. Це соціальна форма поведінки, що виникає у відносно стабільних колективах і здатна залучати інших учасників. Для булінгу характерна нерівність сил та впливу, через що жертва опиняється у становищі, коли не може ефективно захиститися від агресивних дій. Саме ця особливість відрізняє булінг від звичайного конфлікту: у конфлікті сторони мають рівні можливості, тоді як у булінгу потерпілий завжди є слабшою стороною, яка не здатна дати відсіч, а проти неї може виступати навіть група. Ще однією ознакою булінгу є усвідомлене прагнення заподіяти іншій людині шкоду та страждання [2] .

На формування вразливості до булінгу впливають різні особистісні риси, які можуть посилювати ризик стати жертвою цькування. Так на рисунку представлено особистісні риси, які можуть впливати на вразливість до булінгу.



Рис. 1: Особистісні риси, які впливають на вразливість до булінгу

З рисунку ми бачимо, що до найпоширеніших особистісних рис, які впливають на формування вразливості до булінгу є альтруїзм, сором'язливість, тривожність, низька самооцінка і емоційна вразливість. Альтруїзм, незважаючи на свою позитивну природу, може підвищувати вразливість до булінгу.

Альтруїстична людина часто ставить потреби інших вище за власні, прагне уникати конфліктів і пробачати образи. Таке ставлення може сприйматися агресорами як слабкість чи готовність миритися з несправедливістю, що провокує їх на повторні дії.

Сором'язливість також є фактором ризику. Сором'язлива людина зазвичай має менше друзів і соціальних зв'язків, а отже, отримує менше підтримки з боку оточення. Вона рідше висловлює власну думку чи відкрито захищається, що робить її «легшою ціллю» для булера, який шукає жертву без сильної соціальної опори.

Тривожність значно підсилює вразливість до булінгу, оскільки тривожні особистості схильні очікувати небезпеку й перебільшувати потенційні загрози. Їхня поведінка часто сигналізує оточенню про страх, що робить їх більш зручними об'єктами для нападів. Високий рівень тривожності також заважає активно захищатися та адекватно реагувати на агресію, створюючи враження беззахисності.

Емоційна вразливість є ще одним фактором, що підвищує ризик стати жертвою. Люди з підвищеною чутливістю болісно реагують навіть на дрібні зауваження, образи чи жарти. Схильність легко ображатися, плакати або замикатися в собі провокує булера повторювати образливу поведінку, адже він отримує очевидний ефект від своїх дій.

Низька самооцінка також суттєво впливає на формування вразливості до булінгу. Невпевненість у собі, схильність сумніватися у власній цінності та залежність від думки інших сприяють тому, що людина не чинить опору агресії. У деяких випадках жертви навіть схильні вважати цькування заслуженим через власні уявні недоліки, що ще більше посилює їхню беззахисність.

Люди, які стають жертвами булінгу, втрачають відчуття емоційної й фізичної безпеки та довіру до середовища, у якому перебувають щодня. Вони відчують безсилля й постійний страх перед загрозою. Наслідками цькування можуть бути тривожні й депресивні стани, ослаблення імунітету, що робить організм більш уразливим до різних хвороб, а також зниження самооцінки. Страх і невпевненість у собі ускладнюють побудову й підтримку дружніх стосунків з однолітками, що спричиняє відчуття самотності. Жертви втрачають інтерес до звичних занять і не здатні повноцінно навчатися. У деяких випадках спостерігається зв'язок між булінгом і розвитком розладів харчової поведінки (анорексія, булімія), психоемоційних порушень (депресія, суїцидальні тенденції) [3].

Тому, щоб не стати жертвою булінгу, важливо розвивати упевненість у собі та адекватну самооцінку, навчитися асертивно відстоювати власні кордони

й при цьому зберігати повагу до інших, формувати добрі стосунки з однолітками та мати підтримку в колективі, а також працювати над стресостійкістю й самоконтролем, щоб не демонструвати страху чи розгубленості у відповідь на провокації, адже саме ці риси роблять людину менш уразливою до цькування.

Література

1. Опанасенко Л. А. Саковська В. В. Формування психологічної готовності педагогів і психологів до роботи з проблемою булінгу: тренінгова програма «Знаю, хочу, вмію, відчуваю, дію!». 2019. 106 с.
2. Сидорук І. Булінг як актуальна соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2015. № 1 (302). С. 169-173.
3. Таєнчук О. М. Що таке «булінг»? І як з ним «боротись»?!. *Сучасний рух науки: тези доп. XI міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, 8-9 жовтня 2020 р. Дніпро, 2020*. 426 с.

Нарусевич Анастасія Янівна,

студентка 4 курсу бакалаврату

Білоцерківського інституту економіки та управління

Університету «Україна»

Науковий керівник:

канд. психол. наук, доцент

кафедри права та соціально-поведінкових наук

Білоцерківського інституту економіки та управління

Університету «Україна»

Хомчук Олена Павлівна

АГРЕСИВНІСТЬ ЯК ЧИННИК БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Проблема агресивності серед підлітків та її проявів у формі булінгу є однією з найактуальніших у сучасній психологічній науці й освітній практиці. У період підліткового віку, коли особистість переживає складні процеси самопізнання, соціалізації та становлення власної ідентичності, емоційна сфера стає особливо напруженою. Зміни у гормональному фоні, потреба у визнанні, прагнення до самоствердження та пошуку власного місця в соціальній групі можуть провокувати появу агресивних форм поведінки. Агресивність, за своєю суттю, не завжди є деструктивною рисою – вона може виступати як природна реакція на фрустрацію чи як спосіб самозахисту. Проте у випадку, коли

агресивність набуває стійкого, неконтрольованого характеру, вона перетворюється на ключовий чинник формування булінгу [1,5].

Булінг у підлітковому середовищі визначається як систематичне насильницьке поводження, спрямоване на приниження, ізоляцію або підкорення іншої особи. Основною рушійною силою цього явища є саме агресивність – як риса особистості, так і соціально зумовлена поведінкова стратегія. Підлітки, схильні до агресивності, часто використовують насильство як засіб утвердження власного статусу в групі, демонстрування сили або контролю над іншими. Для них характерні імпульсивність, низький рівень емпатії, труднощі з емоційною регуляцією та схильність до домінування. Психологічні дослідження показують, що джерелами підвищеної агресивності є несприятливі умови виховання, надмірна жорсткість або байдужість батьків, досвід насильства в дитинстві, дефіцит позитивної уваги та емоційного контакту.

Агресивна поведінка підлітка має не лише індивідуально-психологічне, а й соціально-психологічне підґрунтя. У шкільному середовищі формуються певні групові норми, які часто толерують або навіть заохочують агресію як ознаку сили. Якщо у колективі не встановлено чітких моральних меж, агресивні учні починають домінувати, створюючи атмосферу страху та підпорядкування. У таких умовах булінг стає засобом підтримання статусу в групі. Водночас частина підлітків, які не здатні протистояти агресії через низьку самооцінку або страх бути відкинутими, приймають роль жертви, що ще більше зміцнює агресивну динаміку в колективі [2,5].

Агресивність може мати як відкриті, так і приховані форми. Відкрита агресія проявляється у фізичному чи вербальному насильстві – образах, бійках, погрозах. Прихована агресія виявляється у соціальному відторгненні, маніпуляціях, чутках або ігноруванні. Обидві форми сприяють ескалації конфліктів і руйнують почуття безпеки в освітньому середовищі. Важливо підкреслити, що агресивна поведінка не є вродженою – вона формується під впливом соціального досвіду та може бути скоригована шляхом педагогічного та психологічного втручання.

Попередження агресивності як чинника булінгу передбачає цілеспрямовану роботу з формування емоційної грамотності підлітків. Діти повинні навчитися усвідомлювати власні емоції, розпізнавати стан фрустрації та напруги, а також використовувати конструктивні способи їхнього вираження. Важливим аспектом є розвиток емпатії – здатності розуміти почуття інших людей і співпереживати їм. Саме емпатійна взаємодія є антиподом агресивної поведінки, оскільки базується на принципах взаємоповаги [2,4].

Не менш значущим чинником профілактики агресивності є сімейне виховання. Досвід психологічної безпеки, отриманий у родині, визначає подальші моделі соціальної поведінки. Діти, які виростають у доброзичливій, емоційно стабільній атмосфері, рідше виявляють схильність до насильницьких дій. Навпаки, у сім'ях, де практикується жорсткий контроль або емоційна холодність, агресивність стає способом самоствердження й реакцією на пригнічені потреби. Тому профілактичні програми мають включати роботу не лише з учнями, а й із батьками, підвищуючи їхню психологічну культуру та навички ненасильницької комунікації [2,3].

З педагогічного погляду важливим завданням є створення у школі безпечного та підтримувального середовища, де агресивна поведінка не знаходить соціального підкріплення. Учителі повинні вміти розпізнавати ранні ознаки агресії, своєчасно реагувати на конфлікти й спрямовувати енергію підлітків у конструктивне русло – через участь у спільних проєктах, спорті, волонтерських ініціативах. Такі форми діяльності допомагають молоді реалізувати потребу в активності та самоствердженні без застосування насильства [3].

Отже, агресивність виступає не лише особистісною рисою, а й соціально-психологічним чинником, який у сприятливих умовах може перерости в булінг. Її виникнення пов'язане з комплексом внутрішніх і зовнішніх факторів – особливостями емоційного розвитку, сімейним вихованням, груповими нормами, рівнем культури спілкування. Подолання агресивності в підлітковому середовищі можливе лише за умови цілісного підходу, який поєднує психопросвіту, розвиток емоційного інтелекту, підтримку позитивного клімату в школі та активну позицію педагогів і батьків. Зменшення рівня агресивності безпосередньо сприяє профілактиці булінгу, підвищенню емоційного добробуту підлітків і формуванню зрілої, відповідальної особистості, здатної до гуманних форм соціальної взаємодії.

Література

1. Астремська І. В., Жайворонок Ю. Г. Теоретичні аспекти проблеми дослідження агресивної поведінки особистості. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська академія»*. Сер.: Соціологія. 2013. № 213. С. 111–115.

2. Дмитрієва С., Мачушник О. Підліткова агресивність та шляхи її корекції. *Теоретичні і прикладні проблеми психології. Збірник наукових праць*. 2018. № 1 (45). С. 108–117.

3. Лалак Н. В. Булінг в освітньому середовищі сучасного закладу загальної середньої освіти: теоретичний аспект. *Науковий вісник Мукачівського державного університету*. 2019. № 1. С. 34–36.

4.Лушпай Л. І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2013. № 33. С. 85–88.

5.Самойлов А. М. Агресивність як форма девіантної поведінки підлітків. *Проблеми сучасної педагогічної освіти. Педагогіка і психологія*. 2013. № 39 (4). С. 177–183.

Пасічник Наталія Сергіївна,
кандидат історичних наук, доцент,
доцент кафедри філософських та політичних наук
Білоцерківського національного аграрного університету

ДО ПИТАННЯ ПРО СПІВВІДНОШЕННЯ ПОНЯТЬ «БУЛІНГ» І «МОБІНГ»

Останнім часом зростає кількість публікацій, як в засобах масової інформації, так і в наукових виданнях, присвячених таким соціально-психологічним феноменам, як «булінг» і «мобінг». Незважаючи на те, що обидва терміни використовуються вже понад три десятиліття, дискусії щодо їхнього змістового наповнення й розмежування тривають й досі.

Початківцями у визначенні даних термінів вважаються шведський вчений, психолог Х. Лейман та британська журналістка А. Адамс, які розглядали їх у контексті виробничих відносин. Так, Х. Лейман визначає мобінг як психологічний терор, який здійснюється групою співробітників щодо однієї особи систематично (майже щодня) та протягом тривалого періоду (не менше шести місяців) і призводить до значних психічних, психосоматичних та соціальних наслідків.[10, с. 120]

Попри появу значної кількості наукових досліджень обох явищ, у визначенні цих термінів й досі спостерігаються розбіжності. Часом вони розглядаються як синоніми, при цьому термін «мобінг» частіше використовується в німецькомовних країнах, Скандинавії та Італії, а в англomовних країнах більш популярним є термін «булінг».[12, с. 220; 13, с. 70]

Натомість, частина зарубіжних науковців, вказуючи на спільні риси булінгу та мобінгу, такі як застосування сили та примусу, залякування, систематичність та повторюваність агресивних дій, спрямованість на дегуманізацію людини, ізоляцію та вигнання «жертви», все ж розрізняє ці поняття, визначаючи мобінг як форму групового булінгу [11, с. 88]: «якщо булінг здійснюється групою, це називається мобінгом»[9, с. 760].

Так, Дж. Ввеінхардт та Р. Андріукаїтіене відзначають, що головною характеристикою мобінгу, яка відрізняє це явище від інших форм булінгу, є

«певна змова членів організації з метою маргіналізації жертви» й шкода від мобінгу є набагато більшою, ніж від булінгу.[12, с. 222]

Серед українських науковців також відсутній єдиний підхід щодо тлумачення термінів «булінг» та «мобінг». В більшості наукових розвідок булінг розглядається в контексті освітнього середовища, як систематичне, цілеспрямоване, навмисне цькування, приниження, фізичне чи психологічне насильство, яке одні суб'єкти освітнього процесу (один або група) здійснюють стосовно інших.[1, с. 20; 8, с. 548] Натомість в питанні визначення терміну «мобінг» та його розмежування з булінгом єдина точка зору відсутня. Так, Т. Алексєєнко вважає, що різниця їх вияву полягає у кількісному складі суб'єкта терору: мобінг вчиняється групою, булінг – одноосібно, і в освітніх закладах найчастіше вчиняється мобінг, коли в актах насилля бере участь група учнів.[1, с. 20, 22]

Інші дослідники розглядають мобінг як цькування, психологічний терор в трудових колективах, який може набувати як відвертих, так і завуальованих форм. Наприклад, А. Дудко та О. Стрельченко визначають «мобінг» як систематичний психологічний та/або економічний тиск, який застосовується до працівника у межах трудових відносин, з метою завдання певної шкоди працівнику та створення відповідних умов, щоб він звільнився з займаної посади.[2, с. 64] За такого підходу головним критерієм розмежування цих двох понять виступає сфера прояву кожного з явищ: для мобінгу - трудовий колектив, для булінгу – освітнє середовище.[2, с. 61-62]

Схожої позиції дотримуються Є. Зеленський та О. Карпенко («відмінність між мобінгом та булінгом в Україні полягає в місці вчинення правопорушення (робоче місце та навчальний заклад)»), додаючи як додатковий критерій розмежування учасників насильницьких дій (повнолітні члени робочого колективу та учасники освітнього, одним із яких має бути малолітня або неповнолітня особа).[3, с. 226]

О. Трюхан, розглядаючи мобінг як один з різновидів морального насильства на робочому місці, разом з тим вказує, що це явище характерне для будь-якого колективу, як дитячого, так і дорослого, й для будь-якої сфери діяльності. Вона виділяє дві форми мобінгу: «босинг» («керівник проти підлеглого») та «стафінг» («підлеглі проти керівника»).[7, с. 43]

Українське законодавство, визначаючи як синонім щодо обох термінів – «булінгу» та «мобінгу» - «цькування», разом з тим розмежовує ці поняття. Так, булінг окреслюється як «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»[4]. Натомість «мобінг» законодавець визначає як «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, що проявляються у формі психологічного та/або економічного тиску, зокрема із застосуванням засобів електронних комунікацій, створення стосовно працівника напруженої, ворожої, образливої атмосфери, у тому числі такої, що змушує його недооцінювати свою професійну придатність».[6] Таким чином, українське законодавство головним критерієм розрізнення називає саме сферу протиправного діяння. Відповідно, повноваження складати протокол про вчинення булінгу мають працівники поліції, а розгляд відповідної справи і прийняття щодо неї рішення здійснюється судом, тоді як право складати протоколи про вчинення мобінгу та приймати щодо них рішення мають посадові особи, що уповноважені керівником центрального органу виконавчої влади, який реалізує державну політику з питань нагляду та контролю за додержанням законодавства про працю, а також справи про вчинення мобінгу розглядаються судом.[5, с. 129]

Таким чином, у питанні тлумачення понять «булінг» та «мобінг» можна виокремити три основні підходи у науковій літературі, законодавстві та публіцистиці:

- ототожнення даних термінів, вживання їх як синонімів;
- розмежування понять за кількісним складом учасників, які вчиняють насильство (психологічний та ін. терор);
- розрізнення «булінгу» та «мобінгу» за критерієм сфери прояву обох явищ.

Така термінологічна невизначеність може призвести до отримання недостовірної інформації про поширеність обох явищ, ускладнює їх об'єктивний науковий аналіз та потенційно зменшує доцільність та ефективність профілактичних заходів, спрямованих на попередження булінгу та мобінгу.

Література

1. Алексєєнко Т. Ф. Булінг і мобінг: причини розвитку і шляхи профілактики. *Особистість у просторі виховних інновацій* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Івано-Франківськ, 2018). С. 19–25.
2. Дудко А.Г., Стрельченко О.Г. Адміністративно-правова характеристика поняття «мобінгу». *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Право*. 2022. Том 2, № 74. С. 60- 65.

3. Зеленський Є.С., Карпенко О.М. Відмежування поняття «булінг» від схожих за змістом понять. *Юридичний науковий електронний журнал*. 2020. № 3. С. 225-228.
4. Кодекс України про адміністративні правопорушення (статті 1 - 212-24) / Верховна Рада України : Офіційний вебпортал парламенту України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10#Text>
5. Остапенко О. Булінг і мобінг (цькування) як різновиди насильницьких посягань на фізичну особу. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка»*. Серія: «Юридичні науки». 2023, № 4 (40). С. 124-133
6. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню): Закон України № 2759-IX від 16 листопада 2022 року / Верховна Рада України : Офіційний вебпортал парламенту України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2759-20#Text>
7. Трюхан О.А. Захист працівників від мобінгу на робочому місці: теоретико-правовий аспект. *Актуальні проблеми вітчизняної юриспруденції*. 2017. № 4. С. 42–46. URL: http://apnl.dnu.in.ua/4_2017/12.pdf
8. Філіпенко О.В. Булінг у шкільному середовищі як психолого-педагогічний та соціальний феномен. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2024, № 5(39). С. 538 – 550
9. Adamska-Sałaciak A. On bullying, mobbing (and harassment) in English and Polish: Foreign-language-based / Lexical Innovation in a Bilingual Dictionary. Euralex, Publications. November 23, 2016. P. 758-766 / European Association for Lexicography. URL : https://euralex.org/wp-content/themes/euralex/proceedings/Euralex%202016/euralex_2016_084_p758.pdf
10. Leymann H. Mobbing and Psychological Terror at Workplaces. *Violence and Victims*. 1990. Vol. 5, No. 2. P. 119 – 126. URL : <https://www.mobbingportal.com/LeymannV%26V1990%282%29.pdf>
11. Sloan L.M., Matyók T., Schmitz C.L., Lester Short G.F. A Story to Tell: Bullying and Mobbing in the Workplace. *International Journal of Business and Social Science*. 2010. Vol. 1. №. 3. P. 87-97. URL : https://www.researchgate.net/publication/228782790_A_Story_to_Tell_Bullying_and_Mobbing_in_the_Workplace
12. Vveinhardt J., Andriukaitiene R. Mobbing in the workplace incorporating bullying: theoretical insights. *Гуманітарний вісник ЗДІА*. 2016. № 66 С. 219 – 225
13. Zapf D. Organisational, work group related and personal causes of mobbing/bullying at work. *International Journal of Manpower*. 1999. № 20,1/2. P. 70-85.

Петрівська Ольга Валентинівна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Пономаренко Тетяна Ігорівна

ВПЛИВ БУЛІНГУ НА ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЖИТТЯМ ВПО В УМОВАХ ВІЙНИ

Булінг у школах та громадах є серйозною проблемою, що негативно позначається на психологічному здоров'ї й загальному добробуті дітей. Визнання цієї загрози підтверджується тим, що з 2020 року у світі офіційно відзначається Міжнародний день боротьби з насильством і булінгом у закладах освіти [5]. В Україні, за даними після 2022 року, масштаби цькування серед дітей і підлітків зросли, що робить проблему особливо актуальною.

Ситуація ще складніша для внутрішньо переміщених осіб. Станом на березень 2023 року зареєстровано понад 5 мільйонів ВПО, серед яких близько 25% — діти [5]. Втрата дому, вимушене переселення та потреба в інтеграції у нові громади посилюють ризики соціальної ізоляції та підвищують вразливість до булінгу. В умовах війни діти переживають подвійний стрес: загрозу з боку зовнішніх обставин і можливу агресію чи відторгнення з боку однолітків.

Нині державні структури разом із міжнародними організаціями (МОН та ЮНІСЕФ) впроваджують програми профілактики булінгу та психосоціальної підтримки для дітей і батьків. Проте масштаби викликів свідчать, що ця тема потребує подальших досліджень і комплексних рішень, особливо в контексті захисту прав та добробуту дітей-переселенців.

Дані ЮНІСЕФ показують, що перебування дітей у середовищі збройного конфлікту підвищує ризик поширення булінгу та водночас знижує рівень їхнього психологічного благополуччя. Українські клінічні матеріали підкреслюють, що досвід віктимізації часто супроводжується тривожними та депресивними станами, а інколи й аутоагресивною поведінкою [3]. Національні хвилі дослідження HBSC (ВООЗ/ЮНІСЕФ, 2022–2023) дають оновлену картину добробуту українських підлітків, зокрема щодо поширеності цькування та його психологічних наслідків [1].

Серед українських науковців окрему увагу проблемі булінгу приділяли Л. Лушпай, яка визначає його як соціально-педагогічну проблему та пропонує напрями подолання та І. Сидорук, яка наголошує на актуальності цього явища в освітньому середовищі. Водночас спеціальних досліджень, що розкривають булінг саме серед внутрішньо переміщених дітей і підлітків, практично немає. Хоча питання соціальної адаптації та підтримки ВПО висвітлювали в працях Н.

Бочкор, Н. Гусак, Є. Дубровської та інших дослідників, тема булінгу цієї категорії населення залишається недостатньо розробленою і потребує подальшого вивчення [2, с. 70].

Булінг (цькування) у сучасних умовах трактується як систематичні дії — психологічне, фізичне, економічне чи сексуальне насильство, у тому числі в онлайн-просторі, спрямоване на учасників освітнього процесу. Такі дії завдають шкоди та можуть призводити до соціальної ізоляції. Водночас задоволеність життям у психологічній науці визначається як суб'єктивне відчуття благополуччя та якості життя; серед підлітків вона нерідко оцінюється за допомогою «драбини Кентріла», що застосовується в міжнародних дослідженнях HBSC [5].

Окремої уваги заслуговує рівень задоволеності життям дітей та підлітків із числа внутрішньо переміщених осіб. Дослідження свідчать, що ця категорія демонструє нижчі показники життєвого благополуччя, ніж їхні однолітки, які не переживали вимушене переселення. Причиною є не лише втрата звичного соціального середовища, а й підвищена вразливість до булінгу у нових громадах. Це явище стає додатковим чинником, який поглиблює кризові переживання та негативно впливає на суб'єктивну оцінку якості життя.

Для ВПО характерні специфічні форми булінгу, пов'язані з труднощами адаптації (зміна місця проживання, кола спілкування, освітнього середовища), ризиком стигматизації як «чужих», а також подвійним стресом: з одного боку — наслідки війни, з іншого — агресія чи відторгнення з боку оточення. Такі умови формують несприятливий психологічний фон і сприяють виникненню вторинних проблем.

Наслідки булінгу для внутрішньо переміщених осіб виражаються у зниженні життєвої задоволеності, зростанні тривожності та депресивних симптомів, підвищенні ризику автоагресивних проявів, а також у соціальній ізоляції та втратах в освітній сфері [3].

Дані після 2022 року підтверджують зростання масштабів проблеми. Так, у всеукраїнському опитуванні (листопад 2023 – січень 2024) 24,7% учнів 5–9 класів повідомили, що стали жертвами булінгу після початку повномасштабної війни (n≈5,6 тис.) [4]. Результати HBSC 2022/2023 також засвідчили зниження показників життєвого задоволення серед українських підлітків [1]. Крім того, моніторинги МОМ 2024 описують складні умови проживання переселенців, які підсилюють психосоціальний стрес та ризики соціального виключення.

Важливим напрямом запобігання цькуванню є поширення просвітницьких матеріалів серед учнів і педагогів. Вони містять короткі пояснення сутності булінгу, опис основних його проявів, рекомендації щодо розпізнавання ознак жертви та алгоритм дій у разі потрапляння в небезпечну ситуацію. Окремо

акцентується увага на необхідності звернення по допомогу до дорослих і спеціалізованих служб підтримки. Такі ресурси розповсюджуються у школах та в соціальних мережах, формуючи у дітей розуміння, що проблема булінгу є суспільно значущою та має вирішуватися спільними зусиллями.

Окрім інформаційних буклетів, у школах впроваджуються й інші підходи (табл. 1). Вони спрямовані на формування навичок протидії булінгу, підвищення емпатії та зниження рівня агресії серед ВПО.

Табл. 1

Альтернативні методи профілактики булінгу ВПО

Альтернативні матеріали	Опис	Очікуваний ефект	Приклад застосування
Реальні історії успіху	Розповіді дітей, які подолали булінг завдяки підтримці друзів і педагогів	Підтримка жертв, формування віри у можливість змін	Учень ділиться досвідом, як соціальний педагог допоміг змінити ситуацію
Мотиваційні цитати педагогів	Надихаючі висловлювання та поради від учителів і психологів	Підвищення довіри до дорослих, стимулювання позитивної поведінки	«Булінг не визначає вас – доброта і взаємоповага сильніші»
Рольові ігри	Інтерактивні вправи, де учні приміряють ролі «жертви», «агресора» та «свідка»	Розвиток емпатії, навички комунікації та конструктивного вирішення конфліктів	Симуляція випадку булінгу та спільний пошук рішень у класі

Представлені методи демонструють, що профілактика булінгу має не лише інформаційний, а й практичний вимір. Поєднання візуальних матеріалів, реальних історій, мотиваційних прикладів і рольових ігор дозволяє школам створювати більш безпечне та підтримуюче середовище, що особливо важливо для дітей із числа внутрішньо переміщених осіб.

Булінг має значний негативний вплив на психологічний стан і рівень життєвого задоволення дітей, особливо ВПО. Подолання проблеми можливе через поєднання профілактичних програм, психологічної підтримки та інформаційних кампаній. Подальші дослідження мають бути спрямовані на розробку спеціальних заходів допомоги дітям ВПО у воєнний і післявоєнний період.

Література

1. Аналітичний звіт про здоров'я та добробут українських підлітків у 2022/2023 роках. *Український інститут соціальних досліджень ім. О. Яременка*.. URL: <https://www.uisr.org.ua/analychnyj-zvit-pro-zdorovya-ta-dobrobut-ukrayinskyh-pidlitkiv-u-2022-2023-rokah> (дата звернення: 10.09.2025)

2. Горинська О. І., Лютий В. П. Питання запобігання та протидії булінгу у загальноосвітніх закладах щодо внутрішньо переміщених осіб: аспекти адаптації та соціально-емоційної підтримки. *Грааль науки*. 2023. № 32. С. 69–74.

3. Угрин. Д. Самоушкоджувальна поведінка в дітей та підлітків: можливості терапевтичного оцінювання. Здоров'я України. Інформація для спеціалістів охорони здоров'я. *Health-ua*. URL: <https://health-ua.com/pediatrics/trivozni-rozladi/77709-samoushkodzhuvalna-povednka-vdtej-tapdltkv-mozhlivost-terapevtichnogo-otcny> (дата звернення: 10.09.2025)

4. Мирослава К. Протидія та захист від булінгу щодо дітей ВПО на Рівненщині проблеми та практики їх вирішення: Звіт дослідження / за ред. Марії Цип'ящук, Владислава Єгорова, Рівне: Українська Гельсінська спілка з прав людини, 2024, 226 с.

5. Протидія булінгу / Міністерство освіти і науки України: офіційний веб-сайт. URL: <https://mon.gov.ua/tag/protidiya-bulingu?&tag=protidiya-bulingu> (дата звернення: 10.09.2025)

Пшеничний Кирило Дмитрович,
студент 2 курсу магістратури
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології
Федоренко Алла Федорівна

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК РЕСУРС ПОДОЛАННЯ БУЛІНГУ У ВПО

У сучасних умовах в яких опинилася наша країна, зростає кількість внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Вони змушені були залишити свої домівки через воєнні дії, окупацію чи інші кризові ситуації. Адаптація до нових умов життя супроводжується численними труднощами: втрата соціальних зв'язків, невизначеність майбутнього, матеріальні проблеми, психологічні травми. Одним із найбільш загрозливих явищ, з яким можуть стикатися ВПО, особливо діти та підлітки, є булінг у нових освітніх і соціальних середовищах.

Булінг негативно впливає на психоемоційний стан особистості, посилює відчуття відчуження, безпорадності та соціальної ізоляції. Для ВПО, які вже пережили стрес, наслідки цькування можуть бути значно важчими, ніж для інших категорій населення. Саме тому пошук ресурсів подолання булінгу є надзвичайно важливим завданням сучасної психології, педагогіки та соціальної роботи.

Одним із ключових ресурсів виступає стресостійкість як здатність особистості зберігати психологічну рівновагу, адекватно реагувати на

труднощі, протистояти негативним впливам середовища та конструктивно долати кризові ситуації. Формування стресостійкості сприяє зниженню негативних наслідків булінгу, підвищує рівень адаптації та інтеграції ВПО у нові соціальні групи, а також створює основу для розвитку позитивних стратегій поведінки.

Таким чином, дослідження стресостійкості як ресурсу подолання булінгу у ВПО є актуальним, адже воно має як теоретичне, так і практичне значення: допомагає визначити ефективні шляхи підтримки внутрішньо переміщених осіб, сприяє створенню безпечного середовища та формуванню психологічної стійкості, необхідної для життя в умовах постійних соціальних викликів.

З початком повномасштабного вторгнення країни агресора феномен стресу та стресостійкості набув ще більшої популярності серед досліджень вчених (Н. Андріяшина, О. Іванова, Ю. Крючкова, Т. Пономаренко, Л. Потапюк, М. Товстокора, М. Шпак, А. Федоренко та ін.).

Аналіз джерел дав можливість виокремити три підходи до розуміння феномену стресостійкості [4]:

- як здатність особистості протидіяти негативним ситуаціям (Г. Дубчак, М. Корольчук, В. Крайнюк, А. Косенко, Т. Кочергіна та ін.);
- як готовність особистості протидіяти стресу (М. Дяченко, Т. Пономаренко та ін.);
- як інтегративну властивість особистості (О. Кравцова, в. Крайнюк та ін.).

Також варто зазначити, що з поняттям стресостійкості тісно пов'язані адаптивність, емоційна стійкість, резильєнтність та життєстійкість [1].

Як і будь-який психологічний феномен, стресостійкість має свою будову. Так, найбільш повною, на нашу думку, є запропонована С. Мартинюк [3] будова стресостійкості особистості. Вона виокремлює наступні компоненти [34, с. 180]:

- Спрямованість особистості – у ВПО визначає, наскільки людина орієнтована на подолання труднощів чи, навпаки, на уникнення проблем. Орієнтація на розвиток і пошук підтримки допомагає легше протистояти булінгу.

- Ситуативна та особистісна тривожність – переселенці часто мають підвищений рівень тривожності через пережиті втрати. В умовах булінгу це може посилювати почуття небезпеки, однак розвиток стресостійкості дозволяє знижувати надмірну тривогу та реагувати більш конструктивно.

- Локус контролю – ВПО з внутрішнім локусом контролю краще справляються з булінгом, адже відчують власний вплив на ситуацію.

Зовнішній локус (звичка покладатися на випадок чи інших людей) може посилювати безпорадність.

- Особистісна рефлексія – це уміння аналізувати власні емоції й поведінку допомагає ВПО усвідомити механізми впливу булінгу та виробляти адекватні стратегії реагування.

- Самооцінка – адекватна самооцінка знижує вразливість до булінгу, тоді як занижена або завищена може провокувати жертвену або конфліктну позицію у ВПО.

- Когнітивний стиль – гнучкість мислення сприяє швидшій адаптації ВПО в новому середовищі та пошуку рішень у складних ситуаціях булінгу, тоді як ригідність мислення підвищує ризик деструктивних реакцій.

- Показники нейротизму – високий рівень емоційної нестабільності робить ВПО більш уразливими до стресу й булінгу. Низький рівень нейротизму пов'язаний із більшою стійкістю, спокоєм і здатністю протистояти негативному тиску.

При цьому, відомо що ВПО перебувають у постійних стресових умовах через війну, втрати, переселення, труднощі навчання та побуту. При цьому, результати дослідження [2] показали, що високу стресостійкість мають 23,3% ВПО (нижча, ніж у переселенців за кордон – 33,3%), помірний рівень у 46,7% респондентів, а низький у 26,7% ВПО (частіше, ніж у переселенців за кордон – 20%). Разом з тим, щодо копінг стратегій, то уникання проблемобирають 50%, пошук соціальної підтримки 30%, а активне вирішення проблем лише 20%. Відтак, ВПО частіше мають труднощі з адаптацією, самоорганізацією навчання, вибирають менш продуктивні стратегії подолання стресу й потребують цілеспрямованої психологічної підтримки.

Аналіз особливостей психологічного стану внутрішньо переміщених осіб засвідчує, що вони перебувають у постійних стресових умовах, які підсилюються втратою дому, соціальних зв'язків, матеріальних ресурсів та труднощами адаптації до нового середовища. Виявлено, що значна частина ВПО має низький або помірний рівень стресостійкості, що знижує їхню здатність конструктивно реагувати на виклики та підвищує ризик використання неефективних стратегій подолання, зокрема уникання проблем.

Це визначає необхідність цілеспрямованого розвитку стресостійкості ВПО як важливого ресурсу збереження психічного здоров'я та адаптації. Ефективним може бути лише комплексний підхід, що включає психологічну підтримку, навчання технік саморегуляції, формування навичок активного подолання стресу, розвиток соціальних зв'язків і створення сприятливих умов для інтеграції в нове середовище. Такий підхід дозволить зміцнити внутрішні

ресурси ВПО та підвищити їхню здатність успішно долати як індивідуальні труднощі, так і соціальні виклики, у тому числі явища булінгу.

Література

1. Кондратюк С. М. Життестійкість як ресурс подолання життєвих труднощів в умовах війни. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. № 4. С. 78-83.
2. Крючкова Ю. В. Особливості стресостійкості та використання копінг-стратегій студентами внутрішньо переміщеними і виїхавшими за кордон України. *Scientific Theories and Practices as an Engine of Modern Development: XII International scientific and practical conference (February 28 – March 1, 2024) Bratislava, Slovakia, International Scientific Unity*. 2024. С. 257-261.
3. Мартинюк С. Р. Аналіз зумовленості стресостійкості її первинними характеристиками. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. 2007. № 10 (7). С. 178–183.
4. Шишин А. В., Пономаренко Т. І. Психологічні особливості стресостійкості особистості в умовах невизначеності. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2023. № 16. С. 64–71.

Радулов Олександр Олександрович,

студент 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Хомчук Олена Павлівна

РОЗВИТОК АВТОНОМНОСТІ ЮНАКІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА УМОВА ПОПЕРЕДЖЕННЯ БУЛІНГУ

У сучасному освітньому просторі проблема булінгу продовжує залишатися однією з найгостріших соціально-психологічних викликів. Агресивні взаємини серед підлітків і юнаків не лише порушують безпечне середовище навчання, а й справляють тривалий вплив на становлення особистості, її емоційний стан і подальший розвиток. Одним із важливих чинників, що може запобігти виникненню і поширенню булінгу, є розвиток автономності особистості. Саме автономність дозволяє юнакові формувати внутрішню позицію, стійку до

зовнішнього тиску, впевнено відстоювати власні межі та приймати самостійні рішення, не піддаючись негативному впливу групи.

Автономність у психологічному розумінні – це здатність людини діяти відповідно до власних переконань, цінностей і цілей, зберігаючи при цьому здатність до соціальної взаємодії й відповідальності. Вона передбачає сформоване почуття власного «Я», уміння критично мислити, рефлексувати та брати на себе відповідальність за вибір. У період юності розвиток автономності стає одним із провідних новоутворень особистості. Це час активного становлення самосвідомості, усвідомлення власних кордонів і прагнення до самостійності у прийнятті рішень. Саме в цей період людина визначає власну життєву позицію, а від того, наскільки вона буде внутрішньо незалежною, залежить рівень її психологічної стійкості до соціальних ризиків, у тому числі до булінгу [2,4].

Психологічна автономність виступає важливим бар'єром проти агресивного впливу групи. Булінг у юнацькому середовищі часто пов'язаний із конформізмом, прагненням бути прийнятим у групі навіть ціною приниження інших. Особи з низьким рівнем автономності схильні підкорятися груповому тиску, виконуючи роль агресора або спостерігача, аби не втратити соціальний статус. Натомість автономні юнаки здатні зберігати внутрішню незалежність, критично оцінювати поведінку однолітків і чинити опір груповим нормам, які суперечать їхнім моральним переконанням. Така позиція знижує ризик участі у булінгу і сприяє формуванню здорових міжособистісних стосунків [1,3].

Формування автономності тісно пов'язане з розвитком самоповаги, упевненості в собі та усвідомленням власної цінності. Юнаки, які володіють високою самооцінкою, менш схильні до ролі жертви, оскільки не дозволяють іншим порушувати свої психологічні межі. Водночас вони рідше вдаються до агресивних дій, оскільки не потребують самоствердження за рахунок приниження інших. Таким чином, автономність сприяє гармонізації внутрішнього світу особистості, а отже, і стабілізації соціальних відносин у молодіжному середовищі [3].

Розвиток автономності юнаків має відбуватися у взаємодії з важливими соціальними інститутами – родиною, школою та ровесницьким оточенням. У сім'ї закладаються основи самостійності через надання дитині права вибору, підтримку її ініціативи та формування почуття відповідальності за власні дії. Надмірна опіка або, навпаки, байдужість з боку батьків гальмують становлення автономності, створюючи залежну або неадаптовану особистість. Освітній простір має також виконувати функцію розвитку критичного мислення та формування моральної свідомості. Педагогічні підходи, засновані на

партнерстві, довірі та повазі до індивідуальності учня, сприяють зростанню внутрішньої самостійності та впевненості у власних силах.

Особливу роль у формуванні автономності відіграє розвиток рефлексивних і комунікативних навичок. Юнаки мають навчитися усвідомлювати власні емоційні реакції, аналізувати мотиви поведінки – свої та інших людей, розпізнавати спроби маніпуляції чи психологічного тиску. Такі навички стають ефективним інструментом самозахисту від булінгу, адже дозволяють людині не потрапляти в ситуації психологічної залежності та не піддаватися провокаціям [2].

З психологічного погляду розвиток автономності передбачає поступовий перехід від зовнішньої мотивації до внутрішньої. Коли юнак керується не страхом осуду, а власними переконаннями, він здатен протистояти деструктивним груповим нормам і зберігати моральну цілісність. Цей процес вимагає внутрішньої зрілості, сформованої системи цінностей і позитивного досвіду самостійних рішень. Тому важливо, щоб освітні й виховні програми включали елементи розвитку емоційного інтелекту, самоусвідомлення та морального вибору [2,3].

Таким чином, розвиток автономності юнаків виступає ключовою психологічною умовою попередження булінгу, оскільки забезпечує внутрішню незалежність, критичне мислення, здатність до відповідального вибору і повагу до себе та інших. Автономна особистість не лише уникає участі в агресивних діях, але й може стати захисником жертви, оскільки її поведінка ґрунтується на етичних переконаннях, а не на зовнішньому тиску. Розвиток автономності – це не лише засіб профілактики насильства в підлітковому та юнацькому середовищі, але й важливий етап становлення зрілої, морально свідомої особистості, здатної до конструктивної взаємодії в суспільстві. Формування такої автономності вимагає комплексного підходу, який об'єднує психологічну просвіту, виховання емоційної компетентності, розвиток критичного мислення й підтримку індивідуальної самореалізації кожного юнака.

Література

1. Алексєєнко Т. Ф. Булінг і мобінг: причини розвитку і шляхи профілактики. *Особистість у просторі виховних інновацій* : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Івано-Франківськ, 19 жовт. 2018 р.). Івано-Франківськ : НАІР, 2018. С. 19–25.
2. Бурдукало М. М. Автономізація особистості як новоутворення юнацького віку. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2013. № 18. С. 112–119.
3. Хавула Р. Роль особистісної автономії у побудові життєвої перспективи в юнацькому віці. *Проблеми гуманітарних наук. Серія : Психологія*. 2015. № 35. С. 313–323.

4. Чайка Г. В. Автономія як складова психологічного благополуччя в сучасних дослідженнях. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. 7. Психологія обдарованості.* 2017. № 13. С. 294–304.

Романов Олександр Георгійович,
аспірант кафедри соціальної освіти та соціальної роботи
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова

Науковий керівник:
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри соціальної освіти та соціальної роботи
Мирошніченко Наталія Олександрівна

ОСОБИСТІСНІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДЛІТКІВ ЯК СКЛАДНИК ПРОТИДІЇ КІБЕРБУЛІНГУ

Віртуальне середовище стало невід’ємною складовою розвитку та спілкування підлітків. Діти активно адаптуються до кіберпростору, розвивають нові можливості, здобувають знання, всебічно розвиваються. Разом з тим, існують ризики, зокрема у спілкуванні, призводячи до явища кібербулінгу, який негативно впливає на особистість підлітків. Небезпечність ситуації виникає через специфіку віртуального простору – це анонімність, можливість фальсифікувати ідентичність, швидкість поширення інформації, неможливість притягнення до відповідальності, широка аудиторія, неконтрольованість і тривале зберігання травмуючої інформації. Підлітковий вік є періодом, коли, ще не маючи життєвого досвіду дорослих, діти часто не помічають онлайн-загроз.

Тому, актуалізується питання розробки стратегій запобігання кібербулінгу, серед яких є здатність протидіяти кібербулінгу через розвиненість в підлітків особистісних особливостей та навичок.

Проблема кібербулінгу активно досліджується зарубіжними та вітчизняними науковцями. Вплив на поведінку, розвиток та здоров’я дітей, причини кібербулінгу досліджують М. Гамбургер, С. Лоу, А. Носентіні, Ч. Жу та інші. Окремі аспекти запобігання і подолання кібербулінгу серед дітей та підлітків розкривають в своїх дослідженнях Л. Канішевська, О. Міхеєва, М. Корнієнко, В. Шахрай та інші. Необхідність цілеспрямованих дій для запобігання кібербулінгу відображено в наказі МОН України «Деякі питання

реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти».

К.Чжу, С.Хуан, Р.Еванс, В.Чжан виділили категорії передумов кібербулінгу – особисті та ситуаційні чинники. Науковці здійснили комплексний огляд глобальної ситуації, факторів ризику та профілактичних заходів кібербулінгу. [5]

Л.Онуфрієва, О.Чайковська провели аналіз взаємозв'язку між рівнем агресивності підлітків і їхньою схильністю до проявів кібербулінгу. Розглянули причинно-наслідковий зв'язок між агресивною поведінкою підлітків та іншими чинниками, такими як виховання, середовище, шкільна атмосфера, використання технологій тощо. [3]

В.Шахрай визначила причини кібербулінгу, а саме: ефект розгальмування поведінки підлітків онлайн, який відображається у зниженні внутрішньої цензури під час спілкування в кіберпросторі; брак впевненості у кривдників та їх бажання контролювати інших; сприйняття учнями кібербулінгу як розваги. [4]

О. Міхеєва, М. Корнієнко стверджують, що явище кібербулінгу зумовлено особливостями, такими як перебудова організму, зміни у психо-фізичному стані підлітків, набуття нових соціальних ролей, загострення певних рис характеру, кризою підліткового віку. [1]

А. Найдьонова провела паралелі між патернами поведінки жертви булінгу та кібербулінгу та стверджує, що існує тісний взаємозв'язок між поведінковими та особистісними особливостями жертви та здійснюваними щодо неї насильницькими діями. [2]

Опираючись на дослідження науковців, можна стверджувати, що існує зв'язок між психолого-поведінковими особливостями підлітків та тим, що саме підлітки найчастіше стикаються з явищем кібербулінгу та ініціюють його.

Беручи до уваги дослідження науковців, нами було визначено чинники, які впливають на виникнення кібербулінгу в підлітковому середовищі:

1. Внутрішні (індивідуальні) – це самооцінка, самоставлення, низькі когнітивні здібності, темперамент, особливості характеру, недостатня розвиненість саморегуляції, низька мотивація до комунікації, рівень розвитку комунікативних навичок, копіювання поведінки найближчого оточення (сім'ї, однолітків, авторитетних педагогів), відсутність емоційної близькості чи підтримки в складних життєвих ситуаціях, потреба в схваленні, минулий досвід власної поведінки.

2. Зовнішні (групові або соціальні) – відсутність просвітницької роботи або її недостатність, пошук легких способів взаємодії, відсутність роботи з розвитку асертивної поведінки та навичок ненасильницького

спілкування, жорсткі стилі сімейного виховання, відсутність контролю батьків, система взаємовідносин в колективі, закладі освіти, вплив суспільства та засобів масової інформації.

З метою виявлення особистісних особливостей протидії кібербулінгу в підлітковому середовищі нами було визначено ключові компоненти означеного феномена.

До компонентів особистісних особливостей протидії кібербулінгу було віднесено: емотивно-когнітивний, мотиваційно-ціннісний, комунікативно-конативний (поведінковий).

Основними критеріями для визначення емотивно-когнітивного компонента нами було обрано: ступінь поінформованості підлітка про феномен кібербулінгу, його емоційне ставлення до кібербулінгу, до себе та до інших учасників взаємодії з показниками емпатії, самоконтролю.

Визначаючи мотиваційно-ціннісний компонент проявів кібербулінгу, враховували позиції вчених про те, що підлітковий вік криє в собі чималі ресурси в розвитку мотиваційно-ціннісної сфери.

Основним критерієм обрано мотивацію до самоосмислення з показниками уявлення про власні стимули щодо взаємодії з однолітками, ціннісні орієнтації у спілкуванні в умовах віртуального простору.

Комунікативно-конативний (поведінковий) реалізується через комунікативний досвід підлітка й впливає на його осмислення життя, визначає структурну організацію та змістовне наповнення його поведінки.

Основним критерієм для визначення вказаного компонента обрано саморегуляція, асертивність.

Підлітки, які виявляють високий рівень особистісних характеристик мають знання щодо поняття кібербулінг, здатні його розпізнати, мають розвинені якості асертивності, потребу у встановленні взаємозв'язків на засадах ціннісних орієнтацій у спілкуванні, дотримуються норм спілкування в кібер-просторі, здатні продуктивно розв'язувати проблемні ситуації та готові до самозахисту, спроможні самореалізуватися у віртуальному просторі.

Отже, нами визначено внутрішні та зовнішні чинники, які впливають на виникнення кібербулінгу серед підлітків. До них належать: внутрішньо-особистісні характеристики підлітків, копіювання поведінки найближчого оточення, відсутність емоційної близькості чи підтримки в складних життєвих ситуаціях, низький рівень розвитку комунікативних навичок, вплив суспільства та засобів масової інформації, відсутність роботи з розвитку асертивної поведінки та навичок ненасильницького спілкування, система взаємовідносин в колективі, сім'ї, інше. Встановлено, що з'ясування стану готовності підлітків

протидіяти кібербулінгу доцільно здійснювати за емотивно-когнітивним, мотиваційно-ціннісним, комунікативно-конативним компонентами.

Подальші наукові розвідки будуть спрямовані на обґрунтування моделі, що включає структуру особистісної протидії кібербулінгу підлітків.

Література

1. Міхеєва О. Ю., Корнієнко М.М. Кібербулінг як соціально-педагогічна проблема. *Молодий вчений*. 2018. № 11 (63). С. 247-250.

2. Найдьонова Л. А. Розвиток медіаосвіти в територіальній громаді: шляхи подолання психологічних наслідків війни: методичні рекомендації. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2023. 68 с.

3. Онуфрієва Л. А., Чайковська О. М. Взаємозв'язок агресивності із проявами кібербулінгу серед підлітків. *Габітус*. 2025. № 69. С. 208.

4. Шахрай В. М. Запобігання і подолання булінгу як наукова та соціально-виховна проблема. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 5(33). С. 1320 – 1333.

5. Zhu, C., Huang, S., Evans, R., & Zhang W. Cyberbullying Among Adolescents and Children: A Comprehensive Review of the Global Situation, Risk Factors, and Preventive Measures. *Front. Public Health. Frontiers in public health*. 2021. № 9. № 634909.

Росоха Наталія Михайлівна,
викладачка кафедри соціальної роботи
Карпатського інституту підприємництва
Університету «Україна»

ЦИФРОВИЙ ПРОСТІР ЯК СЕРЕДОВИЩЕ РИЗИКУ: ВИЯВЛЕННЯ ЛАТЕНТНИХ ФОРМ БУЛІНГУ ТА ШЛЯХИ ЇХ ПОДОЛАННЯ

У сучасному інформаційному суспільстві цифрові комунікації стали невід'ємною частиною повсякденного життя дітей і підлітків, що породжує нові форми соціальної взаємодії й нові види загроз. Кібербулінг, зокрема в латентних, прихованих формах такі як маніпуляції, соціальне виключення, цифровий газлайтинг, становить серйозну загрозу для психологічного здоров'я молоді. Відчуття провини, сорому, втрата автономії, занижена самооцінка, підвищена тривожність відповідають численним дослідженням як часті супутники жертв, особливо коли агресія не явна, а під дахом маніпулятивних тактик. Для ефективної протидії важливо добре усвідомлювати клінічні й соціально-психологічні механізми захисту та впроваджувати комплексні діагностичні й інтервенційні методи, здатні виявляти латентні прояви булінгу.

Проблема латентних форм булінгу в цифровому середовищі відображена у працях сучасних дослідників, серед яких Chen H.-Y., Li C.-T. [2], Fernández-Antelo I., Cuadrado-Gordillo I. [4], Özdemir E. Z., Bektaş M. [6], Gottschalk F. [5], Prama T. T., Amrin J. F., Anwar M. M., Sarker I. H. [8], а також автори лонгітюдних і порівняльних досліджень, що вивчали зв'язок між локусом контролю, самоефективністю та вразливістю до кібербулінгу — Gong X., Huebner E. S., Tian L. [1]; Graham B., Bowes L., Ehlers A. [3]; Arató N., Zsidó A. N., Rivnyák A., Péley B., Lábadí B. [7]. Їхні роботи окреслюють психологічні, соціальні й технологічні виміри проблеми, демонструючи зростаючий науковий інтерес до виявлення прихованих і маніпулятивних форм цифрового насильства.

Питання латентних форм булінгу обговорюється переважно в контексті кібербулінгу та реляційних форм переслідування. В роботі *Cyberbullying: An overview of research and policy in OECD countries* акцентується увагу на розмаїтті форм кібербулінгу: від прямої агресії до соціального виключення, пліток, видавання себе за іншу особу, приниження через публікацію фото/відео — усе це може бути латентним, коли немає явних образ чи відкритої агресії, але існує негативний психологічний вплив [5].

Соціально-психологічні дослідження підтверджують, що локус контролю — відчуття контролю над власним життям — відіграє ключову роль у тому, наскільки суб'єктивно шкідливим стає досвід кібербулінгу. У дослідженні китайських школярів виявлено, що діти, які сприймають себе як жертви й мають зовнішній локус контролю, частіше й сильніше переживають внутрішні (тривога, депресія) та зовнішні проблеми (агресивність, порушення поведінки) у відповідь на традиційний булінг і кібербулінг; при цьому зв'язок між кібербулінгом і довгостроковими проблемами модерується саме локусом контролю [1].

Дослідження „The Effects of Self-Efficacy and Locus of Control on Cyberbully/Victim Status in Adolescents“ показує, що рівень самоефективності і локусу контролю суттєво передбачає ймовірність стати жертвою або агресором у кібербулінгу: низька самоефективність і високий зовнішній локус контролю підвищують ризик [6]. Також в роботі «External Locus of Control but not Self-Esteem Predicts Increasing Social Anxiety Among Bullied Children» вказано, що у дітей, які піддаються інтенсивному булінгу, зовнішній локус контролю пов'язаний із зростанням соціальної тривожності з віком, тоді як самооцінка перебуває на іншому рівні порушень або менш чутливо реагує на булінг [3].

З соціально-емоційної сторони, сімейна підтримка, здатність регулювати емоції і сприйняття підтримки від однолітків відіграють роль факторів захисту. Дослідження *Risk and Protective Factors in Cyberbullying: the Role of Family, Social Support and Emotion Regulation* показує, що діти з високою емоційною регуляцією, які відчувають підтримку сім'ї та друзів, мають нижчий ризик як

бути жертвами, так і агресорами кібербулінгу; навпаки, труднощі з контролем імпульсів або з ідентифікацією власних емоцій створюють ризикові профілі [7].

Також дослідження *Moral Disengagement as an Explanatory Factor of the Polyvictimization of Bullying and Cyberbullying* вказує на те, що жертви, які зазнають одночасно офлайн і онлайн булінгу, часто застосовують механізми морального дистанціювання (moral disengagement) — тобто внутрішнього виправдання, неусвідомлення або зменшення відповідальності агресорів, що може бути маніпулятивним компонентом, коли агресор стимулює таке дистанціювання, або коли жертва сама розвиває такий захист [4].

У технологічному контексті, методи виявлення булінгу розвиваються швидко: детекція з використанням машинного навчання, глибоких нейронних мереж, трансферного навчання. Наприклад, огляд *HENIN: Learning Heterogeneous Neural Interaction Networks for Explainable Cyberbullying Detection on Social Media* описує модель, яка не тільки класифікує повідомлення як булінг / не булінг, але й виділяє підґрунтя — які саме коментарі чи взаємодії дали підставу класифікації, що важливо для виявлення латентних проявів булінгу, де агресія не в явній формі [2]. Також робота *AI Enabled User-Specific Cyberbullying Severity Detection with Explainability (2025)* включає характеристики жертв (самооцінка, тривожність, поведінкова історія), що дозволяє враховувати індивідуальні психологічні чинники при оцінці тяжкості випадків кібербулінгу [8].

Проте значні обмеження існують: більшість технологічних моделей навчені на корпусах із явним текстовим булінгом, і вони часто ігнорують контекст, сарказм, подвійні повідомлення чи імплікації, відчуття тиску, маніпуляції, які можуть бути латентними. Також часто немає прозорості інформації про те, які саме психологічні показники жертви (відчуття автономії, провина, сором) враховуються.

На основі аналізу цих даних можна запропонувати шляхи подолання латентних форм булінгу: інтегровані програми підтримки дітей і підлітків, які включають розвиток самоефективності та внутрішнього локусу контролю, навички емоційної регуляції, а також освітні компоненти для батьків і вчителів, щоб вони могли розпізнавати маніпулятивні тактики. Особлива увага має бути до контексту онлайн-спільнот: норм, що заохочують мовчання або ігнорування жертви, робота зі свідками (bystanders), а також розробка інструментів і політик для платформ із можливістю пояснення рішень (explainability), прозорості модерації та захисту приватності. Важливим є також культурне адаптування інтервенцій: локальні дослідження у різних соціальних контекстах допоможуть врахувати особливості маніпуляції й сприйняття провини/сорому.

Література

1. Gong X., Huebner E. S., Tian L. Bullying victimization and developmental trajectories of internalizing and externalizing problems: the moderating role of locus

of control among children. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2021. № 49. pp. 351–366.

2. Chen H.-Y., Li C.-T. HENIN: Learning Heterogeneous Neural Interaction Networks for Explainable Cyberbullying Detection on Social Media. *arXiv preprint*. URL: <https://arxiv.org/abs/2010.04576> (дата звернення: 09.10.2025).

3. Graham B., Bowes L., Ehlers A. External locus of control but not self-esteem predicts increasing social anxiety among bullied children. *Clinical Psychology in Europe*. 2022. № 4. e3809.

4. Fernández-Antelo I., Cuadrado-Gordillo I. Moral disengagement as an explanatory factor of the polyvictimization of bullying and cyberbullying. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2019. № 16 (13). №2414.

5. Gottschalk F. Cyberbullying: an overview of research and policy in OECD countries. *OECD Education Working Papers*. 2022. 75 p.

6. Özdemir E. Z., Bektaş M. The effects of self-efficacy and locus of control on cyberbully/victim status in adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*. 2021. № 61 (3). pp. 300–307.

7. Arató N., Zsidó A. N., Rivnyák A., Péley B., Lábadi B. Risk and protective factors in cyberbullying: the role of family, social support and emotion regulation. *International Journal of Bullying Prevention*. 2022. № 4. pp. 160 – 173.

8. Prama T. T., Amrin J. F., Anwar M. M., Sarker I. H. AI Enabled User-Specific Cyberbullying Severity Detection with Explainability. *arXiv preprint*. URL: <https://arxiv.org/abs/2503.10650> (дата звернення: 09.10.2025).

Харченко Світлана Ігорівна

асистентка кафедри психології та здоров'я людини
Білоцерківського національного аграрного університету

Петренко Ольга Михайлівна

асистентка кафедри психології та здоров'я людини
Білоцерківського національного аграрного університету

БУЛІНГ ЯК ЧИННИК ВПЛИВУ НА РОЗВИТОК ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ПІДЛІТКІВ

Сучасне підліткове середовище характеризується високим рівнем соціальних викликів, серед яких значне місце посідає булінг. За даними міжнародних досліджень, від 20% до 35% учнів різних країн хоча б раз у житті ставали жертвами цькування [5]. Булінг негативно впливає на психічне здоров'я, знижує академічну успішність, руйнує соціальні зв'язки та може

формувати відчуття соціальної ізоляції [1]. Водночас підлітковий вік є сенситивним періодом для розвитку креативності, що тісно пов'язана з емоційною сферою, соціальними навичками та когнітивною гнучкістю [6].

Постає питання: чи є досвід булінгу лише чинником пригнічення творчого потенціалу, чи він також може трансформуватися у певні форми креативності, зокрема конструктивні або деструктивні?

Метою даної роботи є проаналізувати взаємозв'язок між булінгом і проявами творчого потенціалу у підлітків, а також окреслити роль соціальних навичок та резилієнтності як можливих буферних факторів.

Аналіз наукової літератури свідчить, що вплив булінгу на креативність є багатограним:

Негативний вплив: досвід жертви булінгу часто асоціюється з тривожністю, депресивними станами, низькою самооцінкою, що безпосередньо знижує здатність до творчого потенціалу особистості [2].

Деструктивна креативність: деякі дослідження вказують на розвиток так званої «malevolent creativity» («деструктивна креативність», «зловмисна креативність», «творчість із шкідливими намірами»), коли підлітки починають використовувати винахідливість для агресивних чи маніпулятивних цілей [7].

Резилієнтність і просоціальна креативність: водночас інші роботи демонструють, що креативність у поєднанні із соціальними навичками може бути фактором стійкості, допомогати підліткам долати труднощі і формувати просоціальну поведінку [3].

Таким чином творчість може виступати як механізмом ризику так і ресурсом адаптації, залежно від індивідуальних та соціальних умов.

Якщо виділити основні результати аналізу літератури, то можна прийти до висновку, що булінг пригнічує конструктивні форми творчості: через страх осуду та емоційну напругу підлітки нерідко уникають проявів ініціативності та креативності в навчальному середовищі.

«Деструктивна креативність» як наслідок стресу : підлітки, які пережили булінг, інколи демонструють креативність у формах помсти, глузувань чи агресивних стратегій, що підтверджується дослідженнями в азійських країнах [7].

Креативність і соціальні навички як буфер: розвиток комунікативних умінь, емпатії та креативного мислення підсилює резилієнтність та знижує ризик негативних наслідків булінгу [3].

Арт-терапія та творчі інтервенції виявляють високу ефективність у профілактиці булінгу, сприяють зміцненню емоційної стійкості та формуванню згуртованого класного колективу [4].

Отже, булінг має суперечливий вплив на креативність: у більшості випадків він її пригнічує, проте може стимулювати розвиток деструктивних форм креативності. Соціальні навички та креативність у взаємозв'язку виступають захисними факторами, що підсилюють резилієнтність підлітків. В освітньому середовищі доцільно впроваджувати інтегровані програми, які поєднують розвиток творчих здібностей і тренінги соціальних навичок. Це сприятиме зниженню рівня булінгу та формуванню просоціальної поведінки.

Література

1. Bai Y. Longitudinal effects of peer victimization on adolescent mental health. *Journal of Adolescence*. 2025. Vol. 98. P. 45–57.
2. Meta-analysis of the psychological consequences of bullying. *Frontiers in Psychology*. 2022. P. 55–56.
3. González Moreno A., Molero Jurado M. d. M. Social skills and creativity as elements that enhance resilience in adolescence. *Behavioral Sciences*. 2024. Vol. 14, No. 12. P. 1158. DOI: <https://doi.org/10.3390/bs14121158>
4. Art-based interventions in bullying prevention among adolescents. *International Journal of Research and Practice Review (IJRPR)*. 2024. Vol. 5, No. 7. P. 112–120.
5. Martínez R. Peer victimization and school adjustment in adolescents: A European survey. *BMC Medicine*. 2024. Vol. 22, No. 4. P. 221.
6. Moreno A. G. Creativity as a positive factor in the adolescence stage. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. P. 112233.
7. Tong D., Li X., Wang J. Bullying victimization and malevolent creativity in rural adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*. 2024. Vol. 53, No. 9. P. 1775–1788.

Хомчук Олена Павлівна

кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри психології та здоров'я людини
Білоцерківського національного аграрного університету

КРИЗОВІ ІНТЕРВЕНЦІЇ В СИТУАЦІЇ БУЛІНГУ

Психотерапевтичне втручання є ключовим компонентом процесу відновлення жертв булінгу, оскільки травматичний досвід цькування залишає глибокі психологічні наслідки, зокрема депресію, тривожність, низьку самооцінку та посттравматичний стресовий розлад. Залучення психотерапевта суттєво сприяє прискоренню процесу одужання, допомагаючи особам, які зазнали насильства, впоратися з емоційними наслідками травми та повернутися

до повноцінного життя. Вибір психотерапевтичного підходу визначається індивідуальними особливостями пацієнта, характером переживань та специфікою симптоматики.

Одним із найпоширеніших методів роботи з жертвами булінгу є когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), спрямована на зміну деструктивних переконань і моделей мислення, що формуються під впливом травматичного досвіду. Вона допомагає пацієнтам скоригувати спотворені уявлення про себе та навколишній світ, підвищити самооцінку, відновити почуття власної гідності та опанувати ефективні способи подолання стресу. Основними техніками КПТ є когнітивна реструктуризація, що полягає у виявленні та заміні автоматичних негативних думок на більш адаптивні; поведінкова активація, яка стимулює активну участь у соціальному житті; а також застосування методів релаксації та дихальних вправ, що сприяють зниженню рівня тривожності [1,5].

Іншим ефективним підходом є терапія прийняття та прихильності (Acceptance and Commitment Therapy, АСТ), яка акцентує увагу на прийнятті болісних емоцій і досвіду замість їх уникнення. Цей метод допомагає жертвам булінгу навчитися приймати свої почуття, зменшувати психологічні страждання та зосереджуватися на діях, що відповідають особистим цінностям. [4].

Гуманістична психотерапія зосереджується на розкритті особистісного потенціалу, визнанні внутрішньої цінності людини та відновленні позитивного ставлення до себе. У контексті подолання наслідків булінгу вона спрямована на підвищення самооцінки, розвиток впевненості у власній гідності та створення безпечного простору для вільного вираження почуттів. Основними методами гуманістичної терапії є клієнт-центрований підхід, який базується на емпатії, безумовному прийнятті та щирості терапевта; екзистенційна робота, що допомагає пацієнтові знайти сенс життя попри пережиту травму; а також творчі техніки, зокрема арт-терапія, що сприяють емоційному розвантаженню та самовираженню [2].

Психодинамічна терапія, у свою чергу, орієнтована на дослідження глибинних психологічних механізмів і несвідомих конфліктів, що можуть лежати в основі реакцій на булінг. Вона допомагає пацієнтам усвідомити витоки власних емоційних проблем, зокрема страхів, почуття неповноцінності або провини, пов'язаних із ранніми дитячими переживаннями чи взаєминами з близькими людьми. Завдяки аналізу внутрішніх конфліктів, повторюваних патернів поведінки та емоційних реакцій, психодинамічна терапія сприяє глибшому саморозумінню, інтеграції травматичного досвіду та формуванню стабільнішого емоційного стану [3,4].

Таким чином, психотерапевтичне втручання у процесі реабілітації жертв булінгу є багатовимірним і потребує індивідуального підходу. Застосування різних терапевтичних напрямів – когнітивно-поведінкового, гуманістичного, психодинамічного та підходу прийняття і прихильності – забезпечує комплексне опрацювання травматичного досвіду, сприяє відновленню емоційної рівноваги, розвитку адаптивних механізмів і поверненню особистості до гармонійного функціонування в соціумі.

Література

1. Андреевкова В. Л., Мельничук В. О., Калашник О. А. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід: метод. посіб. Київ : Україна, 2019. 132 с.
2. Вакулик І.І. Робота з жертвами булінгу: психологічні поради. *Humanitarian studios: pedagogics, psychology, philosophy*. 2022. №13(2). С.136-141.
3. Губко А. А. Шкільний булінг як соціально-психологічний феномен. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2013. № 114. С. 46–50.
4. Ожйлова О. Шкільне насильство: сутність, види, профілактика : дис. канд. соц. наук : 22.00.04. Харків, 2011. 229 с.
5. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.

Шкабура Валерія Миколаївна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
старший викладач кафедри права
та соціально-поведінкових наук
Сидоренко Юлія Вікторівна

МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

У сучасних умовах розвиток підлітка як особистості та формування адекватної самооцінки значно ускладнені дистанційним навчанням, яке було запроваджене у 2019 році внаслідок пандемії COVID-19 і триває через воєнні дії на території України. Зокрема, у прифронтових регіонах, заклади освіти, забезпечуючи безпечний освітній простір, продовжують працювати в онлайн-форматі. Проте така форма навчання не забезпечує повноцінного особистісного

розвитку та ускладнює формування в підлітків необхідних вікових навичок комунікації й соціальної взаємодії. Це, у свою чергу, спричиняє появу додаткових страхів, почуття невпевненості та негативно позначається на рівні їхньої самооцінки.

Особистісна самореалізація, здатність ставити цілі та успішно розв'язувати життєві завдання значною мірою визначаються рівнем самооцінки. Прагнення до активної самореалізації найбільш властиве саме підлітковому віку. Попри значний потенціал для саморозвитку, підлітки по-особливому сприймають навколишню дійсність і власне існування, тому потребують додаткової підтримки та уваги в процесі самопізнання. Хоча формування самооцінки розпочинається ще з дитячих років, особливого значення цей процес набуває саме в підлітковому періоді, коли відбувається вихід людини на новий рівень соціальної взаємодії.

Самооцінка – це цінність, яка приписується індивідом самому собі або окремим своїм якостям. В якості основного критерію оцінювання виступає система особистісних смислів індивіда. Головні функції, які виконуються самооцінкою, регуляторна, на основі якої відбувається рішення задач особистісного вибору та захист, забезпечуючи відносну стабільність і незалежність особистості. Значну роль у формуванні самооцінки відіграють оцінки оточуючих і досягнення індивіда [3; 5].

Самооцінка є складним і багатогранним компонентом самосвідомості, «Я-концепції», ставлення людини до самої себе та є однією з фундаментальних властивостей її особистості [8].

Самооцінка виступає однією з ключових детермінант розвитку особистості, зумовлює характер міжособистісних взаємин, рівень критичності та вимогливості індивіда до самого себе, визначає його ставлення до досягнень і невдач. Як важливий регулятор поведінки, самооцінка безпосередньо впливає на результативність діяльності та подальший особистісний розвиток. Крім того, вона перебуває у тісному взаємозв'язку з рівнем домагань та цілями, які людина формує і реалізує в життєвому процесі [5].

Формування адекватної самооцінки дозволяє людині правильно співвідносити свої сили із завданнями різної складності і з вимогами тих, що оточують. Неадекватна самооцінка деформує внутрішній світ людини, спотворює її мотиваційну та емоційно-вольову сфери і тим самим перешкоджає гармонійному розвитку особистості [2].

Водночас сучасні дослідження засвідчують, що підлітки нерідко не усвідомлюють власних сильних сторін, характеризуються невпевненістю у власних можливостях та демонструють суперечливий рівень самооцінки.

Тому, корекція самооцінки підлітків виступає актуальним та необхідним чинником у процесі формування стійкого українського суспільства. Цілеспрямований вплив на розвиток адекватної самооцінки сприяє

гармонійному самопізнанню, запобігає проявам невпевненості у власних здібностях, виникненню неадекватних уявлень про себе та хаотичності у виборі напрямів саморозвитку. Наукові дослідження підтверджують існування тісного зв'язку між якістю міжособистісних стосунків підлітка з однолітками та рівнем його самооцінки. Відсутність позитивної уваги та соціальної підтримки значною мірою зумовлює формування негативного ставлення до власної особистості [6].

Одним із ключових чинників розвитку самооцінки підлітка виступає його власна активність у сфері міжособистісної взаємодії. Важливу роль у цьому процесі також відіграє позитивне ставлення значущих осіб – батьків, однолітків та педагогів. За відсутності такої підтримки у підлітка формується відчуття особистісного неприйняття, що негативно впливає на становлення адекватної самооцінки [1].

Під впливом соціальної оцінки у людини поступово формується власне ставлення до себе, що зумовлює становлення загальної самооцінки та оцінки окремих аспектів власної активності – спілкування, поведінкових проявів, діяльності й емоційно-почуттєвої сфери [4].

У підлітковому віці провідну роль у розвитку особистості відіграє міжособистісне спілкування з дорослими та однолітками, однак їх вплив має різний характер. У взаємодії з дорослими підліток засвоює суспільно значущі цінності, критерії оцінювання, мотиви поведінки, а також способи аналізу діяльності та прийоми дій. Натомість спілкування з ровесниками стає для нього важливим середовищем особистісного самопізнання та випробування себе, зокрема у сфері морально-етичних питань. У стосунках з дорослими підліток здебільшого перебуває у позиції підлеглого, що обмежує можливості повного засвоєння та апробації моральних норм. Лише у взаємодії з однолітками він виступає рівноправним учасником спілкування, виконуючи різні соціальні ролі – організатора і виконавця, друга і суперника, того, хто довіряє та приймає довіру інших [7].

Булінг має значний і переважно негативний вплив на самооцінку підлітка. Систематичне приниження, агресія чи соціальне відторгнення формують у жертви відчуття власної меншовартості, безсилля та неспроможності захистити себе. Діти, які зазнають булінгу, часто починають сумніватися у власних здібностях, красі, соціальній цінності, що веде до заниженої або нестабільної самооцінки. Це, у свою чергу, спричиняє втрату впевненості у спілкуванні, страх перед новими соціальними ситуаціями та уникання активної діяльності.

У довгостроковій перспективі низька самооцінка, сформована внаслідок булінгу, може призвести до тривожних і депресивних розладів, підвищеної залежності від думки інших та труднощів у професійній і особистій реалізації. Дослідження психологів підтверджують, що систематичне цькування не лише руйнує позитивний образ «Я», а й перешкоджає формуванню здорової

ідентичності. Водночас, якщо жертва отримує підтримку від батьків, педагогів чи психологів, можлива компенсація негативних наслідків і поступове відновлення адекватної самооцінки.

У підлітковому віці спостерігається підвищена потреба в схваленні та визнанні серед однолітків. Через це підліток активно прагне опинитися в такому соціальному середовищі, де він відчуватиме позитивне ставлення до себе та власних вчинків і зможе переконатися у власній дорослості та самостійності. Під час спілкування підлітки засвоюють моральні цінності, соціальні правила та норми поведінки, а також моделі рольової поведінки. Відсутність таких можливостей може призводити до соціальної неадаптованості та проявів девіантної поведінки.

Отже, адекватна самооцінка дозволяє людині коректно оцінювати власні ресурси щодо складності завдань та вимог оточення. Неєфективна або спотворена самооцінка деформує внутрішній світ індивіда, негативно впливає на його мотиваційну та емоційно-вольову сфери, що ускладнює гармонійний розвиток особистості.

Література

1. Адамюк Д. Самооцінка підлітка як проблема вікової психології. *Науковий простір студента : пошуки і знахідки (ч. 1) : матеріали VII Всеукраїнської науково-практичної студентської інтернет-конференції : збірник тез.* Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. 317 с. URL: https://pf.udu.edu.ua/images/2021_277 (дата звернення: 15.09.2025)

2. Балинець К. С. Особливості самооцінки у підлітковому віці. *Редакційна колегія.* 2020. № 6. С. 5-11.

3. Безушко В. Гендерні особливості становлення самооцінки старших підлітків. *Магістерський науковий вісник Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка.* Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2020. № 34 С. 214-216 URL: <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/18016?locale=uk> (дата звернення: 10.09.2025)

4. Мацко Л. А., Прищак М. Д., Годлевська В. Г. Основи психології та педагогіки: навчальний посібник для студентів заочної форми навчання. Вінниця: ВНТУ, 2009. 163 с.

5. Михайлишин У. Б. Вплив самооцінки на конфліктну поведінку підлітків. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Психологія.* 2021. №3. С. 86-92.

6. Новікова В. П. Психологічні особливості формування самооцінки підлітків. *Теоретико-методологічні проблеми практичної психології та її перспективи розвитку: Збірник доповідей Всеукраїнської студентської*

науково-практичної конференції, присвяченої 125-річчю з Дня народження Жана Піаже. Кропивницький. 2021. С. 137-139

7. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : навч.посіб. вид. 3-тє перероб. і доп. Київ : ВЦ «Академія», 2017. 368 с.

8. Ходанич О. О. Особливості самоставлення підлітків із різним рівнем самооцінки. *Диференціальний підхід у дослідженні професійного само здійснення особистості: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції.* Одеса : ФОП Бєлий А. Є. 2022. С. 128-135.

СЕКЦІЯ № 2: БУЛІНГ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ: ІНСТРУМЕНТИ ВИЯВЛЕННЯ, ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ

Биба Валентина Анатоліївна,
студентка 5 курсу бакалаврату
Білоцерківського національного аграрного університету

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри психології та здоров'я людини
Білоцерківського національного аграрного університету
Хомчук Олена Павлівна

ПІДВИЩЕННЯ ЗГУРТОВАНOSTІ СТУДЕНТСЬКОГО КОЛЕКТИВУ ЯК ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ

У сучасному освітньому просторі проблема булінгу залишається актуальною не лише для шкільного, а й для студентського середовища. Незважаючи на те, що студенти характеризуються вищим рівнем особистісної зрілості порівняно з підлітками, у колективах закладів вищої освіти нерідко виникають прояви психологічного, вербального або соціального тиску. Ці форми агресії, які можуть мати прихований характер, сприяють формуванню ворожих міжособистісних відносин, зниженню мотивації до навчання та погіршенню психологічного клімату. Одним із найефективніших способів профілактики булінгу серед студентів є підвищення рівня згуртованості колективу, оскільки саме згуртована група створює атмосферу взаємної підтримки, довіри та прийняття, де агресивна поведінка не знаходить підґрунтя для прояву [1,5].

Згуртованість колективу у психологічному розумінні – це рівень емоційної єдності його членів, ступінь ідентифікації особистості з групою, спільність цінностей, цілей і норм поведінки. У студентському середовищі згуртованість проявляється у готовності до співпраці, взаємодопомоги, повазі до думки інших, почутті відповідальності за спільний результат. Коли група функціонує як єдиний соціальний організм, у ній зменшується ризик міжособистісних конфліктів і відторгнення окремих її членів. Натомість у колективах із низьким рівнем згуртованості зростає конкуренція, егоцентризм, відчуження та схильність до агресивних реакцій, що створює сприятливий ґрунт для булінгу [4].

Феномен булінгу у студентських групах часто має соціально-психологічний характер. Його поява зумовлюється не лише особистісними рисами окремих студентів, а й загальною атмосферою у групі. Якщо в ній відсутні спільні цінності, позитивна комунікація та механізми колективної підтримки, окремі члени можуть опинитися у вразливому становищі. Важливим чинником стає неформальна структура групи: коли домінуюча меншість визначає правила поведінки, решта членів змушені пристосовуватися, що може породжувати соціальну нерівність і психологічний тиск. Формування згуртованості передбачає гармонізацію цих взаємин, налагодження горизонтальних зв'язків і створення умов для рівноправної участі кожного у спільній діяльності [2].

Згуртований колектив має потужний захисний потенціал проти булінгу, адже він сприяє розвитку групової солідарності та взаємної підтримки. Коли у студентів є відчуття належності до команди, вони не залишаються байдужими до проблем інших і здатні колективно реагувати на випадки агресії. У таких умовах булінг втрачає соціальне підкріплення, оскільки більшість групи не підтримує деструктивну поведінку. Водночас спільна діяльність, заснована на співробітництві, сприяє розвитку емпатії, комунікативних умінь і толерантності – ключових рис, що запобігають конфліктним взаєминам [1,4].

Підвищення згуртованості студентського колективу потребує цілеспрямованих психолого-педагогічних заходів. Одним із провідних напрямів є створення сприятливого соціально-психологічного клімату, заснованого на принципах довіри, відкритості та взаємоповаги. Важливу роль у цьому процесі відіграють куратори академічних груп, викладачі та студентське самоврядування, які можуть організовувати спільні заходи, що сприяють взаємному пізнанню та формуванню позитивних міжособистісних зв'язків. Це можуть бути командні проєкти, творчі конкурси, волонтерські акції, спільні спортивні чи культурні ініціативи. Такі форми діяльності допомагають студентам усвідомити власну цінність у групі та розвивають почуття відповідальності за колективний успіх [3].

Не менш важливою умовою є розвиток ефективної комунікації в колективі. Конструктивне спілкування передбачає вміння слухати, висловлювати власну думку без агресії, приймати різні точки зору. Тренінги з командної взаємодії, розвитку емоційного інтелекту, навичок ненасильницької комунікації допомагають студентам краще розуміти себе й інших, а отже, запобігають накопиченню негативних емоцій і непорозумінь. Сприяння відкритому діалогу в групі дозволяє вирішувати конфлікти на ранніх стадіях і перешкоджає їхньому переростанню у систематичний булінг.

З точки зору психології колективу, згуртованість не може бути досягнута адміністративними заходами – вона формується лише в результаті спільного досвіду, взаємодії та позитивних емоцій. Тому процес згуртування повинен бути поступовим і природним, спиратися на спільні цілі та цінності. Викладачі й куратори мають виступати не як контролюючі особи, а як фасилітатори, які підтримують ініціативу студентів, стимулюють їх до співпраці та самореалізації. Коли студенти відчують, що їхня думка важлива, а внесок у спільну справу цінується, формується почуття взаємної довіри – найкращий захист від будь-яких проявів насильства [3,5].

Таким чином, підвищення згуртованості студентського колективу є не лише соціально-психологічною потребою, а й ефективним засобом профілактики булінгу. Згуртований колектив формує атмосферу безпеки, взаємопідтримки та взаємної відповідальності, у якій кожен студент відчуває себе частиною спільноти. Попередження булінгу в такому середовищі відбувається природним шляхом, оскільки група сама відкидає будь-які прояви ворожості. Інвестування у розвиток групової єдності, емпатії та позитивного комунікативного клімату сприяє не лише зниженню рівня конфліктності, а й підвищенню якості освітнього процесу та формуванню зрілої, соціально відповідальної молоді. Саме згуртований студентський колектив стає фундаментом гармонійних міжособистісних стосунків і гарантом психологічного благополуччя кожного його учасника.

Література

1. Алексєєнко Т. Ф. Булінг і мобінг: причини розвитку і шляхи профілактики. *Особистість у просторі виховних інновацій : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.* (Івано-Франківськ, 19 жовт. 2018 р.). Івано-Франківськ : НАІР, 2018. С. 19–25.
2. Винославська О. В. Психологічні особливості студентської групи. *Практична психологія та соціальна робота.* 2005. № 3. С. 65 – 70.
3. Войтович Н. О. Проблеми організаційного клімату у вищому закладі освіти. *Практична психологія та соціальна робота.* 2002. №10 С.6– 10.
4. Карамушка Л.М. Психологія організаційної культури (на матеріалі промислових підприємств): навч. посіб. Львів: Край. 2010. 212 с.
5. Романова С. В. Організаційно-виховна робота куратора академічної групи у вищих технічних навчальних закладах: дис. канд. пед. наук.Слов'янський держ. пед. ун-т., Слов'янськ, 2006. 257 с.

Бондаренко Вероніка Сергіївна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»
Хомчук Олена Павлівна

ПОПЕРЕДЖЕННЯ БУЛІНГУ СТУДЕНТІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ

Проблема булінгу у закладах освіти сьогодні є однією з найгостріших соціально-психологічних проблем, що потребує комплексного аналізу та системного вирішення. Особливої уваги заслуговує явище булінгу щодо студентів з інвалідністю, адже саме ця група молоді є вразливою через наявність фізичних, сенсорних або когнітивних обмежень, які часто стають підґрунтям для соціальної стигматизації. Навчальні заклади, які прагнуть реалізувати принципи інклюзії, мають не лише створювати фізично доступне середовище, але й формувати культуру толерантності, взаємоповаги та психологічної безпеки, що унеможливорює будь-які прояви дискримінації чи агресії.

Булінг студентів з інвалідністю має специфічні риси, що пов'язані з особливостями сприйняття суспільством осіб з обмеженими можливостями. Нерідко причинами цькування стають стереотипи, упередження, необізнаність або страх перед «інакшістю». Студенти з інвалідністю можуть зазнавати як відкритих форм насильства — образ, приниження, ізоляції, — так і прихованих, коли вони відчують байдужість, ігнорування чи виключення з колективу. Наслідки такого ставлення часто є руйнівними: формується низька самооцінка, почуття соціальної ізоляції, втрачається віра у власні можливості, погіршується психічне здоров'я. Тому питання профілактики булінгу в інклюзивному освітньому середовищі має стратегічне значення для розвитку гуманістичної освітньої культури [1,4].

Ефективне попередження булінгу студентів з інвалідністю потребує поєднання педагогічних, психологічних і соціальних підходів. Насамперед важливо забезпечити системну просвітницьку роботу серед усіх учасників освітнього процесу. Інформування студентів про сутність інвалідності, її різні прояви та можливості людей з особливими потребами допомагає руйнувати стереотипи і зменшує рівень нетерпимості. Освітні заходи, спрямовані на формування емпатії, розуміння різноманітності й прийняття відмінностей, створюють основу для безпечного співіснування у студентських колективах. Важливу роль відіграє також підготовка викладачів і адміністрації вищих навчальних закладів до роботи в інклюзивному середовищі, адже саме вони

задають тон соціальним взаєминам і формують морально-психологічний клімат у групах [4,5].

Психологічна підтримка студентів з інвалідністю є ще одним ключовим напрямом профілактики булінгу. Молоді люди з особливими потребами часто стикаються з внутрішніми бар'єрами — страхом відторгнення, невпевненістю у власних силах, труднощами в налагодженні комунікації. Робота психологів повинна бути спрямована на розвиток позитивної самооцінки, підвищення стресостійкості, формування навичок самозахисту та конструктивної взаємодії з оточенням. З іншого боку, варто проводити психопрофілактичну роботу з усіма студентами — навчати їх ненасильницькій комунікації, розвивати емоційний інтелект, толерантність і вміння вирішувати конфлікти мирним шляхом [2].

Особливої уваги потребує створення інклюзивного освітнього середовища, в якому всі учасники відчують себе рівними та прийнятими. Інклюзія не обмежується лише архітектурною доступністю чи адаптацією навчальних програм; вона передбачає формування ціннісної культури взаємоповаги. Позитивний приклад викладачів, які демонструють доброзичливе ставлення до студентів з інвалідністю, впливає на атмосферу в академічній групі й сприяє формуванню норм толерантної поведінки. Крім того, важливо заохочувати спільну діяльність студентів — участь у проєктах, волонтерських ініціативах, студентському самоврядуванні, адже саме спільна діяльність сприяє налагодженню партнерських стосунків і взаєморозуміння [3].

Соціально-психологічна профілактика булінгу повинна ґрунтуватися на принципах рівності, поваги до людської гідності та соціальної відповідальності. Адміністрація закладу вищої освіти має розробити чіткий механізм реагування на випадки дискримінації чи цькування, створити систему довіри, де кожен студент може без страху повідомити про проблему. Ефективним інструментом можуть стати центри психологічної допомоги, гарячі лінії, медіаційні служби, які не лише реагують на конфлікти, а й проводять профілактичні тренінги з розвитку комунікаційних навичок та взаємоповаги [1].

Варто також підкреслити значення інформаційного простору у формуванні ставлення до осіб з інвалідністю. Медійні кампанії, спрямовані на популяризацію ідей інклюзії, на показ успішних історій студентів з особливими потребами, здатні суттєво змінити громадську думку й сприяти прийняттю різноманітності як норми сучасного суспільства. У цьому контексті важливо, щоб молодь сприймала інвалідність не як обмеження, а як частину людського різноманіття, що збагачує соціальний досвід [4].

Отже, попередження булінгу студентів з інвалідністю є складним, багаторівневим процесом, який вимагає поєднання педагогічної культури,

психологічної компетентності та гуманістичних цінностей. Це не лише питання індивідуального захисту окремих осіб, а й показник рівня зрілості суспільства, його готовності до реального прийняття рівності та поваги до кожної людини. Формування інклюзивного, безпечного середовища у закладах вищої освіти сприятиме не лише запобіганню булінгу, але й розвитку соціальної згуртованості, емпатії та відповідальності молодого покоління, яке формує обличчя майбутнього демократичного суспільства.

Література

1. Кормило О. Явище булінгу в освітньому просторі. Проблеми гуманітарних наук. 2015. Вип. 35. С. 174–187.
2. Кондратова Н. О. Проблеми адаптації студентів ВНЗ: зміст, форми, психологічна специфіка. *Психологія : зб. наук. пр.* 1999. № 2. С. 189–196.
3. Левченко М. Особливості соціальної адаптації здобувачів вищої освіти до освітнього процесу в умовах воєнного стану. *Актуальні питання гуманітарних наук.* 2022. № 52 (2). С. 185–192.
4. Овчаренко О. Соціально-психологічна адаптація студентів з інвалідністю та студентів без інвалідності до умов навчання в період воєнного стану. *Організаційна психологія. Економічна психологія.* 2024. №33 (3-4). С. 512-62.
5. Сердюк Л. З. Психологічні особливості студентів з інвалідністю. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Зб. наук. праць.* 2014. № 11 (13). С. 238-251.

Вінс Вікторія Анатоліївна,

канд.псих. наук, доцент,
завідувачка кафедри практичної психології
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Мельник Людмила Миколаївна,

студентка 2 курсу магістратури
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ДЛЯ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Сьогодні булінг у студентському середовищі зростає в умовах сучасної освіти, де молоді люди стикаються з численними соціальними, академічними та психологічними викликами. Перший рік навчання в університеті часто супроводжується високим рівнем стресу через адаптацію до нових вимог, соціальних взаємодій та відповідальності. Булінг, як одна з форм психологічного та соціального тиску, негативно впливає на психоемоційний

стан студентів, знижує мотивацію до навчання та загрожує формуванню особистісних ресурсів.

У цьому контексті стресостійкість виступає важливим ресурсом, який дозволяє студентам ефективно справлятися з негативними впливами оточення, зберігати внутрішню рівновагу та адаптуватися до складних ситуацій. Дослідження ролі стресостійкості у протидії булінгу є актуальним, оскільки дозволяє не лише глибше зрозуміти механізми психологічної адаптації студентів, але й розробити ефективні програми підтримки та профілактики конфліктних ситуацій у вищих навчальних закладах.

Аналіз наукових досліджень показав великий інтерес зарубіжних (Дж. Мейсон, Ж. Годфруа, І. С.Кон, К. Раге, Г. Сельє, Д. Холмс та ін.) та вітчизняних (О. Блінов, Н. Бардин, В. Бойко, Ю. Данчук, Ю. Жидецький, В. Іванцанич, О. Кляпець, Я. Когут, Б. Лазоренко, Л. Лепіхова, О. Логвіна, Л. Наугольник, Т. Пономаренко, Н. Пряхіна, В. Савінов, В. Ясінський, І. Ярош та ін.) вчених до феномену стресостійкості. Також відомими є напрацювання науковців щодо проблеми булінгу у студентському колективі: Л. Бутузова, К. Власенко, О. Кайріс, С. Расенчук, А. Самойленко та ін.

Спершу варто зазначити, що під стресостійкістю розуміють «готовність та здатність особистості протидіяти стресовим ситуаціям, самотійно вирішувати складні життєві проблеми, опираючись на знання, навички та власний досвід»[3]. В свою чергу, булінг розглядають як «постійна, погрозлива та агресивна фізична або вербальна поведінка, спрямована на інших, особливо на тих, хто молодший, менший або слабший» [4].

Разом з тим, результати дослідження студентів із досвідом шкільного булінгу показали, що здобувачі освіти з досвідом булінгу мають значно менше прагнення до включеності в групу (менше бажання самотійно налагоджувати контакти), але очікують ініціативи від інших. Також виявлено вищий рівень підлеглості та залежності від інших: схильність до покірності, самоприниження, слабкої волі, орієнтація на чужу думку. Такі студенти демонструють більший рівень підозрілості та агресивності, що ускладнює встановлення здорових контактів. У них є значні труднощі у виборі партнера для близьких стосунків, низька вираженість теплих емоцій у поведінці, але водночас високі очікування отримувати емоційну підтримку від інших. Порівняно зі студентами без досвіду булінгу, вони загалом мають більше проблем у формуванні міжособистісних відносин, що позначається на соціальній адаптації в студентському середовищі. [2]

Так, першокурсники особливо вразливі через необхідність адаптуватися до нових соціальних і академічних умов, формувати нові міжособистісні зв'язки та справлятися з високим рівнем стресу. Розуміння форм булінгу та механізмів

психологічного опору, зокрема стресостійкості, є важливим для створення безпечного та підтримуючого навчального середовища. Можемо виокремити наступні форми булінгу серед студентів [1]:

- Фізичний булінг – це пошкодження майна, штовхання, удари, фізичні залякування. Хоча серед студентів фізичний булінг зустрічається рідше, він все ще може проявлятися у конфліктах на кампусі або гуртожитках.
- Вербальний булінг – відбувається через обзивання, приниження, погрози, насмішки. Найпоширеніша форма серед студентів, особливо в групах першого курсу, де формується соціальна ієрархія.
- Психологічний/емоційний булінг – ізоляція, ігнорування, поширення чуток, маніпуляції емоціями. Спричиняє тривогу, депресію, зниження самооцінки та навчальної мотивації.
- Кібербулінг – це образи, погрози, публікація компрометуючої інформації через соціальні мережі та месенджери. Особливо актуальна форма серед студентів, які активно користуються цифровими платформами для комунікації та навчання.
- Соціальний булінг – це намагання контролювати соціальні взаємодії: примушування до певної поведінки, формування «групи виключених». Часто поєднується з психологічним булінгом і спрямоване на зниження соціальної підтримки жертви.

Форми булінгу серед студентів різноманітні, але всі вони негативно впливають на психоемоційний стан і соціальну адаптацію молоді. Розпізнавання цих форм є важливим кроком для розробки стратегій підтримки студентів. Однією із таких є необхідність розвитку стресостійкості. Так, можна виокремити такі практичні рекомендації для викладачів ЗВО:

1. Сприяйте розвитку емоційної саморегуляції – тобто навчайте студентів усвідомлювати свої емоції та використовувати техніки управління стресом (дихальні вправи, релаксація, міні-медитації) у складних соціальних ситуаціях.
2. Заохочуйте соціальну підтримку – створюйте умови для командної роботи, групових дискусій та взаємодопомоги, щоб студенти відчували підтримку однокурсників і могли протидіяти булінгу колективно.
3. Розвивайте навички асертивності – навчайте студентів відстоювати свої права та висловлювати незгоду конструктивно, не піддаючись агресії або образам.
4. Формуйте позитивну атмосферу в аудиторії – регулярно надавайте конструктивний зворотний зв'язок, визнавайте досягнення студентів і запобігайте приниженню чи дискримінації, щоб знизити ризик булінгу.

5. Інтегруйте профілактику конфліктів у навчальний процес – проводьте тренінги або короткі заняття з медіації, командної взаємодії та стрес-менеджменту, щоб студенти отримували практичні навички запобігання та подолання конфліктних ситуацій.

Таким чином, стресостійкість є важливим психологічним ресурсом, який дозволяє студентам ефективно протидіяти булінгу, зберігати психоемоційну рівновагу та підтримувати соціальну адаптацію в навчальному середовищі. Розвиток стресостійкості через навчання технік саморегуляції, формування асертивності та соціальної підтримки не лише зменшує негативний вплив конфліктів і образ, але й створює безпечне та сприятливе середовище для навчання та особистісного зростання студентів. Таким чином, інвестування у психологічні ресурси студентів є ключовим кроком у запобіганні булінгу та підтримці здорової академічної спільноти.

Література

1. Власенко К., Расенчук С. Булінг як соціально-педагогічна проблема сучасного студентського середовища. *Соціально-психологічна допомога і соціальна робота: виклики сучасності* : матеріали VI Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Луцьк, 10–11 квітня 2025 р.). Луцьк: відділ іміджу та промоції ЛНТУ, 2025. С. 332 - 335.
2. Кайріс О. Д., Самойленко А. С. Психологічні особливості міжособистісних відносин студентів ВНЗ з досвідом шкільного булінгу. *Педагогічний процес: теорія та практика*. 2015. № . С. 8-13.
3. Шишин А. В., Пономаренко Т. І. Психологічні особливості стресостійкості особистості в умовах невизначеності. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2023. № 16. С. 64–71.
4. APA Dictionary of Psychology Washington, DC: American Psychological Association, 2023. URL: <https://dictionary.apa.org/bullying> (дата звернення: 11.09.2025).

Дорошенко Ірина Володимирівна,
старший викладач кафедри психології та розвитку людини
Білоцерківського національного аграрного університету

ОГЛЯД СУЧАСНИХ МЕТОДИК ДІАГНОСТИКИ БУЛІНГУ

Актуальність проблеми булінгу (насильства, цькування) сьогодні надзвичайно висока – як в Україні, так і в світі. Це соціальне явище стало серйозною проблемою, що має масштабні наслідки для психічного здоров'я, безпеки та розвитку особистості.

Булінг є соціально-психологічною проблемою в соціумі і проявляється в систематичному агресивному ставленні до особи, що має на меті приниження, залякування або ізоляцію. Найчастіше воно характерно в освітньому середовищі, особливо серед дітей і підлітків. За статистикою, майже кожна друга дитина в Україні стикалася з булінгом у школі – як жертва, агресор або свідок. З розвитком цифрових технологій з'явився кібербулінг, який робить переслідування ще більш нав'язливим і тривалим. Особливий вплив булінгу на психіку і здоров'я людини. Так, жертви булінгу часто мають знижений рівень самооцінки, тривожність, депресію, проблеми зі сном, можуть виникати суїцидальні думки. Агресори ризикують у майбутньому мати кримінальні або девіантні форми поведінки. Булінг руйнує здорову атмосферу у колективі, створює страх, напругу, знижує мотивацію до навчання. Свідки булінгу відчують провину, страх або безсилля, тому психологічно теж страждають.

Саме тому раннє виявлення ознак булінгу та профілактика даного явища і корекція поведінки всіх учасників дозволить створити сприятливі психологічні умови для подолання даної проблеми в суспільстві.

Дослідженнями проблем булінгу займалися такі науковці, як Ю. Донченко, О. Карпенко, О. Кормило, А. Мельниченко, Н. Тілікіна, Г. Мешко та О. Мешко, О. Стрельченко та інші.

В Україні ще у 2019 році було ухвалено законодавчі зміни щодо протидії булінгу, що підтверджує визнання проблеми на державному рівні. Школи поступово вводять програми з медіації, емоційного інтелекту та безпечного спілкування.

Згідно Закону України Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) булінг полягає «у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, .. внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого» [1].

Саме тому рання діагностика булінгу дозволяє вчасно втрутитись, попередити ескалацію конфлікту та мінімізувати психологічні наслідки. При цьому важливо виявляти не тільки жертв, але й агресорів та свідків. Ефективна діагностика вимагає поєднання кількох методів: анкетування, опитування, спостереження, аналіз соціальної взаємодії та соціометрію.

До методів діагностики булінгу належать:

- Самозвіт – учні/студенти відповідають про свій досвід (жертв і/або кривдників). Дає прямі дані, але схильний до заниження/перебільшення.

- Пір-номінація – респонденти називають однокласників/колеґ, які «булінгують» або «потерпіли». Добре для виявлення мережі стосунків, соціальної позиції.

•Звіт вчителя/персоналу – оцінки поведінки учнів від дорослих. Корисно для зовнішніх спостережень, але може пропускати прихований або онлайн-булінг.

•Батьківський звіт – корисно, якщо булінг відбувається поза школою, або для перевірки домашнього аспекту.

•Онлайн-анкетування / анонімні форми – підвищують чесність відповідей щодо чутливих тем.

•Діарі (моментальні нотатки) – учасники фіксують інциденти в реальному часі (через дні/додаток): дає часові дані і контекст.

•Якісні інтерв'ю / фокус-групи – поглиблене розуміння механік і переживань, пояснює «чому» за кількісними даними.

•Мікс-методи – поєднання кількісних анкет + якісних інтерв'ю дає повнішу картину.

Дослідити міжособистісні відносини у групі дозволяє *соціометрія* булінгу. Вона розкриває неформальну структуру колективу, факти булінгу, ролі учасників (лідерів, аутсайдерів, ізольованих осіб, посередників або спостерігачів), рівень соціального відторгнення або підтримки, допомагає зрозуміти хто ким захоплюється, кому довіряє або кого уникає.

По соціометричному аналізу жертву булінгу уникають, не обирають для спільної діяльності, або ізольовують. Булери мають велику соціальну силу, які використовують її для домінування.

Методи спостереження булінгу – це систематичний підхід до виявлення, фіксації та аналізу випадків булінгу в освітньому середовищі або інших соціальних контекстах. Вона використовується для того, щоб виявити приховані форми насильства, агресії та соціального відторгнення серед дітей або підлітків:

- виявити факти булінгу (фізичного, психологічного, вербального, кібербулінгу);
- зрозуміти роль учасників конфлікту (агресор, жертва, спостерігачі);
- оцінити частоту, тривалість та умови прояву булінгу;
- скласти план втручання та профілактики.

Метод включеного спостереження в шкільному середовищі дозволяє фіксувати невербальні прояви агресії, зміни в поведінці, соціальну динаміку в класі. Особливо важлива роль вчителів, соціального педагога та шкільного психолога як спостерігачів. Залучення батьків і опікунів є критично важливим.

Під час спостереження використовують принципи: конфіденційності, об'єктивності і системності.

Анонімні анкети (наприклад, «Шкала булінгу» або опитувальник Дан Ольвеуса) використовують для виявлення особистого досвіду насильства. Індивідуальні інтерв'ю дають змогу поглиблено оцінити психологічний стан дитини.

Якісним показником психодіагностичних методик будуть *тести* на виявлення рівня тривожності (наприклад, методика Спілбергера–Ханіна). Для виявлення прихованих емоцій і страхів можна використати проєктивні методики (малюнкові тести, "незакінчені речення").

Соціальні мережі як простір для кібербулінгу потребують окремих інструментів аналізу та моніторингу. Ефективним в онлайн форматі буде *використання цифрових платформ* для анонімного збору інформації про випадки булінгу. Працівники служби у справах дітей також повинні надавати безкоштовні консультації з даного питання.

В допомогу психологам нині створено *офіційний сайт «Я психолог»*, де зібрані більшість методик. Для індивідуальної діагностики можна використати методики: №7 – «Вивчення рівня шкільної тривожності» (Б. Філліпс) – дає змогу визначити рівень шкільної тривожності, виявити фактори, що викликають страхи та напруження у навчальному середовищі. №24 – «Шкала тривожності» (Тейлор, адапт. М.М. Пейсахова) – дозволяє оцінити загальний рівень особистісної тривожності. №25 – «Багатошкільний опитувальник дитячої тривожності (БОДТ)» – дає змогу комплексно дослідити різні види тривожності у дітей (шкільна, соціальна, страх самовираження тощо). №37 – «Шкала тривожності» (А.М. Прихожан) – виявляє соціально-ситуативну тривожність та особливості переживання стресових ситуацій. №138 – «Шкала явної тривожності СМАС» (адапт. А.М. Прихожан) – визначає рівень тривожності у дітей та підлітків. №144 – «Шкала депресії Бека (підлітковий варіант)» – дозволяє оцінити рівень депресивних симптомів у підлітків. №167 – «Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР» – дає змогу швидко виявити прояви тривоги, депресії та симптомів посттравматичного стресового розладу. №337 – «PC-PTSD-5 – шкала первинної діагностики ПТСР» – допомагає встановити ризик наявності посттравматичного стресового розладу. №361 – «Коротка шкала CRIES-8» – виявляє симптоми ПТСР у дітей та підлітків. №23 – «Тест на виявлення суїцидальних намірів» (Н. Шавровська, О. Гончаренко, І. Мельникова) – дає змогу оцінити ризик суїцидальної поведінки. №113 – «Опитувальник суїцидального ризику» (модифікація Т.Н. Разуваєвої) – використовується для виявлення рівня ризику суїцидальних тенденцій. №153 – «Тест СР-45 на виявлення суїцидального ризику» – діагностика наявності суїцидальних установок та намірів. №65 – «Методика діагностики батьківського ставлення» (А.Я. Варга, В.В. Столін) – дозволяє оцінити характер

ставлення батьків до дитини, що може бути важливим у контексті насилля. №155 – «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ, 11–21 років) – діагностує особливості дитячо-батьківських стосунків. №156 – «Підлітки про батьків» (про батька, Е. Шафер) – визначає сприйняття дитиною стосунків із батьком. №157 – «Підлітки про батьків» (про матір, Е. Шафер) – визначає сприйняття дитиною стосунків із матір'ю. №158 – «Анкета для учнів «Вивчення взаємодії дітей та батьків»» – допомагає виявити характер взаємодії підлітка з батьками. №148 – «Проективна методика «Дерево»» (Джон і Дайан Лампен) – дає змогу виявити емоційний стан, тривожність, страхи, образ «Я». №176 – «Проективна методика «Кактус»» (М.А. Панфілова) – допомагає діагностувати рівень агресії, захисні механізми, внутрішню напругу.

Краще виявити проблему раніше, ніж вона загостриться, залучити психолога або соціального педагога, спланувати роботу з колективом (тренінги, інтеграційні вправи, індивідуальні бесіди). З особливо злісними булерами доцільно працювати.

Отже, діагностика булінгу є основою для формування ефективної системи профілактики булінгу в освітніх закладах. Тому необхідне навчання персоналу сучасним методам виявлення та реагування на випадки булінгу і лише комплексний підхід до діагностики булінгу дасть можливість зменшити проявити та психологічні їх наслідки.

Література

1. Про внесення змін до деяких законів України щодо запобігання насильству та унеможливлення жорстокого поводження з дітьми: Закон України від 06 червня 2024 року № 3792-ІХ. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3792-20#Text> (дата звернення: 23.09.2025).

Дорошенко Ірина Володимирівна,
практичний психолог
Пищиківської гімназії-початкової школи
Білоцерківського району, Київської області

Пономаренко Тетяна Ігорівна
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

БУЛІНГ У СІЛЬСЬКІЙ ШКОЛІ: ВИКЛИКИ ТА РЕСУРСИ ДЛЯ ПОДОЛАННЯ

Проблема булінгу в сучасному освітньому середовищі залишається однією з найбільш гострих, оскільки вона безпосередньо впливає на психологічний стан учнів, рівень їхньої успішності та соціалізації. Традиційно вважається, що малокомплектні та малочисельні сільські школи мають сімейну атмосферу, яка сприяє взаємопідтримці й практично унеможливорює булінг. Проте повністю виключати ризики виникнення цькування не можна. Обмежене коло спілкування, низький рівень соціальної мобільності, тісна взаємопов'язаність усіх членів громади можуть як запобігати, так і посилювати окремі прояви булінгу. Додатковим фактором стає недостатня поінформованість педагогів і батьків щодо сучасних форм насильства, у тому числі кібербулінгу. Саме тому дослідження особливостей прояву та профілактики булінгу в сільських школах є важливим для забезпечення безпечного й сприятливого освітнього середовища, а також для підтримки сталого розвитку сільських громад.

Аналіз джерел показав, що цікавість до проблеми булінгу в школах проявляли К. Абсалямова, А. Борщевська О. Луценко, Л. Найдьонова, Н. Слюсаренко, В. Стремецька та ін.

Так, в рамках нормативно-правової бази України булінг визнається в контексті дітей «булінг (цькування) – психологічне, фізичне, економічне чи сексуальне насильство, тобто будь-яке умисне діяння (дія або бездіяльність), у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, яке систематично вчиняється особою стосовно дитини, з якою вони є учасниками одного колективу, або дитиною стосовно іншого учасника одного колективу та яке порушує права, свободи, законні інтереси потерпілої особи та/або перешкоджає виконанню нею визначених законодавством обов'язків» [3] і освітніх закладів «булінг (цькування) – діяння (дії або бездіяльність) 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 та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого» [4].

У статті Н. Слюсаренко [5] тема булінгу згадується в контексті переваг малокомплектних сільських шкіл. Зокрема, серед переваг таких закладів виділяється сприятлива атмосфера, максимально наближена до сімейної, де всі (учні, батьки, педагоги) добре знають один одного, постійно спілкуються, співпереживають та підтримують. Завдяки цій атмосфері у школах булінг є неможливим або ймовірність його виникнення значно зменшується.

Разом з тим, результати масштабного дослідження в українських школах [2], яке охоплює учнів 5–9 класів з усіх регіонів України показало, що у сільській місцевості 25,3 % учнів заявили про булінг. У містах районного значення та інших містах — відповідно 25,8% і 24,1%). Найрідше про випадки булінгу повідомляли учні східних (18%) та південних (22%) областей.

Між тим, можна виокремити наступні причини виникнення булінгу в сільських школах [1; 2]:

- мале та замкнуте соціальне середовище – так як у невеликих громадах усі один одного знають, тому будь-яка «інакшість» (зовнішність, сімейний стан, майнові відмінності) стає більш помітною й може стати підставою для цькування;

- обмежене коло спілкування – коли учням часто доводиться спілкуватися тільки з невеликою групою ровесників. відсутність можливості «змінити коло друзів» або знайти іншу компанію підсилює ризик ізоляції та повторюваних конфліктів;

- соціально-економічні фактори – бідність сімей, трудова міграція батьків, низький рівень зайнятості та напруження в родині можуть переноситися в шкільне середовище;

- низька поінформованість педагогів і батьків – часто вчителі та дорослі у селі не завжди розрізняють жарти, конфлікти й булінг, тому можуть недооцінювати проблему або розглядати її як «дитячі пустощі»;

- відсутність психологічної підтримки – через відсутність у багатьох сільських школах штатного психолога чи соціального педагога, тому випадки булінгу залишаються непоміченими або не отримують належного вирішення;

- традиційні стереотипи виховання – так як у сільській місцевості може домінувати підхід «самі розберуться» або установка, що «слабший має навчитися давати відсіч». це може легітимізувати насильницькі практики;

- кібербулінг як нова форма – коли навіть у сільських школах учні активно користуються соцмережами та месенджерами. у маленькому соціумі онлайн-цькування може бути ще болючішим, бо воно поширюється на вузьке коло знайомих, яке важко уникнути;

- вплив сімейних і громадських конфліктів – якщо між родинами чи сусідами існують непорозуміння, діти можуть переносити їх у шкільне середовище.

Аналізуючи результати досліджень варто виокремити низку рекомендацій для адміністрації сільських шкіл щодо запобігання булінгу в освітньому середовищі:

1. Запровадити систему раннього виявлення випадків булінгу – а саме організувати регулярні опитування учнів, анонімні анкети, «скриньки довіри» та навчити педагогів відрізняти булінг від звичайних конфліктів.

2. Проводити тренінги та просвітницькі заходи – систематично організовувати заняття з учнями про толерантність, емпатію, ненасильницьке спілкування і залучати психологів, працівників центрів соціальних служб, правоохоронців до профілактичних бесід.

3. Зміцнювати співпрацю з батьками та громадою – проводити батьківські збори з тематики булінгу та створювати спільні шкільні заходи (свята, конкурси, гуртки), які розширюють позитивні зв'язки між дітьми та дорослими.

4. Розробити й дотримуватися чітких правил поведінки – наприклад створити «Кодекс честі школи» з прописаними нормами недопустимості булінгу та передбачити відповідальність для порушників та підтримку для постраждалих.

5. Створити дружнє й безпечне освітнє середовище – підтримувати атмосферу взаємодопомоги та «сімейності», що притаманна малокомплектним школам і заохочувати учнів до спільної праці (проекти, навчання в парах, гурткова діяльність), що зменшує ризик виникнення групових протистоянь.

А отже, булінг залишається актуальною проблемою сучасної освіти, адже негативно впливає на психологічний стан дітей, їхнє навчання та соціалізацію. У сільських школах це явище має свою специфіку. З одного боку, малокомплектні заклади із сімейною атмосферою та тісними зв'язками між учнями, педагогами і батьками часто знижують ризик виникнення цькування. З іншого боку, обмежене коло спілкування, соціально-економічні труднощі сільських громад, брак фахових психологів і стереотипні уявлення про виховання можуть створювати умови для прояву булінгу.

Запобігти цьому можливо завдяки системній роботі адміністрації, педагогів і громади: формуванню безпечного освітнього середовища, розвитку культури поваги та підтримки, посиленню співпраці з батьками й упровадженню ефективних програм профілактики. Тільки у поєднанні зусиль усіх учасників освітнього процесу можна зменшити ризик булінгу та забезпечити дітям сільських шкіл комфортні умови для навчання і розвитку.

Література

1. Пономаренко Т. І., Сніцар Н. М. Кібербулінг очима старшокласників: досвід, ставлення та наслідки. *Перспективи та інновації науки. Серія Психологія*. 2025. № 2(48). С. 1691 – 1700.

2. Причини булінгу: результати масштабного дослідження в українських школах. МОН. URL: <https://mon.gov.ua/news/prychyny-bulinhu-rezultaty->

[masshtabnoho-doslidzhennia-v-ukrainskykh-shkolakh?utm_source=chatgpt.com](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3792-20#Text)

(дата звернення: 17.09.2025)

3. Про внесення змін до деяких законів України щодо запобігання насильству та унеможливлення жорстокого поводження з дітьми: Закон України від 06 червня 2024 року № 3792-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3792-20#Text> (дата звернення:

4. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню): Закон України № 2657-VIII від 18 грудня 2018 року. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text> (дата звернення: 16.09.2025)

5. Слюсаренко Н. В. Малокомплектні та малочисельні школи в Україні: історичний аспект та сьогодення. *Педагогічний альманах*. 2019. № 42. С. 237-244.

Душко Анжела Ігорівна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Хмельницького інституту соціальних технологій
Університету «Україна»

Кондратюк Світлана Миколаївна,
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології та соціальної роботи
Хмельницького інституту соціальних технологій
Університету «Україна»

МЕДІАЦІЯ В ОСВІТНЬОМУ ЗАКЛАДІ ЯК СПОСІБ РОЗВ'ЯЗАННЯ КОНФЛІКТІВ ТА ПОДОЛАННЯ БУЛІНГУ

У сучасному освітньому середовищі дедалі частіше спостерігається зростання кількості конфліктних ситуацій між учасниками освітнього процесу, зокрема між здобувачами освіти, здобувачами освіти та вчителями, а також виявів булінгу (цькування), що суттєво ускладнює реалізацію завдань особистісного розвитку, навчання та соціалізації дітей і молоді. Відтак виникає об'єктивна потреба у впровадженні ефективних інструментів для розв'язання конфліктів ненасильницькими способами. Одним із таких інструментів є медіація – форма альтернативного врегулювання спорів, що ґрунтується на принципах добровільності, конфіденційності, нейтральності та взаємної поваги.

Медіація в освіті – це процес, у якому нейтральна третя сторона (медіатор) допомагає учасникам конфлікту досягти взаємоприйняттого рішення шляхом конструктивного діалогу. Її головна мета – не покарання, а відновлення порушених стосунків і розвиток навичок ненасильницького спілкування. Основу методології медіації становлять ідеї відновного підходу до правосуддя,

концепції діалогічного підходу до вирішення суперечок (Р. Буш, Дж. Фолгер) та гуманістичної психології (К. Роджерс).

У межах освітнього простору медіація виконує подвійну функцію, а саме з одного боку, вона є механізмом врегулювання конкретних конфліктів, з іншого виступає інструментом формування культури миру, взаєморозуміння та відповідальності серед учасників освітнього процесу.

Булінг є формою систематичної агресивної поведінки, що супроводжується психологічним, фізичним або соціальним тиском однієї особи чи групи осіб на іншу. Відомо, що традиційні дисциплінарні заходи (догани, відрахування, покарання) у випадках булінгу виявляються неефективними, оскільки не змінюють причини поведінки, не відновлюють стосунків і часто поглиблюють конфлікт.

І. Власенко вбачає ефективною таку форму роботи, як організація зустрічі студентів з медіатором-практиком, який розповів про аспекти впровадження медіації в Україні, дав відповіді на запитання, поставлені студентами. Цінним для формування навичок управління конфліктами стало виконання індивідуальних проектів (учасники отримали завдання підготувати тренінг, спрямований на формування навичок, важливих в роботі медіатора) та проведення магістрантами вправ із таких проектів [1, С.102].

Медіація дозволяє залучити обидві сторони конфлікту до відкритого діалогу, у процесі якого можливе визнання завданої шкоди, усвідомлення відповідальності, пошук шляхів примирення та запобігання подальшому насильству. Застосування шкільної медіації, зокрема із залученням учнів-медіаторів, сприяє формуванню навичок емоційної регуляції, активного слухання, емпатії, що є критично важливими у запобіганні булінгу.

У ряді країн (США, Канада, Німеччина, Нідерланди, Польща) медіація вже давно інтегрована в освітні системи як обов'язковий або рекомендований компонент виховної роботи. В Україні розвиток інституту освітньої медіації розпочався із впровадження програм «Відновні практики в школі», «Шкільна служба порозуміння» та інших ініціатив, що підтримуються міжнародними організаціями.

М. Доляновська констатує, що позитивний досвід застосування інструментів медіації у сфері освіти вже наявний. Звичайно, для більш широкого застосування медіації як способу захисту прав і свобод учасників освітнього процесу, а передусім дітей, потрібно в освітянській сфері (школи, коледжі, заклади вищої освіти) здійснювати наступні заходи: – поширення інформації про конструктивні форми вирішення спорів і конфліктів (перемовини, медіація тощо); – організація просвітницьких заходів та інформування учасників освітнього процесу про місію, природу, техніки

медіації; – допомога учасникам освітнього процесу у вирішенні спорів та конфліктних ситуацій на основі принципів і технік медіації; – покращення психологічної обстановки у закладі вищої освіти, в тому числі здатності неповнолітніх осіб належним чином реагувати на конфліктну ситуацію [3, С. 25].

Л. Волченко зауважує, що результати емпіричних студій засвідчили, що найбільш поширеною стратегією поведінки в конфліктних ситуаціях серед старших школярів є компроміс, який передбачає пошук взаємопорозуміння як за рахунок власних поступок, так й поступок опонента, що надає можливість хоча б частково досягти бажаного результату. Для юнаків і дівчат компроміс виявляється найбільш оптимальним способом дієвого вирішення конфлікту, але власноруч такого компромісу вони часто досягти не можуть, і тому потребують медіації, що передбачає залучення третьої нейтральної сторони, яка допомагає вирішити конфлікт, сприяє пошуку оптимальних можливостей для укладання угоди між конфліктуючими сторонами [2, С.95].

Дослідження ефективності впровадження служб медіації свідчать про зниження рівня конфліктності, зменшення випадків повторного булінгу, покращення психологічного клімату в класах та підвищення рівня соціальної відповідальності серед здобувачів освіти.

Таким чином, медіація в освітньому закладі виступає ефективним інструментом ненасильницького розв'язання конфліктів та профілактики булінгу, що відповідає сучасним підходам до створення безпечного, інклюзивного та психоемоційно комфортного освітнього середовища. Її впровадження потребує системної підготовки учасників освітнього процесу, зокрема педагогів і учнів, розвитку інфраструктури служб порозуміння та підтримки з боку адміністрацій навчальних закладів.

Література

1. Власенко І. Оволодіння практичними навичками у сфері медіації в умовах закладу вищої освіти. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2018. № 3. С. 97–104.
2. Волченко Л. П. Соціально-психологічні особливості подолання конфліктних ситуацій в середовищі старшокласників – досвід шкільної медіації. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2018. № 1. С. 88–98.
3. Доляновська І. М. Медіація як один із способів захисту прав і свобод дитини в умовах освітнього середовища. *Південноукраїнський правничий часопис*. 2024. № 3. С. 21–26.

Коваль Вікторія Сергіївна
викладач вищої категорії
циклової комісії соціально-гуманітарних дисциплін,
директор Білоцерківського фахового коледжу
Університету «Україна»

ПРОБЛЕМА БУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ КОЛЕКТИВІ: СОЦІОЛОГІЧНИЙ ВИМІР

Проблема булінгу в студентському середовищі набула особливого значення у сучасному суспільстві, адже вона безпосередньо впливає на якість міжособистісних відносин, рівень психологічного комфорту та ефективність освітнього процесу у закладах вищої та фахової освіти. На відміну від шкільного середовища, де булінг вивчається більш системно, у студентських колективах ця проблема часто залишається поза увагою, хоча саме у цей період формуються соціальна зрілість, професійна ідентичність та навички конструктивної взаємодії.

Суспільні трансформації, зростання рівня індивідуалізму та конкуренції, а також поширення кібербулінгу створюють нові форми прояву агресії серед молоді. Для студентів, які перебувають у процесі становлення соціальних ролей, переживання психологічного чи фізичного тиску може призвести до зниження успішності, відчуження від колективу, проблем з психічним здоров'ям і навіть до соціальної ізоляції.

З соціологічної точки зору, вивчення булінгу у студентському колективі є надзвичайно важливим для виявлення соціальних чинників, що його зумовлюють, аналізу моделей поведінки агресора і жертви, а також визначення ролі соціальних інститутів (освіти, сім'ї, медіа) у його попередженні. Актуальність теми посилюється й тим, що питання булінгу напряду пов'язане з формуванням толерантності, культури діалогу та безпечного освітнього середовища, що є стратегічними завданнями сучасної системи вищої освіти України.

Так, проблемою булінгу займалися такі зарубіжні (Christopher Donoghue, Robert Faris, Robert T. Nansel, Dan Olweus, René Veenstra, Kenneth Westhues та ін.) та вітчизняні (І. Бухтіярова, Л. Волченко, С. Гарькавець, Т. Мельник, Л. Найдьонова, К. Назаренко, Т. Пономаренко, М. Приходько, О. Стрельченко, С. Таратута, та ін.) вчені.

Зі сторінок «Великої української юридичної енциклопедії» відомо, що булінг – це «психологічний терор, знуцання, цькування однієї людини іншою, яке може супроводжуватись фізичним насиллям» [1,с.49].

Також булінг серед студентів має свої особливості [3], що відрізняють його від шкільного чи дитячого цькування. У студентському колективі він, зазвичай, проявляється не у відкритій фізичній агресії, а у формах психологічного та соціального тиску (ігнорування, приниження, висміювання, поширення чуток, маніпуляції в групових проєктах або онлайн-просторі.)

Значну роль відіграє цифрове середовище, а саме кібербулінг [4] у месенджерах і соціальних мережах набуває масового характеру, оскільки студенти активно користуються цифровими каналами комунікації.

Ще однією специфікою є неоднорідність студентського колективу (відмінності у соціальному походженні, матеріальному становищі, рівні успішності, політичних чи релігійних поглядах, національності або статевій ідентичності), що можуть ставати підґрунтям для цькування. У порівнянні зі школою, у вишах існує більший ступінь конкуренції (як у навчанні, так і в соціальній сфері), що може підживлювати агресивну поведінку.

Особливістю булінгу в студентському середовищі є також більша автономія учасників, адже студенти вже досягли віку, коли формально вважаються дорослими, тому адміністрація коледжу чи ЗВО рідше втручається у міжособистісні конфлікти, ніж у школі. Це призводить до того, що випадки булінгу можуть залишатися непоміченими або не отримувати належного розв'язання.

Між тим, соціологічний вимір цієї проблеми вказує на те, що булінг у студентському колективі не лише шкодить конкретним особам, але й підриває соціальну згуртованість групи, знижує рівень довіри між студентами, погіршує психологічний клімат, а в окремих випадках може навіть впливати на відтік студентів із закладу. Це явище тісно пов'язане з більш широкими соціальними проблемами — толерантністю, соціальною нерівністю, поширенням агресії в суспільстві.

При цьому, результати досліджень [2] показали, що саме цифрове середовище стало головною платформою для цькування серед сучасної молоді. В свою чергу, найпоширенішими проявами є: образи, приниження, поширення чуток, глузування та агресивні коментарі у соцмережах і месенджерах. Значна частина студентів зізнається, що стикалася з тими чи іншими формами кібербулінгу, але часто не звертається по допомогу через переконання, що це «особиста справа» або страх осуду.

Так, проведене нами соціологічне опитування ($n = 253$) серед студентів Білоцерківського фахового коледжу та Білоцерківського інституту економіки та управління Університету «Україна» показало, що:

- близько 70% учасників стикалися з ситуаціями булінгу в школі: 25% були жертвами, 15% проявляли агресію до інших, 30% були спостерігачами;

•близько 30% стикалися з ситуаціями булінгу в закладі передвищої та вищої освіти: 15% - були жертвами, 5% - були буллерами і 10% - спостерігачами.

Такі результати свідчать про наявність проблеми булінгу в освітньому середовищі і вимагають комплексного підходу до її вирішення. Відтак, викладачам рекомендовано активно створювати дружнє та безпечне навчальне середовище, де кожен студент відчуває підтримку та повагу. Важливо своєчасно виявляти ознаки булінгу, уважно спостерігати за міжособистісними конфліктами та реагувати на перші прояви агресії або приниження. Доцільно впроваджувати правила взаємоповаги та культури спілкування, обговорювати наслідки цькування, а також формувати у студентів навички конструктивного вирішення конфліктів. Викладачі повинні заохочувати відкритий діалог, де студенти можуть повідомляти про проблеми без страху осуду, і співпрацювати з психологами та адміністрацією закладу для ефективного запобігання булінгу. Особливу увагу слід приділяти цифровому середовищу, попереджуючи кібербулінг через обговорення етичних правил користування соцмережами та електронними платформами.

Таким чином, булінг у студентському середовищі є актуальною соціальною проблемою, яка проявляється переважно через психологічний та цифровий тиск і негативно впливає на психологічний стан, успішність та згуртованість колективу. Попередження цькування вимагає активної участі викладачів, формування культури поваги, розвитку навичок конструктивного вирішення конфліктів та контролю за цифровим середовищем. Ефективна профілактика булінгу сприяє створенню безпечного та підтримуючого освітнього середовища для студентів.

Література

1. Велика українська юридична енциклопедія : термін «Булінг» Т. 18 / укл. А. Барна, В. Коваль, І. Микитюк [та ін.] ; редкол.: А. Барна (голова) та ін. Харків : Право, 2016. 544 с.
2. Гордієнко К. Обґрунтування поширеності проявів кібербулінгу серед студентської молоді. *Науковий часопис УДУ імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2021. № 15 (60). С. 25-34.
3. Марченко Т. А. Цькування у ЗВО. *Сучасні виклики і актуальні проблеми науки, освіти та виробництва: міжгалузеві диспути* [зб. наук. пр.]: матеріали ХІХ міжнародної науковопрактичної інтернет-конференції (м. Київ, 28 серпня 2021 р.). Київ, 2021. С. 22 – 24.
4. Пономаренко Т. І., Сніцар Н. М. Кібербулінг очима старшокласників: досвід, ставлення та наслідки. *Перспективи та інновації науки Серія Психологія*. 2025. № 2(48). С. 1691 – 1700.

Кондратюк Світлана Миколаївна,
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології та соціальної роботи
Хмельницького інституту соціальних технологій
Університету «Україна»

ПСИХОЛОГІЧНІ ТРЕНІНГИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПРОФІЛАКТИКИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ

У сучасному суспільстві спостерігається зростання рівня агресивності серед різних вікових і соціальних груп, що зумовлює необхідність пошуку ефективних засобів її попередження. Агресивна поведінка залишається однією з актуальних соціально-психологічних проблем, що виявляється у різних формах: фізичній, вербальній, непрямій чи аутоагресії. Згідно з позицією А. Басс та А. Даркі, агресія є формою реакції на фрустрацію, що виникає як відповідь на перешкоди у досягненні значущих цілей. Особливої актуальності проблема набуває у контексті освітнього середовища, де агресивна поведінка може бути проявом міжособистісної напруги, низького рівня емоційної регуляції, конфліктності чи соціальної дезадаптації.

Одним із результативних напрямів психопрофілактичної роботи є використання психологічних тренінгів як інструменту впливу на поведінкову, емоційну та когнітивну сфери особистості.

Психологічний тренінг, як активна форма групової взаємодії, створює умови для розвитку навичок саморегуляції, емпатії, конструктивного розв'язання конфліктів, а також зниження рівня тривожності та внутрішньої напруги — чинників, що безпосередньо впливають на прояви агресивної поведінки. Згідно з дослідженнями у галузі психології (О. Донцов, Л. Петровська, К. Роджерс та ін.), тренінгові методики сприяють формуванню адаптивних моделей поведінки, підвищенню рівня рефлексивності та розвитку соціальної компетентності.

В основі тренінгових технологій лежать принципи гуманістичної психології (К. Роджерс, А. Маслоу), соціального навчання (А. Бандура), а також інтерактивного групового навчання.

Психологічний тренінг — це форма групової роботи, спрямована на розвиток особистісних якостей та вдосконалення соціальних навичок. У контексті профілактики агресії особливе значення мають тренінги: емоційної саморегуляції (на основі моделей Д. Гоулмана, Р. Бар-Она); асертивної поведінки (формування здатності до вираження думок і почуттів без порушення

прав інших); управління гнівом (angermanagement); ненасильницького спілкування (Н. Розенберг); розвитку емпатії та толерантності до фрустрації.

Т. Остряко, А. Мекшун констатують, що результати проведеного дослідження серед підлітків з агресивною поведінкою дають підстави стверджувати, що необхідно формувати у них такі компоненти асертивності: особистісно-комунікативний (контактність, відсутність страху, тривожності, емоційність мовлення), когнітивний (компетентність і розуміння себе та інших), поведінковий (навички соціальної поведінки) [3].

Особливе значення мають тренінги емоційного інтелекту, асертивності, ненасильницького спілкування та управління гнівом. Вони не лише формують позитивні міжособистісні навички, а й сприяють інтеграції досвіду в систему особистісних установок учасника, що підвищує стійкість до фрустраційних чинників і знижує ймовірність агресивних реакцій.

В. Андрущенко зауважує, що підсумовуючи проблематику антиагресивного потенціалу освіти як механізму навчання та виховання позитивних духовно-моральних якостей особистості, можемо впевнено стверджувати, що саме освіта є найпотужнішим у сучасному суспільстві засобом прищеплення кожній людині таких важливих особистісних якостей, як гуманізм, добра воля, повага до себе та інших, здатність розуміти інші форми поведінки, мислення, культурного самопрояву [1].

Тренінговий вплив реалізується через низку психологічних механізмів: підвищення рефлексивності, учасники навчаються усвідомлювати власні емоційні реакції; формування нових моделей поведінки, завдяки рольовим іграм, кейсам, моделюванню ситуацій; групова підтримка, створення атмосфери прийняття, яка знижує захисні реакції; закріплення навичок, регулярне повторення та обговорення дозволяє інтегрувати нову поведінку в повсякденне життя.

Таким чином, психологічні тренінги розглядаються як дієвий засіб профілактики агресивної поведінки, який базується на системному розвитку соціально-психологічних компетенцій та внутрішніх ресурсів особистості.

Емпіричні результати І. Нечитайло в цілому свідчать про те, що структури агресивності, дійсно, відрізняються у різних статевих та вікових групах, поряд з цим, результати доводять хибність твердження стосовно того, що чоловіки в цілому є більш агресивними, ніж жінки [2].

Емпіричні дослідження підтверджують, що після участі в тренінгових програмах у респондентів фіксується зниження рівня реактивної агресії, зростання емоційної стабільності, розвиток адаптивних механізмів поведінки в конфліктних ситуаціях.

Застосування тренінгових програм у закладах освіти, соціальних установах дозволяє здійснювати первинну профілактику агресивної поведінки, попереджати девіантну поведінку, знижувати конфліктність у міжособистісних стосунках. Важливо, що тренінг не є лише формою просвітницької діяльності, а є гнучким інструментом глибокого психокорекційного впливу, який можна адаптувати під потреби конкретної цільової аудиторії.

Таким чином, психологічні тренінги є ефективним інструментом профілактики агресивної поведінки, оскільки сприяють розвитку саморегуляції, емпатії, асертивності та соціальної компетентності. Їх використання в освітніх та соціальних закладах дозволяє комплексно вирішувати завдання формування безпечного соціального середовища та гармонізації міжособистісних відносин.

Література

1. Андрущенко В. Агресивність особистості та її мінімізація засобами освіти. *Вища освіта України*. 2020. № 2. С. 7-12.
2. Нечітайло І. С. Особливості проявів агресивності чоловіків та жінок у різних вікових групах: дослідження структурних компонентів. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2024. № 4. С. 977-991.
3. Острянко Т., Мекшун А. Дослідження формування асертивності у підлітків з агресивною поведінкою. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2020. № 28(3). С. 164-168.

Косач Тетяна Михайлівна

кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Сидоренко Юлія Вікторівна

старший викладач кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

БУЛІНГ ЯК ЗАГРОЗА БЕЗПЕЧНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩУ В ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Проблема насильства та психологічного тиску серед студентської молоді залишається актуальною впродовж багатьох років і має серйозні соціально-психологічні наслідки. Булінг у закладі вищої освіти руйнує атмосферу довіри та взаємоповаги, негативно впливає на успішність, емоційний стан і професійне

становлення майбутніх фахівців. Відтак, формування безпечного освітнього середовища є однією з ключових умов якісної вищої освіти, адже воно сприяє розвитку інклюзії, толерантності та активної громадянської позиції здобувачів освіти. Саме тому дослідження причин, форм та шляхів протидії булінгу у студентському середовищі є важливим і своєчасним завданням сучасної педагогіки та психології.

Огляд наукової літератури показав, що проблемою безпечного освітнього середовища займаються зарубіжні (Barbara Coloroso, Susan P. Limber, Dan Olweus, Ken Rigby, Peter K. Smith та ін.) та вітчизняні (Н. Вікторчук, Б. Гваджаїа, Г. Євсєєва, А. Мельниченко, П. Нажа, Л. Найдьонова, Т. Пономаренко, В. Саббатовський, Н. Тілікіна та ін.) вчені.

З глосарію INEE (інтернаціональний ресурс, що займається освітою в надзвичайних ситуаціях) відомо, що безпечне освітнє середовище охоплює всі аспекти створення позитивного досвіду для студентів. Фізичний простір є важливим елементом, але не менш важливими є стосунки між всіма учасниками освітнього процесу та навчальною спільнотою в цілому [2].

Також згідно з «Концепцією безпеки закладів освіти», безпечне освітнє середовище – це навколишній простір закладу освіти, який створений відповідно до освітніх цілей у закладі освіти, в якому здійснюється освітній процес та створені необхідні й достатні для його учасників умови щодо ефективного і безпечного досягнення цілей навчання і виховання [1].

Разом з тим, безпечне освітнє середовище в закладах вищої освіти України нині стає критично важливим через поєднання фізичних, психологічних та соціальних загроз. Здобувачі освіти потребують умов, у яких можна навчатися та розвиватися без ризику для життя і психічного здоров'я. Так, можемо визначити наступні загрози для безпечного освітнього середовища в ЗВО України:

- фізична небезпека через воєнні дії – обстріли, бомбардування та мінна загроза ставлять під ризик життя здобувачів освіти і персоналу, обмежують можливості очного навчання;
- булінг та психологічний тиск – через вербальні образи, цькування, соціальна ізоляція та конфлікти між здобувачами освіти порушують емоційне благополуччя та знижують академічну успішність;
- кібербулінг і цифрові загрози – зростання онлайн-навчання підвищує ризик тролінгу, цькування через соцмережі та порушення конфіденційності персональних даних;

- недостатня готовність ЗВО до кризових ситуацій – відсутність чітких протоколів евакуації, планів безпеки та психологічної підтримки під час надзвичайних ситуацій;

- соціальні та культурні конфлікти – нерівність, дискримінація за ознаками національності, релігії або соціального статусу створюють напруженість і погіршують атмосферу у колективі.

Безперечно, для українських реалій питання безпеки в освіті стало особливо актуальним через воєнні дії, коли фізична безпека здобувачів освіти опинилася під загрозою через обстріли та бомбардування. Проте, не менш важливим є психологічний аспект. Так як, навіть за умов забезпечення фізичного захисту, багато учнів і студентів зазнають стресу та тривоги, а булінг у навчальному середовищі додатково посилює психологічне навантаження, руйнуючи атмосферу довіри і безпеки. Тому сучасне безпечне освітнє середовище повинно враховувати як фізичні, так і психологічні фактори захисту учасників освітнього процесу. А отже, можемо виокремити низку рекомендацій для викладачів ЗВО щодо формування безпечного освітнього середовища для здобувачів освіти:

- Формування відкритого і підтримуючого середовища, а саме: регулярно проводити бесіди зі здобувачами освіти про взаємоповагу, толерантність та безпечну поведінку, заохочувати відкритий діалог про проблеми та конфлікти.

- Моніторинг та своєчасне реагування – уважно спостерігати за міжособистісними відносинами у групі, виявляти перші ознаки булінгу та оперативно втручатися, консультуватися з психологами або адміністрацією закладу.

- Психологічна підтримка та профілактика стресу – через організацію консультації з психологами, тренінгів з подолання тривоги та стресу, враховуючи особливості студентів у умовах війни.

- Навчання конструктивного вирішення конфліктів – навчати студентів ефективним способам вирішення суперечок без насильства, розвитку емпатії та командної взаємодії, зокрема у дистанційному форматі.

- Контроль цифрового середовища через запобігання кібербулінгу, а саме: встановлювати правила етичного користування електронними навчальними платформами, месенджерами та соціальними мережами, проводити роз'яснювальні заходи щодо безпечної онлайн-комунікації.

А отже, в умовах, коли українські заклади вищої освіти зіштовхуються з численними загрозами, від фізичної небезпеки через воєнні дії до психологічного тиску та булінгу серед здобувачів освіти, особливо важливо

формувати комплексну систему безпеки. Викладачі можуть відігравати ключову роль у створенні безпечного освітнього середовища, впроваджуючи заходи, які підтримують психологічне благополуччя здобувачів освіти, стимулюють толерантність та повагу в колективі, розвивають навички ненасильницького вирішення конфліктів і забезпечують відкриту комунікацію для повідомлення про випадки цькування чи загрози. Таким чином, професійна позиція викладача стає не лише освітньою, а й превентивною, спрямованою на захист життя та психічного здоров'я учасників освітнього процесу.

Література

1. Концепція безпеки закладів освіти. Розпорядження КМУ від 7 квітня 2023 р. № 301-р. Документ 301-2023-р, чинний, поточна редакція — Прийняття від 07.04.2023. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/301-2023-%D1%80?find=1&text=%D0%B1%D0%B5%D0%B7%D0%BF%D0%B5%D0%BA%D0%B0#Text> (дата звернення: 14.09.2025)
2. *Safe learning environment. EiE Glossary*. URL: <https://inee.org/eie-glossary/safe-learning-environment> (дата звернення: 14.09.2025)

Лазаренко Аліна Олександрівна,
студентка 3 курсу бакалаврату
Волинського національного
університету імені Лесі Українки

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Волинського національного
університету імені Лесі Українки
Мельник Антоній Петрович

КІБЕРБУЛІНГ У СТУДЕНТСЬКОМУ КОЛЕКТИВІ

Сьогодні кібербулінг у студентському колективі є надзвичайно актуальним явищем, що пояснюється кількома факторами. По-перше, здобувачі освіти активно користуються соціальними мережами, месенджерами, форумами та онлайн-платформами для навчання. Це створює середовище, де спілкування виходить за межі аудиторій, а отже – зростає ризик проявів агресії у віртуальному просторі. По-друге, онлайн-середовище дозволяє кривдникам залишатися невидимими або діяти під вигаданими іменами, що ускладнює контроль і швидке реагування з боку викладачів чи адміністрації.

При цьому, кібербулінг негативно впливає на емоційний стан студентів: підвищує рівень тривожності, викликає депресивні настрої, знижує мотивацію до навчання та самооцінку. Це напряму впливає на успішність та соціальну адаптацію. Разом з тим, студентський вік це період активного формування особистості, пошуку власної ідентичності та соціального визнання. Будь-які прояви кібербулінгу особливо болісно сприймаються і можуть мати довготривалі наслідки. Між тим, у багатьох закладах вищої освіти відсутні чіткі стратегії протидії кібербулінгу, а студенти не завжди знають, куди звертатися по допомогу. Це підсилює актуальність проблеми.

Отже, проблема кібербулінгу у студентському колективі є актуальною тому, що вона безпосередньо впливає на психологічне благополуччя молоді, ефективність освітнього процесу та соціально-культурний клімат у виші.

Огляд наукової літератури показав, що феномен кібербулінгу вивчають закордонні (П. Агатстон, Р. Ковальські, С. Лімбер, Д. Олвеус, М. Робін та ін.) та вітчизняні (А. Запорожець, Т. Миронюк, Г. Мозгова, Л. Найдьонова, Л. Помиткіна, Т. Пономаренко, М. Фадєєва та ін.) вчені.

Варто зазначити, що існують різні підходи вчених до розуміння самого феномену. Кібербулінг розглядають як:

- «агресивні, навмисні, що повторюються і тривалі у часі дії, вчинені однією особою або групою осіб з використанням електронних форм контакту щодо жертви, якій важко захистити себе» [1];
- «усі психологічні небезпеки в інтернет-середовищі, які діють як тиск кіберсередовища, спрямований на персональне враження людини або групи людей до тих, які відповідають основним критеріям булінгу (навмисність, тривалість, повторюваність і нерівність)» [2];
- насильницькі, принизливі або загрозливі дії однієї дитини на адресу іншої за допомогою електронних засобів зв'язку, таких як стільникові телефони, веб-сайти, соціальні мережі сайтів, інтернет-групи [4];
- «систематична, агресивна та навмисна поведінка, що здійснюється однією або групою осіб з використанням цифрових технологій (соціальних мереж, мобільних пристроїв, електронної пошти тощо) з метою приниження, залякування або психологічного тиску на жертву, яка має обмежені можливості для самозахисту» [3].

Разом з тим, науковці виділяють вісім типів поведінки, яку розрізняють як кібербулінг [5]:

• Флеймінг – це публічні сварки чи образливі коментарі в чатах групи, студентських форумах або телеграм-каналах факультету. Наприклад: у груповому чаті студенти починають сварку через різні погляди на викладача чи завдання, але суперечка переходить у взаємні образи та приниження.

- Переслідування – це систематичні повідомлення з погрозами, приниженнями чи насмішками. Наприклад: студент щодня отримує у приватні повідомлення образливі жарти про свою зовнішність чи акцент, що поступово підриває його самооцінку.

- поширення чуток – розповсюдження неправдивої або принизливої інформації в соцмережах чи студентських чатах. Наприклад: про студентку поширюють фейковий скріншот, нібито вона списує на іспиті, що псує її репутацію серед одногрупників та викладачів.

- злам сторінки в соціальних мережах і месенджерах – коли булер отримує доступ до соцмережі чи пошти студента й починає діяти від його імені. Наприклад: з акаунта зламаної сторінки пишуть образливі повідомлення викладачу чи іншим студентам, через що жертву сприймають як винуватця.

- Шахрайство – коли є спроба отримати конфіденційну інформацію через обман чи погрози. Наприклад: студенту надсилають повідомлення від «адміністрації університету», вимагаючи логін і пароль від електронної пошти, а потім поширюють його особисті фото.

- ігнор (ізоляція) – це навмисне виключення студента з групових чатів, онлайн-гри чи спільних активностей. Наприклад: одногрупники створюють окремий чат для обговорення навчання й дозвілля, але свідомо не додають туди одного студента.

- Кіберпереслідування – систематичне «стеження» за студентом у соцмережах, використання геолокації, погрози зустрічі офлайн. Наприклад: студент отримує повідомлення «я знаю, що ти зараз у бібліотеці» або «бачив, як ти виходив з гуртожитку», що викликає страх і відчуття небезпеки.

- Хепіслепінг – фіксація на відео чи фото реальних нападів із подальшим поширенням у мережі. Наприклад, під час студентської вечірки кілька осіб штовхають або б'ють одногрупника, знімають це на телефон і викладають у TikTok чи Instagram.

Усі ці форми можна зустріти серед студентів, і небезпека полягає в тому, що вони легко набувають публічності, впливають на репутацію, психіку та навчання жертви.

Кібербулінг у студентському середовищі є серйозною соціально-психологічною проблемою, що безпосередньо впливає на моральний клімат у колективі, успішність та емоційне благополуччя молоді. Його особливість полягає у використанні цифрових технологій, що дозволяють булеру діяти анонімно, систематично та з широкою аудиторією свідків. У студентському колективі кібербулінг проявляється у різних формах – від публічних образ у чатах і поширення чуток до переслідувань, зламів акаунтів та відеофіксації принижень.

Отже, подолання кібербулінгу можливе лише за умови комплексного підходу: підвищення рівня цифрової грамотності студентів, створення безпечного інформаційного середовища у ЗВО, розвитку культури взаємоповаги та толерантності, а також упровадження превентивних і виховних заходів. Це дозволить не лише мінімізувати ризики кібербулінгу, але й сприятиме формуванню згуртованого, здорового студентського колективу.

Література

1. Мозгова Г., Помиткіна Л. Кібербулінг як девіантна форма поведінки особистості в інтернет-просторі. *Перспективи та інновації науки*. 2021. №3. С. 269–278.
2. Найдьонова Л. А. Кібербулінг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини: методичні рекомендації. К: Інститут соціальної та політичної психології, 2014. 110 с.
3. Пономаренко Т. І., Сніцар Н. М. Кібербулінг очима старшокласників: досвід, ставлення та наслідки. *Перспективи та інновації науки Серія Психологія*. 2025. № 2(48). С. 1691 – 1700.
4. Monks C. P., Mahdavi J., Rix K. The emergence of cyberbullying in childhood: Parent and teacher perspectives. *Psicología Educativa*. 2016. № 22 (1). P. 39 – 48.
5. Olweus D., Limber S. P. Some problems with cyberbullying research. *Current opinion in psychology*. 2018. № 19. P. 139–143.

Левченко Вікторія Анатоліївна,

студентка 4 курсу бакалаврату

Білоцерківського інституту економіки та управління

Університету «Україна»

Науковий керівник:

доктор філософії у галузі психології,

завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук

Пономаренко Тетяна Ігорівна

РОЛЬ КРЕАТИВНОСТІ У ФОРМУВАННІ БЕЗПЕЧНОГО ШКІЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА

У сучасних умовах реформування системи освіти особливого значення набуває створення безпечного та сприятливого шкільного середовища, яке забезпечує гармонійний розвиток особистості учня. Проблема булінгу залишається однією з найбільш гострих у шкільних колективах, адже вона

негативно впливає не лише на психологічний стан дитини, але й на її академічні досягнення, соціалізацію та подальше становлення в суспільстві.

Водночас, креативність розглядається як ключова компетентність ХХІ століття, що сприяє розвитку емоційного інтелекту, комунікативних навичок та здатності до конструктивного вирішення конфліктів. Формування та розвиток творчих здібностей учнів створює передумови для підвищення рівня їхньої самооцінки, толерантності й емпатії, що безпосередньо впливає на зниження проявів агресії та соціальної ізоляції у шкільному колективі.

Таким чином, дослідження ролі креативності у формуванні безпечного освітнього середовища є своєчасним і значущим як у науково-теоретичному, так і в практико-педагогічному аспектах.

В свою чергу, дослідженню проблеми формування безпечного освітнього середовища присвятили свою наукову діяльність такі вчені як: В. Coloroso, S. Limber, A. González Moreno, María del Mar Molero Jurado, D. Olweus, K. Rigby, P. Smith, В. Духневич, А. Мельниченко, Л. Найдьонова, Т. Пономаренко, В. Саббатовський, Н. Тілікіна та ін.) вчені.

Зі словника відомо, що безпечне освітнє середовище – це сукупність умов у закладі освіти, що унеможливають заподіяння учасникам освітнього процесу фізичної, майнової та/або моральної шкоди, зокрема ... шляхом фізичного та/або психологічного насильства, експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, приниження честі, гідності, ділової репутації (зокрема шляхом булінгу (цькування), поширення неправдивих відомостей тощо), пропаганди та/або агітації, зокрема з використанням кіберпростору, а також унеможливають вживання на території та в приміщеннях закладу освіти алкогольних напоїв, тютюнових виробів, наркотичних засобів, психотропних речовин [1].

Відомо, що безпечне шкільне середовище є необхідною умовою ефективного навчання, розвитку особистості та соціалізації учнів. Водночас воно перебуває під впливом низки загроз, які можуть суттєво знижувати рівень фізичного, психологічного та соціального комфорту всіх учасників освітнього процесу. Між тим, можемо виокремити низку загроз безпечного освітнього середовища [2]:

- Соціально-психологічні загрози – це булінг, кібербулінг, мобінг, прояви дискримінації за ознакою статі, віку, етнічного походження, соціального статусу чи інвалідності, емоційне та фізичне насильство з боку однолітків або дорослих, соціальна ізоляція та відчуження окремих учнів.
- Організаційно-управлінські загрози – це відсутність ефективної системи профілактики та реагування на випадки булінгу й насильства, низький рівень компетентності педагогів у сфері медіації конфліктів та

психологічної підтримки, авторитарний стиль управління та комунікації, що пригнічують ініціативність і довіру учнів.

- Інформаційно-комунікаційні загрози – такі як неконтрольоване поширення деструктивного контенту в соціальних мережах, кіберзалякування, маніпуляції, онлайн-агресія, недостатній рівень цифрової грамотності учнів і педагогів.
- Матеріально-технічні та фізичні загрози – це незадовільний стан шкільної інфраструктури, що створює ризики для життя і здоров'я, відсутність належних умов для інклюзивного навчання, порушення санітарно-гігієнічних норм, що впливають на фізичний комфорт учнів.
- Педагогічно-культурні загрози – це недостатня увага до розвитку емоційного інтелекту, креативності та комунікативних навичок, знецінення індивідуальності учня та орієнтація лише на академічні результати, відсутність партнерських відносин між учителем, учнем і батьками.

Відтак, такі загрози безпечному шкільному середовищу суттєво позначаються на якості освітнього процесу. Вони знижують мотивацію до навчання, провокують емоційне виснаження учнів і педагогів, формують атмосферу недовіри та страху, що перешкоджає ефективній взаємодії в колективі. У середовищі, де поширені булінг, дискримінація чи психологічне насильство, освітній процес втрачає розвивальну та виховну функції, зводяться лише до формальної передачі знань.

Одним із ресурсів запобігання цим загрозам виступає креативність. Так, результати дослідження з Іспанії, в якому підлітки висловлюють думки про те, чи допомагають соціальні навички та креативність протидіяти булінгу показали, що добре розвинені соціальні навички (емпатія, вміння спілкуватись, встановлювати дружні зв'язки, слухати) допомагають уникати ролі жертви булінгу або протидіяти йому. При цьому, креативні здібності сприймаються учнями як ресурс, що дозволяє їм виражати своє внутрішнє “я”, знаходити альтернативні способи комунікації, творчого вирішення конфліктів і зміцнення впевненості в собі [4].

Між тим, велике крос-секційне дослідження за участі 743 учнів 14-19 років, що аналізувало зв'язки між просоціальною поведінкою, креативною самоефективністю, стресом та резильєнтністю пояснює, що таке «творча самоефективність» (віра в свої творчі здатності), і як вона передає чи посилює вплив просоціальної поведінки на здатність долати життєві труднощі (резильєнтність)[5].

Також наявні дослідження про стратегії вчителів, які застосовують творчі методики у навчанні з метою зменшення булінгу через застосування

інтерактивних вправ, рольових ігор, мистецьких проєктів, змінюють атмосферу у класі, підвищують взаєморозуміння між учнями, знижують стрес і агресію. Через творчі завдання учні отримують можливість спільної роботи, обговорення, співтворчості, що сприяє зміцненню дружніх стосунків і взаємної підтримки, які є важливими для профілактики булінгу. творчість дозволяє учням виражати почуття, емоції, ідентичність, що може запобігати накопиченню негативу, ізоляції, коли учень може творчо проявитися, він менше піддається агресії або, принаймні, має внутрішні ресурси для опору [3].

Відтак, розвиток творчих здібностей у школярів і педагогів: стимулює позитивне самовираження та підвищує самооцінку учнів; сприяє формуванню емпатії, комунікативних навичок і навичок ненасильницького розв'язання конфліктів; об'єднує учнів у спільній діяльності, що знижує рівень соціальної ізоляції та напруженості; створює можливості для педагогів застосовувати інноваційні методи навчання, які формують атмосферу співпраці, а не конкуренції.

Отже, безпечне освітнє середовище є необхідною умовою не лише для успішного засвоєння знань, а й для гармонійного розвитку особистості учня. Загрози, пов'язані з булінгом, дискримінацією, психологічним тиском та організаційними недоліками, здатні суттєво порушувати цілісність навчально-виховного процесу. У цьому контексті креативність постає вагомим ресурсом профілактики та подолання негативних явищ. Вона сприяє формуванню довіри, емпатії, відкритості та взаємоповаги, створює простір для самовираження і спільної діяльності. Таким чином, розвиток творчих здібностей як учнів, так і педагогів можна вважати одним із ключових чинників побудови безпечного, гуманного та ефективного шкільного середовища. Таким чином, креативність може розглядатися як важливий превентивний інструмент, що посилює захисні механізми освітнього середовища та забезпечує його безпечність і продуктивність.

Література

1. Безпечне освітнє середовище. Словник термінів. URL: https://kot.dytsadok.org.ua/slovník-terminiv-11-52-51-14-09-2023/?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 21.10.2025)
2. Духневич В. Створення безпечного освітнього середовища: «Шість кроків до безпеки». *Проблеми політичної психології*. 2022. № 12. С. 266-278.
3. Dwiningrum Sitti, Norwaliza Abdul Wahab, Haryanto Haryanto. Creative teaching strategy to reduce bullying in schools. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*. 2020. № 19 (4). P. 343-355.

4. González Moreno A., María Del Mar Molero Jurado. Can social skills and creativity protect against bullying? Adolescents' views. *Educational Research*. 2025. № 67 (2). P. 231-246.

5. González Moreno A., María del Mar Molero Jurado. Prosocial behaviours and resilience in school coexistence: implications of creative self-efficacy and stress in adolescents. *Behavioral Sciences*. 2023. № 13 (12). №988.

Лубенець Ірина Григорівна

кандидат юридичних наук, старший дослідник

старший науковий співробітник

лабораторії з проблем управління правоохоронною діяльністю

та її психологічного супроводження ННІ ПО НАВС,

КІБЕРБУЛІНГ СЕРЕД ШКОЛЯРІВ: СУЧАСНИЙ СТАН ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ

Однією з найбільш небезпечних загроз, з якими стикаються сучасні школярі, особливо підліткового віку, є булінг, зокрема, із використанням електронних комунікацій – кібербулінг. Актуальність дослідження проблеми кібербулінгу обумовлена стрімкою цифровізацією суспільства та популярністю соціальних мереж, особливо серед школярами, які дедалі більше часу проводять в онлайн-просторі.

Проблему кібербулінгу досліджували такі науковці, як Л. Габенко, Ф. Гавлюк, Л. Найдьонова, Н. Павлюк, О. Петрунко, А. Тищенко, які наголошували, що об'єктом цькування, зокрема у цифровому середовищі може стати будь-яка дитина.

На сьогоднішній день, цифрове середовище є не лише майданчиком для навчання, спілкування, проведення дозвілля й самовираження, а й платформою для проявів насильства та агресії. Відповідно до офіційної статистики наразі в Україні спостерігається зростання кількості звернень щодо випадків булінгу (у тому числі кібербулінгу). Зокрема, за перші чотири місяці 2025 року було зареєстровано 130 адміністративних правопорушень за вчинення булінгу. Отже, у поточному році, в середньому, щомісяця складають 32 протоколи щодо цькування. Необхідно відмітити, що кількість протоколів за ст. 173⁴ (булінг (цькування) учасника освітнього процесу) КУпАП різко зменшилась після початку повномасштабного вторгнення у 2022 році – до 10 випадків на місяць. Проте у 2024 році поліція щомісяця складала 22 протоколи, а у 2025 році – майже в 1,5 рази більше. При цьому, збільшилась кількість випадків булінгу,

вчиненого підлітками. У 2021 році їх було 44% від загальної кількості, а у 2025-му – вже 58%. [1]

Зниження показників, зафіксоване у 2022 році, пояснюється тим, що з початком війни освітній процес на певний час було призупинено, а значна частина учнів та навчальних закладів зазнала переміщення. Як тільки було стабілізовано навчальний процес, це вплинуло на збільшення звернень щодо булінгу. В Управлінні ювенальної превенції НПУ зазначили, що у 2023 році побільшало звернень саме щодо кібербулінгу, оскільки значна частина учасників освітнього процесу навчалися онлайн [2].

Явище кібербулінгу набуває особливої небезпеки через свою латентність, швидкість поширення інформації та складність видалення цифрових слідів, а також через відсутність просторових і часових обмежень. Отже, дитина може зазнавати психологічного тиску та цькування цілодобово. Це призводить до зростання рівня тривожності, депресивних станів, соціальної ізоляції та навіть суїцидальних спроб серед підлітків. Крім того, методи та способи цькування в онлайні постійно змінюються та ускладнюються, а також відзначаються зростанням рівня жорстокості та цинізму. Зокрема, відомі випадки, коли діти у соціальних мережах голосують та вирішують яку форму цькування застосувати до конкретного учня (учнів).

Відповідно до результатів опитування школярів, що проводилось у 2023 році, кожний сьомий учень (тобто 14,3% опитаних) зізнався, що отримував смс-повідомлення або електронні листи з погрозами, відео з принизливим, образливим для нього змістом. 2,5% опитаних отримували такі повідомлення часто, 11,8% – інколи. Слід зазначити, що хлопчики та дівчата суттєво не відрізнялися за частотою зіткнення з такими випадками. Не має значних відмінностей також у відповідях дітей різного віку. В той же час, 15,4% дітей повідомили, що бували випадки (часті або поодинокі), коли вони самі знімали на телефон бійки та знущання учнів, а потім викладали це в Інтернеті. Серед підлітків різного віку та статі відмінностей у відповідях на це запитання не спостерігалось. [3; С. 293]

Зауважимо, що сучасні мобільні телефони, планшети тощо, обладнані камерами та, як правило, підключенням до Інтернету, що надає підліткам можливість швидко фіксувати події, у тому числі випадки цькування, насильства та жорстокості й миттєво публікувати їх у цифровому просторі. Такі дії мотивуються, по-перше, сучасною культурою «життя на показ», коли щоденне завантаження (поширення) контенту є нормою, та навіть потребою. По-друге, швидко набувають популярності відео з ризикованою, агресивною або шокуючою поведінкою, що для підлітків нерідко є способом здобути визнання та підвищити соціальний статус серед однолітків через «лайки»,

перегляди, коментарі та збільшення кількості підписників. До того ж, алгоритми соціальних мереж та практика відеоблогерства додатково стимулюють поширення подібного контенту.

З метою запобігання кібербулінгу необхідна скоординована, злагоджена співпраця батьків, вчителів, психологів та правоохоронців. Домінуюча роль покладається на батьків та вчителів, які входять до найближчого кола спілкування дитини. Саме сім'я та школа повинна виступати основними суб'єктами виховання та навчання дітей безпечному та відповідальному користуванню цифровими технологіями. Особливо важливо забезпечити дитині, яка зіштовхнулася із кібербулінгом, психологічну підтримку, розвиваючи в ній навички емоційної стійкості та самоконтролю. Одночасно, доцільно ознайомлювати школярів із заходами відповідальності за скоєння кібербулінгу, а також поширювати інформацію про способи захисту і звернення у разі цькування, щоб жоден випадок не залишився без уваги та належного реагування. Пропонуємо перелік контактів, куди можна звернутись по допомогу у разі зіткнення із булінгом (кібербулінгом):

116 111 або 0 800 500 225 – Національна дитяча «гаряча лінія» (безкоштовно зі стаціонарних та мобільних телефонів)

(044) 255 76 75 – Уповноважений Президента України з прав дитини (безкоштовно зі стаціонарних телефонів)

102 – Національна поліція України (безкоштовно зі стаціонарних та мобільних телефонів)

1545 далі вибрати 3 – Урядова консультаційна лінія з питань безпеки дітей в Інтернеті (анонімно, цілодобово, безкоштовно)

Інтернет-платформи:

<https://ticket.cyberpolice.gov.ua/>, callcenter@cyberpolice.gov.ua – кіберполіція (для здійснення електронного звернення);

<https://teenergizer.org/consultations/> – електронна лінія орієнтована на дітей для консультації з психологом з приводу психічного, сексуального або репродуктивного здоров'я тощо (безкоштовно і конфіденційно);

<https://report.iwf.org.uk/ua> – портал для повідомлення про шкідливий контент, що зображає насильство над дитиною з метою його видалення;

«Кіберпес» інтерактивний чат-бот у Telegram та Viber допоможе дізнатись, як можна самотійно видалити образливі матеріали з платформ соціальних мереж, а також куди звертатись за допомогою у випадку зіткнення з кібербулінгом;

@StopSextingBot – чат-бот проєкту #stop_seхтинг у Telegram для отримання додаткової інформації про онлайн-загрози, їх наслідки, поради та ін.;

@Unsee_nebot (чат-не-бот Unsee) – чат-бот у Телеграм для повідомлення про шкідливий контент та отримання консультацій.

Література

1. 32 випадки булінгу фіксують щомісяця в Україні цього річ. *Опендатабот*. URL: <https://salo.li/43086c0> (дата звернення: 12.09.2025).
2. Пиняк Л., Коломієць В. У 2022 році різко зменшилася кількість адмінпротоколів щодо булінгу. Чому так? / *Нromadske*. 15.05.2023. URL: <http://surl.li/igcil> (дата звернення: 12.09.2025).
3. Кримінальна ситуація в Україні в умовах війни: основні тенденції. 2022 рік: монографія / авт. кол.: М. Г. Вербенський, О. Г. Кулик, І. В. Наумова та ін.; за заг. ред. д-ра юрид. наук, проф. М. Г. Вербенського. Київ: Юрінком Інтер, 2023. 388 с.

Ночовна Наталія Вячеславівна,

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри філології
та соціально-гуманітарних дисциплін
Полтавського інституту економіки і права
Університету «Україна»

Шевчук Вікторія Валентинівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національного університету «Полтавська
політехніка імені Юрія Кондратюка»

Коваль Андрій Анатолійович,

старший викладач кафедри соціальної
роботи та спеціальної освіти
Полтавського інституту економіки і права
Університету «Україна»

РОЗВИТОК РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЯК ШЛЯХ ПСИХОПРОФІЛАКТИКИ НАСЛІДКІВ БУЛІНГУ

В умовах складних соціально-економічних реалій та геополітичного тиску, в яких змушена перебувати наша держава, помітно знижений індивідуальний і загальний рівень психологічного благополуччя українців. Відтак, дія будь-якого додаткового стресового фактору здатна посилити негативний, зачасти деструктивний вплив на індивідуальну та колективну психіку.

Булінг, який і в часи мирної стабільності є вагомою загрозою для психосоціального комфорту особистості, нині, в умовах підвищеної соціальної

вразливості українського народу, може спричинити довготривалі травматичні наслідки.

У розрізі такого спектру критичних стресових факторів особливо актуалізується необхідність пошуку шляхів психопрофілактики та підвищення психологічної стійкості. Резильєнтність, яку вчені розглядають як психологічну здатність адаптації до стресових умов і можливість відновлення після несприятливих подій, може бути своєрідним бар'єром для негативного впливу булінгу, що мінімізує його наслідки [3].

Різні аспекти дослідження резильєнтності та шляхів її формування розглядалися низкою зарубіжних та українських учених, таких, як С. Лютар, Дж. Річардсон, О. Фріборг; Д. Асонов., Н. Гусак, І. Мельничук, О. Чиханцова О. Хаустова; зокрема , І. Мельничук звертала свою наукову увагу на дослідження теоретико-методологічних основ розвитку і корекції резильєнтності, наукові пошуки М. Бриль пов'язані з розвитком психологічної резильєнтності особистості як складника здоров'я засобами арт-терапії; психологічній профілактиці шкільного насильства присвячені роботи О. Юрчик; протидію булінгу у правовому розрізі розглянуто у дослідженнях О. Проць. Разом із тим, питання розвитку резильєнтності як шляху психопрофілактики наслідків булінгу не знайшли своїх відповідей у окремому дослідженні, що засвідчує актуальність нашої статті та доцільність розгляду піднятої проблеми.

Резильєнтність у контексті цього дослідження розглядаємо як певний конструкт захисту особистості від наслідків булінгу. Булінг, за твердженням О. Проць, розуміється як форма насильства, яка або завдає, або несе загрозу заподіяння фізичної чи психічної шкоди [2, с. 129].

Зі свого боку, резильєнтність пов'язується зі здатністю людини до подолання складних життєвих подій і відновлення після кризових станів або стресу в умовах насиченого незвичайними подіями комунікативно-інформаційного простору [1, с. 45].

У такому контексті розвиток резильєнтності з упевненістю можемо розглядати як шлях психопрофілактики наслідків булінгу.

У осіб з високим рівнем резильєнтності у відповідь на дії психологічного (вербального) насильника спрацьовує своєрідний внутрішній захисний механізм, який дозволяє фільтрувати та когнітивно трансформувати негативний вплив, спричинений булінгом. Такі люди здатні сприймати цькування як зовнішню подію, що мине, а не екстраполювати почуте як підтвердження власної неповноцінності. Високий рівень резильєнтності передбачає і відповідний рівень саморегуляції, що, таким чином, дозволяє людині з високим

рівнем резильєнтності контролювати свої емоції у відповідь на провокуючий вплив, при цьому відстоюючи свої особисті кордони.

Тож, окреслене у статті засвідчує необхідність розвитку резильєнтності як шляху психопрофілактики наслідків булінгу. Перспективи подальших досліджень убачаємо у розробці та впровадженні форм і методів розвитку резильєнтності.

Література

1. Костюченко О., Бриль М., Розвиток психологічної резильєнтності особистості як складника здоров'я арттерапевтичними засобами. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. № 33 (72). С. 43-50.

2. О. Проць, Р. Романків Протидія булінгу: правові аспекти захисту дітей від насильства. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Право*. 2020. № 60. С. 127-131.

3. Heshmat Sh. The 8 Key Elements of Resilience. *Psychology Today*. 2020. URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/science-choice/202005/the-8-key-elements-resilience>

Пахомов Ілля Володимирович

старший викладач кафедри педагогіки,
психології та менеджменту

Білоцерківського інституту неперервної професійної освіти
ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України

ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ В ЗАКЛАДАХ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Професійна освіта є складником української системи освіти, де здобувачі освіти можуть опанувати знаннями, уміннями і навичками за певною професією. Здобути робітничу кваліфікацію можна в ліцензованих МОН закладах професійної освіти. Серед типів таких закладів – професійні училища, ліцеї, центри, навчально-курсові комбінати тощо. Важливою перевагою професійної освіти є її гнучкість та швидка реакція на запити ринку праці: нині пройти навчання в закладах професійної освіти можуть не лише вчорашні випускники закладів загальної середньої освіти, а й дорослі, які хочуть підвищити кваліфікацію або змінити професію

Заклади професійної освіти мають різне спрямування і навчають сотням професій. Станом на 1 січня 2025 року в Україні працює понад 0,7 тис. закладів професійної освіти, з яких найбільше розташовано на Дніпропетровщині (понад 50 закладів), Львівщині (понад 50 закладів) та Київщині (понад 40 закладів). Станом на січень 2025 року професійну освіту здобувають понад 240 тис.

здобувачів освіти, серед них 164 тис. – вступили до закладу професійної освіти після 9-го класу та навчалися зі здобуттям повної загальної середньої освіти. Найбільше здобувачів професійної освіти навчається на Дніпропетровщині понад (20 тис. осіб), Львівщині (понад 20 тис. осіб) та Київщині (понад 13 тис. осіб). У м. Києві професійну освіту здобувають понад 12 тис. осіб.

В закладах професійної освіти здобувачі не тільки формують професійні компетентності, з ними також проводиться цілеспрямована виховна, соціальна та психологічна робота, яку здійснюють: заступник з виховної роботи, вихователь гуртожитку, майстри виробничого навчання, класні керівники, психолог та соціальний педагог. Одним з напрямків цієї роботи є протидія булінгу в освітньому середовищі закладу професійної освіти.

Під булінгом (цькуванням) ми розуміємо психологічне, фізичне, економічне, сексуальне насильство, зокрема й через електронну комунікацію, що вчиняється щодо здобувача професійної освіти та (або) такою особою щодо інших учасників освітнього процесу. Суб'єктом реагування в разі настання випадку булінгу (цькування) в закладах професійної освіти насамперед є керівники та інші працівники закладів освіти, у разі необхідності вони можуть залучати служби у справах дітей, центри соціальних служб та територіальні органи (підрозділи) Національної поліції України.

Профілактика та протидія булінгу в закладах професійної освіти базується на основі нормативно-правових документів: Закону України від 18 грудня 2018 року № 2657-VIII «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» та наказу МОН від 28.12.2019 № 1646 «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти».

Профілактика та попередження булінгу в закладах професійної освіти є обов'язком кожного педагогічного працівника – від директора до технічного працівника. Директор закладу професійної освіти сприяє здоровому способу життя здобувачів освіти та працівників закладу освіти; забезпечує створення у закладі освіти безпечного освітнього середовища, вільного від насильства та булінгу (цькування); а також розробляє, затверджує та оприлюднює план заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу в закладі освіти.

Керівник закладу професійної освіти в разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) повинен дотримуватися певного алгоритму дій. Насамперед у строк, що не перевищує однієї доби, він повідомляє територіальний орган (підрозділ) Національної поліції України, принаймні одного з батьків або інших законних представників здобувача освіти, який став стороною булінгу (цькування).

Також директор розглядає заяви про випадки булінгу (цькування) здобувачів освіти, їхніх батьків, законних представників, інших осіб та видає рішення про проведення розслідування; скликає засідання комісії з розгляду випадків булінгу (цькування) не пізніше ніж упродовж трьох робочих днів з дня отримання заяви або повідомлення для ухвалення рішення за результатами проведеного розслідування та вживає відповідних заходів реагування.

Якщо потрібно, директор закладу професійної освіти викликає бригаду екстреної (швидкої) медичної допомоги для надання екстреної медичної допомоги; повідомляє службу у справах дітей з метою розв'язання питання щодо соціального захисту здобувача освіти, який став стороною булінгу (цькування), з'ясування причин, які призвели до випадку булінгу (цькування) та вжиття заходів для усунення таких причин.

Крім того, він повідомляє центр соціальних служб з метою здійснення оцінювання потреб сторін булінгу (цькування), визначення соціальних послуг та методів соціальної роботи, забезпечення психологічної підтримки та надання соціальних послуг на рівні громади. Також керівник закладу професійно освіти забезпечує виконання заходів для надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг, стали його свідками або постраждали від булінгу (цькування).

Надзвичайно важливою в процесі профілактики та протидії булінгу в освітньому середовищі закладів професійної освіти є роль соціального педагога закладу освіти. Він сприяє формуванню у здобувачів освіти відповідальної поведінки, культури здорового способу життя, збереженню репродуктивного здоров'я; сприяє запобіганню конфліктних ситуацій, що виникають під час освітнього процесу; здійснює розроблення та проведення профілактичних, інформаційно-освітніх заходів у закладах освіти з метою захисту прав і свобод, формування у дітей ціннісних життєвих навичок та моделей поведінки; а також інформує учасників освітнього процесу щодо контактних даних національної поліції, психологів, медиків, гарячих ліній, куди вони можуть звертатися, якщо стали жертвами або свідками булінгу.

Соціальний педагог закладу професійної освіти в разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) бере участь у наданні допомоги постраждалим від насильства та іншим сторонам булінгу; а також сприяє захисту прав здобувачів освіти від будь-яких видів і форм насильства, представляє їхні інтереси у правоохоронних і судових органах тощо.

Важко переоцінити і роль практичного психолога закладу професійної освіти в процесі профілактики та протидії булінгу в освітньому середовищі закладів освіти. Він здійснює реалізацію розвивальних, профілактичних, просвітницьких, корекційних програм; сприяє формуванню у здобувачів освіти

відповідальної і безпечної поведінки в ситуаціях ризику, навичок здорового способу життя; а також сприяє запобіганню будь-яких видів і форм насильства та конфліктів серед здобувачів освіти.

В разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) практичний психолог закладу професійної освіти здійснює роботу з постраждалими від насильства здобувачами освіти; а також формує небайдуже ставлення здобувачів освіти до постраждалих осіб.

Практичний психолог і соціальний педагог закладу професійної освіти здійснюють психологічний та соціально-педагогічний супровід застосування заходів виховного впливу у групі, у якій стався випадок булінгу (цькування), зокрема: діагностику рівня психологічної безпеки та аналіз її динаміки; розроблення програми реабілітації для потерпілого (жертви) та її реалізацію із залученням батьків або інших законних представників малолітньої або неповнолітньої особи; розроблення корекційної програми для кривдника (булера) та її реалізацію із залученням батьків або інших законних представників малолітньої або неповнолітньої особи; а також консультативну допомогу всім учасникам освітнього процесу.

Крім практичного психолога та соціального педагога, значну роль в процесі профілактики та протидії булінгу в закладі професійної освіти грають його педагогічні працівники, насамперед майстри виробничого навчання та викладачі, які є класними керівниками. Майстер виробничого навчання закріплюється за кожною навчальною групою і здійснює індивідуальну та групову профілактичну роботу зі здобувачами професійної освіти разом з класним керівником.

Педагогічні працівники закладу професійної освіти зобов'язані сприяти розвитку здібностей здобувачів освіти, формуванню навичок здорового способу життя, дбати про їхнє фізичне і психічне здоров'я; а також захищати здобувачів освіти під час освітнього процесу від будь-яких форм фізичного та психологічного насильства, приниження честі і гідності, дискримінації за будь-якою ознакою.

Педагогічні працівники та інші особи, які залучаються до освітнього процесу, у разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) зобов'язані повідомляти керівництво закладу освіти про факти булінгу (цькування) стосовно здобувачів освіти, педагогічних, інших осіб, які залучаються до освітнього процесу, свідком якого вони були особисто або інформацію про які отримали від інших осіб; вживати невідкладних заходів для припинення небезпечного впливу; а також звертатися (якщо потрібно) до територіальних органів (підрозділів) Служби у справах дітей та Національної поліції України.

Служба у справах дітей здійснює забезпечення безпеки здобувачів професійної освіти, стосовно яких надійшла інформація про жорстоке поводження з ними або загрозу їхньому життю чи здоров'ю, через: невідкладне оцінювання рівня їх безпеки спільно з уповноваженим підрозділом територіального органу Національної поліції, який діє в межах своїх повноважень, фахівцем із соціальної роботи або іншим надавачем соціальних послуг, представником закладу охорони здоров'я, у разі потреби із залученням інших фахівців; розв'язання питання щодо соціального захисту здобувача освіти, який став стороною булінгу (цькування), з'ясування причин, які призвели до випадку булінгу (цькування) та вжиття заходів для усунення таких причин.

Центр надання соціальних послуг та Центр соціальних служб у разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) здійснює оцінювання потреб сторін булінгу (цькування), визначає соціальні послуги та методи соціальної роботи, забезпечує психологічну підтримку та надання соціальних послуг здобувачам професійної освіти; а також надає соціальні послуги відповідно до державних стандартів соціальних послуг з урахуванням виявлених потреб сторін булінгу.

Підрозділи ювенальної превенції Національної поліції України в питанні превенції та протидії булінгу: ведуть профілактичну діяльність, спрямовану на запобігання вчиненню здобувачами професійної освіти кримінальних і адміністративних правопорушень, виявлення причин і умов, які цьому сприяють, вживають в межах своєї компетенції заходи для їхнього усунення; планують і реалізують профілактичні заходи в освітньому середовищі щодо запобігання негативних явищ серед здобувачів освіти; беруть участь у профілактичних заходах щодо запобігання дитячій бездоглядності та правопорушенням серед здобувачів освіти; здійснюють інформування громадськості, щодо настання кримінальної та адміністративної відповідальності за вчинення булінгу (цькування); організовують проведення окремої наради із запрошенням фахівців соціальних служб, охорони здоров'я, освіти, прокуратури, громадських та інших організацій щодо обговорення та визначення напрямів профілактики вчинення здобувачами освіти нанесення самоушкоджень, які постраждали від булінгу; залучають представників громадських об'єднань, до проведення спільних інформаційно-профілактичних заходів до відзначення Дня боротьби зі цькуванням; проводять зустрічі з батьками та педагогами для розроблення механізму боротьби з булінгом, виявлення та запобігання його на ранніх етапах; а також інформують учасників освітнього процесу щодо контактних даних ювенальних поліцейських,

психологів, гарячих ліній, куди можуть звертатися для отримання консультації, якщо стали жертвами або свідками булінгу.

Ефективним засобом профілактики булінгу в освітньому середовищі закладів професійної освіти є розвиток моральних цінностей здобувачів освіти. З цією метою у Білоцерківському інституті неперервної професійної освіти були видані комплекс наукових та методичних видань, який складається з монографії [3], навчального посібника [2] та тренінгової програми [1] .

Таким чином, профілактика та протидія булінгу є комплексною проблемою, вирішення якої потребує спільних зусиль педагогічних працівників закладів професійної освіти та представників Служби у справах дітей та Національної поліції України.

Література

1. Пахомов І. В. Формування моральних цінностей здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти : тренінгова програма. Біла Церква : БІНПО. 2023. 132 с.

2. Пахомов І. В. Правове виховання здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти : навчальний посібник. Біла Церква : БІНПО. 2024. 123 с.

3. Пахомов І. В. Розвиток моральних цінностей здобувачів закладів професійної (професійно-технічної) освіти : монографія. Біла Церква : БІНПО. 2025. 304 с.

Петриченко Ольга Володимирівна,
аспірантка кафедри психології
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова
Федоренко Алла Федорівна

РОЛЬ АСЕРТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ У ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Проблема булінгу в закладах освіти є однією з найгостріших соціально-психологічних викликів сучасності. Посилення процесів руйнації соціальних інститутів, змінна цінностей, зниження рівня задоволення суспільних потреб, розшарування суспільства за соціально-економічними, політичними, іншими показниками, відчуття невизначеності майбутнього, призводить до зміни

соціальної ситуації розвитку дитини. Відповідно до статистичних даних, в освітньому середовищі відбувається постійний ріст соціальної депривації, агресії, збільшення випадків цькування або булінгу, що набуває як відкритих, так і прихованих форм (фізичне, психологічне, економічне, кіберцькування сексуальна агресія, соціальне знущання тощо).

З огляду на аналітичний звіт організації UNICEF, булінг у різних його проявах, залишається поширеним явищем в сучасному освітньому просторі. За результатами опитування українських підлітків у 2022/2023 роках в межах міжнародного проекту ВООЗ «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівській молоді» («Health behaviour schoolage children» (HBSC)), участь в ображанні/припиненні або знущанні над іншими брали 19% респондентів, та 29% респондентів були жертвами образ та припинень іншими підлітками. Це суттєве зниження, порівнюючи з 2019 роком, де участь в ображанні/припиненні або знущанні над іншими брали 35,5% респондентів, а 37,9% були жертвами образ та припинень. Проте, згідно даних «Опендатабот», рівень звернень до Національної поліції України (НПУ) щодо випадків булінгу, збільшився в 1,5 рази порівняно з минулим роком, та виріс на 15% порівняно із 2021 роком, що актуалізує необхідність оперативного реагування на відповідну проблематику. У зв'язку з цим, зростає потреба у впровадженні ефективних психолого-педагогічних стратегій попередження та подолання прояву підліткової агресії та проявів булінгу у сучасному освітньому середовищі. Однією з таких стратегій є формування асертивної комунікації.

Асертивність (від англ. assertiveness) у сучасній психологічній науці розглядається як комплексне інтегративне особистісне утворення, що виражається в здатності реалізації процесу самоствердження у відповідності до соціальних ролей та статусів в системі соціальних відносин, виключаючи в процесі міжособистісної взаємодії домінування та підкорення [1]. Асертивність забезпечує ефективну міжособистісну взаємодію, зумовлює реалізацію життєдіяльності особистості, впливає на рівень її психологічного благополуччя та реалізується через асертивну поведінку [2]. У контексті освітнього середовища асертивність є важливою передумовою для розвитку психологічного благополуччя, конгруентності у стосунках, профілактики конфліктів та запобігання насильницькій поведінці.

Булінг (від англ. bullying), як тривале фізичне або психологічне насильство з боку індивіда або групи по відношенню до індивіда, який не здатний захистити себе в цій ситуації, найчастіше виникає у ситуаціях порушення комунікативного балансу та призводить не тільки до тривожних, депресивних розладів та дезадаптації, а також залишається значущими предикторами проявів фізичного насильства у стосунках (Partner-related violence (pRV)) [3].

Згідно вітчизняних досліджень, для булерів характерний високий рівень самооцінки, що зумовлює зверхнє ставлення до інших, та проявляється в межах агресивної або маніпулятивної поведінки. Тим часом, жертвам булінгу притаманні низька опірність, страх перед авторитетами та невміння відкрито виражати власні межі. Вони можуть мати порушений процес соціалізації, що спричиняє неадекватне сприйняття себе, комплекс неповноцінності, а також беззахисність, що породжує відсторонення від спілкування, самотність, часті прогули занять і неадекватне сприйняття реальності, підвищену тривожність, різноманітні фобії і навіть прояви неврозів [4].

Асертивна поведінка, на відміну від природних нам моделей поведінки, що формується на двох первинних реакціях – бий або біжи, дає можливість виражати свої права та потреби без тактик маніпуляції, насильства та неповаги до інших, спиратися на власні почуття та потреби, має категорію мислення «win-win» та сприяє саморозкриттю та позитивному сприйняттю власної цінності.

Результати сучасних емпіричних досліджень свідчать, що рівень булінгу в освітньому просторі після впровадження програм розвитку асертивності [5], або таких, які вміщують елементи розвитку асертивності [6] суттєво знижується. В порівнянні з контрольними групами, в експериментальних групах збільшується рівень емпатії, покращуються міжособистісні та соціальні навички, що призводить до зменшення рівня тривожності та кількості випадків фізичного насилля.

Практичні інструменти формування асертивної поведінки дозволяють жертві булінгу позбутися відчуття слабкості та провини, обирати ефективні стратегії комунікації, впевнено та конструктивно відповідати на провокації агресора, захищати особисті психологічні кордони, вчасно звертатись по допомогу. Окрім цього, процес розвитку асертивності сприяє переорієнтації моделей поведінки агресора з маніпуляцій та домінування на співпрацю, зменшенню рівня прояву інших форм девіантної поведінки.

Таким чином асертивна комунікація, як інструмент ефективної міжособистісної взаємодії та соціальній адаптації, відіграє ключову роль у протидії булінгу. Вона дозволяє захищати особистісні межі, знижує рівень вразливості до булінгу, сприяє відновленню відчуття особистісної внутрішньої сили та емоційної стабільності, розвиває навички конструктивного та ефективного вирішення конфліктів та формує здорове освітнє середовище. Враховуючи те, що ефективна протидія булінгу можлива лише за умови комплексного підходу, який включає розвиток асертивності не тільки серед учнів, але й батьків, педагогів та адміністрації закладу освіти, подальшою роботою вважаємо впровадження адаптованих програм розвитку асертивної

комунікації в психолого-педагогічну роботу задля реалізації нормативів закону України щодо протидії булінгу.

Література

1. Петриченко О.В. Теоретична модель асертивного потенціалу особистості студентської молоді. *Науковий часопис Українського державного університету ім. М. Драгоманова*. 2025. № 27 (72). С. 127-139.
2. Петриченко О. В. Поняття про асертивність як ствердження власного існування особистості. *Освіта і наука - 2024: зб. наук. праць* (м.Київ, 9-11 квітня 2024 р.): Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова. Київ : Український державний університет ім. М. Драгоманова, 2024. С.182-184.
3. Peters Z. J., Hatzenbuehler M. L., Davidson L. L. Examining the Intersection of Bullying and Physical Relationship Violence Among New York City High School Students. *Journal of Interpersonal Violence*. 2005. №32 (1). P. 49-75.
4. Закалик Г. М. Булери та жертви булінгу як соціально-психологічна проблема безпеки особистості в освітньому просторі. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. № 1 (2). С.124-130.
5. Brown E. C., Low S., Smith B. H., Haggerty K. P. Outcomes From a School-Randomized Controlled Trial of Steps to Respect: A Bullying Prevention Program. *School Psychology Review*. 2011. № 40 (3). P. 423–443.
6. Yosep I., Suryani S., Mediani H. S., Mardhiyah A., Maulana I., Hernawaty T., Hazmi H. A Scoping Review of Assertiveness Therapy for Reducing Bullying Behavior and Its Impacts Among Adolescents. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*. 2024. № 17. P. 1777–1790.

Сербін Ольга Андріївна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
старший викладач кафедри права
та соціально-поведінкових наук
Сидоренко Юлія Вікторівна

ПРОБЛЕМА НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ

Загальні соціальні стресові чинники, такі як пандемія, війна в Україні та тривале дистанційне навчання, негативно впливають на емоційний стан дітей і підлітків, підвищуючи тривожність. Це призводить до зниження продуктивності, труднощів у спілкуванні та дезорганізації навчальної діяльності. Підвищена тривожність особливо впливає на мотивацію до

навчання та успішність підлітків. Крім того, вона погіршує їхню здатність до опрацювання інформації, критичного мислення та самостійного дослідження.

Проблему навчальної мотивації підлітків активно вивчали провідні вітчизняні психологи (С. Занюк, Г. Костюк, С. Максименко, В. Моляко, Т. Титаренко).

Навчальна мотивація це загальна назва для процесів, методів, засобів спонукання учнів до продуктивної пізнавальної діяльності, активного засвоєння змісту освіти, що залежить від рівня сформованості мотивації учіння школярів; це бажання, прагнення вчитися [1].

Проблема формування навчальної мотивації традиційно залишається однією з ключових у педагогічній психології. Провідні дослідники, зокрема Г. Костюк, С. Максименко, Л. Орбан-Лембрик, О. Савченко, О. Скрипченко та Т. Титаренко, зазначають, що зміст навчання та його значущість для здобувачів освіти є основою мотиваційної сфери дитини. Саме від змісту навчального матеріалу залежить спрямованість школяра на навчальну діяльність і формування його мотивів навчання. Мотивація здобувача освіти визначає рівень успішності, глибину та міцність засвоєних знань, а також бажання і здатність до навчання протягом усього життя. Тому сучасні педагоги мають завдання використовувати такі освітні ресурси та методики, які сприяють пробудженню та підтримці інтересу учнів до пізнання нового. У результаті мотивація стає ключовим компонентом освітнього процесу, що визначає ефективність навчання та розвиток особистості школяра.

А. Бандура наголошував, що провідним мотивом навчальної активності є віра учня у власні можливості досягати високих результатів, тобто його самоефективність. Учні, які впевнені у собі та своїх здібностях, демонструють вищий рівень навчальної мотивації, більшу наполегливість і готовність до здобуття нових знань. Важливим чинником у формуванні цієї впевненості є позитивна підтримка з боку педагогів і батьків, яка сприяє зміцненню віри підлітка у власні ресурси та потенціал [5].

С. Занюк зазначає, що «навчальна мотивація це – одне з новоутворень психічного розвитку школярів, що виникає в ході здійснення учнями активної навчальної діяльності» [3].

С. Занюк підкреслює, що формування мотивації є тривалим процесом, тісно пов'язаним із загальним становленням особистості. Пізнавальні мотиви трансформуються швидше та легше порівняно із соціальними. До факторів, що сприяють розвитку пізнавальної мотивації, автор відносить оновлення змісту навчання, зміцнення міжпредметних зв'язків, удосконалення методів викладання, модернізацію структури занять, розширення форм самостійної роботи учнів під час уроку, активізацію їхньої навчальної діяльності та формування системи прийомів самоосвіти. Наголошується на значущості спільної діяльності педагога та учня у формуванні навчальної мотивації, при

цьому соціальні мотиви здатні підтримувати інтерес до навчання в умовах недостатньо розвинутого пізнавального інтересу [3, с.53].

О. Киричук визначає навчальну мотивацію як «приватний вид мотивації, включеної в діяльність навчання, навчальну діяльність» [4, С. 49]. Навчальна мотивація в учня виникає безпосередньо в процесі навчальної діяльності та підтримується внутрішнім інтересом, прагненням до досягнення успіху й усвідомленням практичної значущості здобутих знань. Як зазначає О. Киричук, вона формується на основі особистісних мотивів, тобто визначається значущістю навчання для конкретного учня. Мотиваційний рівень підвищується за умови відповідності навчального процесу інтересам, потребам і ціннісним орієнтаціям учня.

За О. Скрипченком, рівень навчальної мотивації підвищується, коли учень відчуває власні успіхи та досягнення [7]. Надання позитивного зворотного зв'язку та успішне виконання навіть невеликих завдань сприяють усвідомленню учнями власних можливостей і стимулюють їхнє прагнення до опанування нових знань. Важливим є також сприйняття помилок як природної складової навчального процесу, а не як поразки, що може негативно впливати на мотивацію.

С. Максименко пропонує більш детальне уявлення про механізми формування навчальної мотивації. Аналізуючи навчальну діяльність учнів, автор виділяє основні види пізнавальної мотивації: безпосередній інтерес до змісту навчального предмету; інтерес, зумовлений особливостями інтелектуальної діяльності; інтерес, обумовлений наявними здібностями учня; а також інтерес до предметів, що мають професійну спрямованість та пов'язані з майбутньою професією [2].

Г. Костюк вивчав особливості формування інтересу до змісту навчання та процесу засвоєння знань. Він виокремив ключові напрямки вирішення цієї проблеми, серед яких: спрямованість на усвідомлення учнем цілей навчання; навчання учнів ефективним способом виконання завдань, зокрема плануванню та організації роботи, а також розвитку навичок самоконтролю, що, у свою чергу, активізує діяльність і підтримує мотивацію [6].

Рівень розвитку навчальної мотивації у школярів є одним із ключових показників їхнього навчального зацікавлення. Опис цих рівнів представлено у працях С. Максименко, О. Скрипченко та Т. Титаренко, які виділяють шість стадій формування навчальної мотивації:

Негативне ставлення до навчання – домінує мотив уникнення невдач, що спричиняє невпевненість, незадоволеність собою та може призводити до заниженої самооцінки.

Нейтральне ставлення – проявляється нестійким інтересом до результатів навчання, що часто супроводжується відчуттям нудьги та невпевненості.

Позитивне ситуативне ставлення характеризується зацікавленістю в оцінюванні та результатах навчальної діяльності, присутністю соціального мотиву відповідальності, проте мотивація ще не має стабільного характеру.

Позитивне ставлення до навчання передбачає сформовані пізнавальні мотиви та стійкий інтерес до здобуття знань і опанування методів навчальної діяльності.

Активне та творче ставлення, що включає мотиви самоосвіти, усвідомлення власних цілей і мотивів діяльності.

Особистісне, відповідальне та активне ставлення, що проявляється через мотивацію вдосконалювати співпрацю в навчальному процесі та відповідальність за результати колективної діяльності; учень демонструє стійку внутрішню позицію.

Шкільне навчання є періодом активної соціальної взаємодії дітей – від прагнення брати участь у спільній діяльності до бажання здобути статус у колективі та відчуті власну цінність у очах однолітків. Іноді це прагнення може перетворюватися на бажання домінувати шляхом приниження чи підпорядкування інших, особливо тих, хто не може себе захистити. Тому важливо вчасно виявляти та припиняти таку поведінку кривдника. Нетолерантне ставлення вчителів і батьків до проявів булінгу є ефективним стримуючим чинником його поширення [8].

Булінг є серйозним фактором, що негативно впливає на навчальну мотивацію учнів. Постійні приниження, агресія та психологічний тиск з боку однолітків призводять до втрати інтересу до навчання та небажання відвідувати школу. Дитина відчуває небезпеку у освітньому середовищі, тому її зусилля спрямовані не на пізнання та саморозвиток, а на уникнення конфліктних ситуацій. У результаті знижується концентрація уваги, погіршуються пам'ять і працездатність, а навчальні завдання сприймаються як додатковий тягар. Жертви булінгу часто переживають тривожність, невпевненість у собі, депресивні стани, що підриває внутрішню мотивацію до досягнень і формує відчуття безпорадності. Такі учні уникають активності на уроках через страх осміяння, що ще більше посилює їхню ізоляцію. У довгостроковій перспективі булінг може спричинити значне зниження успішності, часті пропуски занять і навіть повну втрату інтересу до освіти. Подолати цей негативний вплив можливо завдяки системній підтримці з боку педагогів, батьків і шкільних психологів, які допомагають дитині повернути віру у власні сили та відновити мотивацію до навчання.

Отже, мотивація до навчання безпосередньо визначається мотивами, які спонукають учнів до активності та формують її спрямованість. Мотивація, як невід'ємний складник навчального процесу, впливає як на хід, так і на результативність діяльності учнів. Слід відзначити, що вітчизняні та зарубіжні

психологи по-різному підходять до визначення сутності мотивації та її ролі у структурі особистості.

Література

1. Болгарина В. С., Гуменюк Л. І. Вивчення мотивації учіння засобами педагогічної соціалізації. *Педагогіка і психологія*. 2017. № 17. С. 7- 14.
2. Загальна психологія : підруч. для студентів вищ. навч. закл. / за заг. ред акад. С. Д. Максименко. Київ : Форум, 2000. 543с.
3. Занюк С. С. Психологія мотивації: навч. посіб. Київ : Либідь, 2002. 304 с. URL: <http://e-koncept.ru/2015/75026.htm>. (дата звернення 18.09.2025)
4. Киричук О. В. Стимулювання інтересу учнів до навчання. Київ : Знання, 2015. 77 с.
5. Основи практичної психології: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Либідь, 2011. 532 с.
6. Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства : монографія / за ред. Н. В. Пророк. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 131 с.
- 7.Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. та ін. Вікова та педагогічна психологія: навч.альний посібник. Київ: Каравела, 2009. 400 с.
8. Стельмах С. Проблема булінгу: результати емпіричного дослідження. *Наукові записки УКУ. Педагогіка. Психологія*. 2020. вип. 3. С. 123–135.

Сніцар Наталія Миколаївна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі психології,
завідувач кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»
Пономаренко Тетяна Ігорівна

ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ БУЛІНГУ В ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Булінг у шкільному середовищі є складним соціально-психологічним явищем, що становить серйозну загрозу для гармонійного розвитку дитини та ефективності освітнього процесу. За даними численних досліджень, від проявів булінгу страждає значна частина школярів, незалежно від віку, статі чи соціального статусу. Це явище проявляється у формах фізичного,

психологічного, вербального чи кібернасильства та часто має систематичний характер.

Наслідки булінгу виходять далеко за межі шкільного життя: діти, які зазнають систематичної агресії, відчувають тривожність, зниження самооцінки, проблеми з навчальною успішністю, виникає ризик формування соціальної ізоляції та депресивних станів. У свою чергу, агресори схильні до закріплення девіантних форм поведінки, що може у майбутньому трансформуватися у серйозні соціальні проблеми.

Проблема актуалізується ще й тим, що булінг порушує не лише індивідуальний розвиток дитини, а й підриває здоровий соціально-психологічний клімат у шкільному колективі. Атмосфера страху й недовіри унеможливорює формування партнерських стосунків між учнями, знижує рівень ефективності навчання та виховання.

Подолання булінгу є пріоритетним завданням нової української школи, адже саме безпечне та психологічно комфортне освітнє середовище забезпечує розвиток особистості, сприяє формуванню толерантності, поваги до інших та готовності до конструктивної взаємодії у суспільстві.[3]

У наукових працях українських дослідників, таких як Л.О. Шатирко, В.Л. Андрєєнкова, Л.Г. Єфремова, М.В. Ткач, О.М. Степаненко та ін. наголошується на необхідності системного підходу до профілактики булінгу. Дослідники підкреслюють роль шкільного колективу, сімейного виховання, соціально-психологічних тренінгів, а також важливість формування емпатії та толерантності як запобіжних чинників.

Сьогодні майже кожен учень Нової української школи знає, що таке булінг. Це явище стало надзвичайно поширеним, про що свідчать опитування: школярі часто зустрічаються з різними проявами цькування та агресії. На жаль, багато дітей не лише спостерігають за цим, а й самі стають жертвами.

Наслідки булінгу стосуються не тільки психологічного стану дітей. Він залишає глибокий слід у їхньому соціальному досвіді, що може призвести до труднощів у спілкуванні, втрати довіри до оточення й навіть негативно вплинути на майбутнє життя та самореалізацію.

Булінг продовжує існувати ще й тому, що діти мовчать про нього. Ані жертви, ані свідки, ані самі переслідувачі не поспішають розповідати про такі випадки. Це мовчання дозволяє проблемі залишатися непоміченою, особливо на початкових стадіях.[1]

Особливої актуальності у сучасному освітньому просторі набуває кібербулінг – форма цькування з використанням цифрових технологій (соціальних мереж, месенджерів, форумів, ігор). Він проявляється у вигляді приниження, погроз, поширення чуток, компрометуючих фото чи відео,

зневажливих коментарів. Особливість кібербулінгу полягає в його анонімності, швидкому поширенні інформації та постійній доступності для жертви, що підсилює психологічні наслідки.

Подолання булінгу вимагає системного та комплексного підходу, що передбачає залучення всіх учасників освітнього процесу. Ефективна робота з цією проблемою неможлива без узгоджених дій педагогів, учнів, батьків, адміністрації школи та фахівців психологічної служби.

Учні мають бути активними учасниками створення безпечного та дружнього шкільного середовища. Важливо, щоб вони не лише розуміли, що таке булінг, але й уміли розпізнавати його різновиди — фізичний, психологічний, економічний, кібербулінг і знали, як правильно діяти у ситуації спостереження або переживання цькування. Дітей необхідно навчати не залишатися осторонь, розвивати в них готовність звернутися по допомогу до дорослих, а саме класного керівника, шкільного психолога чи батьків — та підтримувати однолітків, які стали жертвами агресії.

Формування у школярів емпатії, толерантності, взаємоповаги та почуття колективної відповідальності є важливою умовою зменшення рівня агресії в класному колективі. Такі якості можна розвивати через тренінги з розвитку емоційного інтелекту, заняття з командотворення, рольові ігри та дискусії, які допомагають учням навчитися розуміти емоційні стани інших, контролювати власну поведінку й будувати здорові стосунки.[2]

Важливо розвивати вміння відстоювати власні кордони без агресії, що також є одним із ключових елементів профілактики булінгу. Учні, які володіють навичками впевненого спілкування, рідше стають жертвами чи ініціаторами цькування, а атмосфера взаємоповаги в колективі сприяє формуванню шкільної культури безпеки та довіри.

Педагогічний колектив відіграє провідну роль у створенні безпечного психологічного клімату та своєчасному виявленні випадків булінгу. Саме вчителі найчастіше стають першими свідками змін у поведінці дітей — замкненості, тривожності, агресивності чи ізоляції — що можуть бути ознаками цькування. Тому педагоги мають бути уважними спостерігачами, володіти навичками психологічного спостереження та ранньої діагностики соціально-психологічних проблем у класному колективі.

Важливо, щоб учителі усвідомлювали власну роль як моделей поведінки: демонстрували толерантність, повагу до особистості учня, справедливість та доброзичливість. Їхнє ставлення до дітей формує загальну культуру взаємин у школі. Атмосфера довіри, яку створює педагог, допомагає учням не боятися повідомляти про випадки булінгу та звертатися по допомогу.

Крім того, педагогічні працівники мають бути ознайомлені з механізмами виникнення булінгу, його психологічними причинами та наслідками для всіх учасників ситуації — жертви, агресора й спостерігачів. Знання основ конфліктології, ненасильницької комунікації і медіації дає змогу ефективно реагувати на конфліктні ситуації без ескалації напруження, зберігаючи повагу до всіх сторін.

Ефективною формою роботи є педагогічні тренінги, семінари, які допомагають учителям удосконалювати власні комунікативні навички, вчитися розпізнавати приховані прояви агресії, правильно реагувати на звернення дітей і взаємодіяти з батьками та психологом. [3]

Не менш важливим є залучення батьків, адже саме сім'я формує у дитини базові уявлення про спілкування, толерантність і взаємодію з іншими. Батьки мають бути поінформованими про ознаки булінгу, навчитися конструктивно підтримувати дитину, співпрацювати зі школою у вирішенні проблемних ситуацій.[4]

Адміністрація закладу освіти в свою чергу відіграє стратегічну роль у формуванні системи профілактики та протидії булінгу. Саме вона відповідає за створення нормативно-правових, організаційних і психологічно безпечних умов навчання, у яких неприпустимі будь-які прояви насильства, дискримінації чи приниження.

Одним із ключових завдань адміністрації є розробка та впровадження внутрішньошкільних документів, зокрема положення про запобігання та протидію булінгу, де чітко визначено алгоритм дій педагогів, класних керівників, практичного психолога та інших працівників у разі виявлення фактів цькування. Важливо, щоб цей механізм був прозорим, зрозумілим і доступним для всіх учасників освітнього процесу.

Адміністрація має забезпечувати постійний моніторинг психологічного клімату в учнівських колективах, організовувати опитування, соціометричні дослідження, консультації з фахівцями психологічної служби. Це дозволяє своєчасно виявляти потенційні конфліктні зони та попереджати розвиток булінгу.

Важливою складовою діяльності є координація взаємодії між педагогами, психологами, батьками, службами у справах дітей та поліцією, якщо ситуація потребує правового втручання. Такий міжвідомчий підхід забезпечує комплексне реагування на проблему.

Окрім того, адміністрація сприяє підвищенню кваліфікації педагогічних працівників, організовуючи тренінги, семінари, круглі столи з питань запобігання булінгу, розвитку емоційної компетентності та формування безпечного шкільного середовища.

Забезпечення відкритості та довіри у спілкуванні з учнями та батьками, створення каналів анонімного інформування про випадки цькування — важливі кроки до формування культури нетерпимості до насильства.

Важливу функцію виконує психологічна служба, яка забезпечує діагностику міжособистісних стосунків у колективах, проводить індивідуальні консультації, тренінги з розвитку емоційного інтелекту, медіаційні сесії, а також сприяє відновленню довіри та психологічного комфорту після конфліктних ситуацій. Психологи співпрацюють із педагогами, класними керівниками та батьками з метою формування безпечного й доброзичливого середовища, навчають дітей навичок ненасильницького спілкування, саморегуляції, емпатії та взаємоповаги.[5]

Боротьба з булінгом має бути не епізодичною, а системною діяльністю, що охоплює профілактику, вчасне реагування, корекційну роботу та підтримку постраждалих осіб. Вона потребує узгоджених дій усіх учасників освітнього процесу, постійного моніторингу психологічного клімату, удосконалення педагогічної майстерності та формування культури толерантності й взаєморозуміння серед учнівської молоді.

Проблема булінгу в закладах освіти є складним соціально-психологічним явищем, що потребує системного та комплексного підходу до її подолання. Ефективна протидія цькуванню можлива лише за умови взаємодії всіх учасників освітнього процесу — учнів, педагогів, батьків, адміністрації та фахівців психологічної служби. Важливо не лише оперативно реагувати на факти агресії, а й формувати у дітей культуру спілкування, толерантність, емпатію, здатність до саморегуляції та конструктивного вирішення конфліктів.

Профілактика булінгу має стати постійною складовою освітнього процесу, а не разовими заходами. Вона повинна включати освітню, виховну та психологічну роботу, спрямовану на створення безпечного, підтримувального та дружнього середовища, у якому кожна дитина відчуватиме себе захищеною, прийнятою та цінною особистістю. Тільки спільними зусиллями педагогічного колективу, батьків і психологічної служби можна забезпечити формування шкільного простору без насильства, де панує взаємоповага, довіра й доброзичливість.

Література

1. Запобігання та протидія проявам насильства: діяльність закладів освіти. Навчально-методичний посібник. К.: ФОП Нічога С.О. 2020. 198 с.
2. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник. К.: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 132 с.
3. Степаненко О. М. Педагогічні підходи до профілактики булінгу. Харків : Фоліо, 2020. 175 с.

4. Ткач М. В. Проблеми соціальної адаптації учнів з різними психічними характеристиками. Харків : Нова книга, 2019. 136 с.

5. Шатирко Л.О., Мойзріст О.М. Психологічні засоби запобігання явищам залякування та цькування (булінгу) в шкільному середовищі: практикум / за науковою редакцією академіка НАПН України С.Д. Максименка. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 46 с.

Степаненко Вікторія Олександрівна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Пономаренко Тетяна Ігорівна

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ТА БУЛІНГУ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Проблема взаємозв'язку шкільної тривожності та булінгу у молодших школярів набуває особливої значущості в сучасному освітньому просторі. Молодший шкільний вік є сенситивним періодом для формування соціальних навичок, розвитку емоційної сфери та становлення особистісної ідентичності. У цей час дитина проходить складний етап адаптації до шкільного середовища, що супроводжується підвищеною вразливістю до стресових факторів.

Шкільна тривожність, яка проявляється у страху перед навчальною діяльністю, оцінюванням чи соціальною взаємодією, виступає не лише індикатором труднощів адаптації, але й фактором ризику залучення дитини до ситуацій булінгу — як у ролі жертви, так і у ролі пасивного учасника. Водночас систематичне переживання булінгу посилює рівень тривожності, формуючи замкнене коло психологічної напруги та соціальної дезадаптації.

Вивчення особливостей взаємозв'язку цих явищ у молодшому шкільному віці має важливе наукове й практичне значення, оскільки дозволяє своєчасно виявляти дітей групи ризику, розробляти ефективні превентивні та корекційні програми, спрямовані на формування безпечного освітнього середовища та гармонійний розвиток особистості школяра.

Проблемою шкільної тривожності займалися такі вчені, як Г.С. Абрамової, Л.І. Божович, Н.А. Бастуна, О.Ю. Брель, І. С. Булах, Ф.Ю. Василюка, В.К. Вілюнаса, Л.М. Костіної, С. В. Кузьменко, Г.М. Прихожан, К.А. Тонконог та ін.

Більшість дослідників доводять, що існує негативний вплив тривожності на розвиток особистості. Між тим, австрійський психолог Г. Еберлейн вважав, що школа для багатьох дітей є стресогенним фактором. У деяких дітей рано вранці з'являються ознаки втоми, їх активність обмежена, у них болить голова. Сама дорога до школи вимагає підвищеної уваги. Мало ситуацій протягом дня, коли дитина може повноцінно розслабитися [1].

Водночас, молодший шкільний вік (6–10 років) характеризується активним розвитком когнітивної сфери, становленням довільної регуляції поведінки та формуванням внутрішньої позиції школяра. У цей період дитина стикається з новими соціальними вимогами, необхідністю дотримання правил, виконання навчальних завдань та встановлення стосунків з учителем і однолітками. Саме тому шкільна тривожність у молодших школярів має низку специфічних психологічних проявів [1].

- **Емоційні прояви** – для дітей цього віку характерне інтенсивне переживання страху перед невдачею, критикою з боку вчителя чи однолітків. Тривожність часто виражається у надмірному хвилюванні перед контрольними роботами, усними відповідями, публічними виступами. Емоційний спектр може включати сором, почуття провини та пригніченість.
- **Когнітивні особливості** – молодші школярі з підвищеною тривожністю схильні до негативних очікувань («я не впораюся», «мене будуть висміювати»), заниженої самооцінки та сумнівів у власних можливостях. Їм властиве сприйняття навчальних завдань як надмірно складних, навіть у випадках, коли їхній рівень відповідає віковим нормам.
- **Поведінкові реакції** – тривожні діти часто уникають ситуацій, пов'язаних з необхідністю публічної активності (відповіді біля дошки, участі у змаганнях). Можливі прояви підвищеної збудливості, плаксивості, труднощів у встановленні контактів з однолітками, схильність до соціальної ізоляції.
- **Соматичні прояви** – шкільна тривожність нерідко супроводжується психосоматичними симптомами: головними болями, болем у животі, порушенням сну, втомлюваністю, що посилюються у дні навчання.
- **Міжособистісний аспект** – у класному колективі тривожні діти нерідко сприймаються як невпевнені, замкнуті або «слабкі», що підвищує ймовірність потрапляння у ситуації булінгу. Нездатність дати відсіч або відстояти власні інтереси робить їх більш уразливими у соціальній взаємодії.

Відтак, психологічні особливості шкільної тривожності молодших школярів полягають у комплексному поєднанні емоційних, когнітивних, поведінкових та соматичних проявів, які знижують рівень адаптації дитини до шкільного середовища та потребують своєчасної психолого-педагогічної підтримки.

В свою чергу, булінг є одним із чинників розвитку шкільної тривожності учнів. У шкільному середовищі він розглядається як систематичне насильство, що проявляється у формі фізичного, психологічного чи соціального тиску з боку однолітків. Для молодшого шкільного віку, коли відбувається становлення базових навичок соціальної взаємодії, такі прояви мають особливо руйнівний вплив на психоемоційний стан дитини.

Дослідження свідчать [2], що переживання ситуацій приниження, відторгнення чи агресії з боку однолітків є потужним стресогенним фактором, який провокує формування підвищеної тривожності. Діти, які систематично зазнають булінгу, часто демонструють стійкі ознаки емоційної напруги: очікування небезпеки, страх перед шкільним середовищем, невпевненість у власних силах.

Механізм розвитку тривожності у таких умовах полягає у формуванні негативних когнітивних установок («зі мною щось не так», «мене завжди будуть ображати»), у виникненні відчуття безпорадності та зниженні самооцінки. Це, у свою чергу, зумовлює уникання соціальних контактів, зниження навчальної мотивації та поглиблення труднощів адаптації до школи.

А отже, булінг виступає одним із ключових чинників виникнення та закріплення шкільної тривожності, створюючи умови для хронізації емоційних проблем і формування ризику довготривалих психологічних наслідків у майбутньому.

Таким чином, ефективна психопрофілактика та корекція шкільної тривожності у молодших школярів неможлива без урахування феномену булінгу як одного з ключових чинників її виникнення та закріплення. Вирішення цієї проблеми потребує комплексного підходу, який поєднує індивідуальну психологічну підтримку дитини, роботу з батьками, формування толерантного й безпечного освітнього середовища, а також систематичну профілактичну діяльність педагогів. Лише інтеграція зусиль усіх учасників освітнього процесу здатна забезпечити своєчасне виявлення дітей групи ризику, зниження рівня тривожності та запобігання деструктивним наслідкам булінгу, сприяючи гармонійному особистісному розвитку та успішній соціалізації школярів.

Література

1. Булах І. С., Кузьменко С. В. Психологічні особливості шкільної тривожності молодших школярів. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2011. № 7. С. 150-157.
2. Загурська І., Ткачук М. Вплив булінгу на виникнення тривожності в підлітковому віці. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 4. С. 42-47.

Ткаченко Тетяна Олександрівна,
начальник відділу довузівської підготовки
та профорієнтаційної роботи
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Пономаренко Тетяна Ігорівна
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

РОЗВИТОК НАВИЧОК ЗАПОБІГАННЯ КІБЕРБУЛІНГУ СТУДЕНТІВ В РАМКАХ ДИСЦИПЛІНИ «ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ»

У сучасному освітньому середовищі, яке активно інтегрує цифрові технології, питання кібербулінгу набуває особливої ваги. Кібербулінг як форма психологічного насильства, що здійснюється через інформаційно-комунікаційні технології, зокрема соціальні мережі, месенджери та інші онлайн-платформи може призводити до серйозних психологічних наслідків для студентів, таких як тривожність, депресія, зниження самооцінки та навіть суїцидальні настрої.

Дисципліна «Інформаційні технології» є однією з основних у підготовці студентів до професійної діяльності в умовах цифровізації. Включення теми кібербулінгу до навчальної програми цієї дисципліни дозволяє не лише ознайомити студентів з технічними аспектами безпеки в Інтернеті, але й формувати у них відповідальне ставлення до використання цифрових технологій. Це сприяє розвитку критичного мислення, етичної поведінки в онлайн-середовищі та формуванню навичок протидії кібербулінгу.

Огляд літератури показав, що проблема кібербулінгу розглядається у працях як вітчизняних (О. Войскунського, К. Гордієнко, І. Лубенець, О. Макарової, Г. Мозгової, Л. Найдьонові, Л. Помиткіної, Т. Пономаренко), так і зарубіжних (Н. Le Anh-Thuy, А. Farrell M. Lynch, К. Mehari, S. Wigderson вчених.

Результати досліджень [1] проведеного українською вченою показали, що саме для здобувачів вищої освіти притаманним є саме кібербулінг. Так, студенти вдаються до образ, приниження, поширення чуток, глузування та агресивних коментарів у медіапросторі (соцмережах і месенджерах). За результатами опитування було виявлено, що лише 39,4% ніколи не піддавалися кібербулінгу, інші відчують на собі психологічне насилля у Інтернеті з різною періодичністю (40,4% – рідко, 13,1% – іноді, 6,1% – часто, 1% – щодня).

Відтак, виникає необхідність у формуванні у студентів навичок безпечного, етичного та свідомого використання цифрових технологій. Зокрема, важливо навчити їх розпізнавати прояви кібербулінгу, реагувати на них адекватно та знати, як захистити себе та інших від таких проявів. Це включає в себе розвиток навичок саморегуляції, емоційного інтелекту та вміння взаємодіяти в онлайн-середовищі без порушення прав інших осіб.

А отже, можемо запропонувати наступні рекомендації щодо формування у студентів навичок запобігання кібербулінгу [2]:

1. Включати у програму дисципліни «Інформаційні технології» блоки про кібербезпеку та кібербулінг, пояснюючи, що це таке, як він проявляється та які наслідки може мати.
2. Використовувати кейси та приклади реальних ситуацій кібербулінгу, щоб студенти могли розпізнати його прояви.
3. Пояснювати психологічні аспекти кібербулінгу, зокрема емоційні реакції жертв та роль свідків.
4. Створювати тренінги з реагування на онлайн-конфлікти, які включають повідомлення модераторів, блокування агресорів та безпечне спілкування.
5. Навчати студентів налаштовувати приватність у соціальних мережах, месенджерах та освітніх платформах.
6. Проводити заняття з використання інструментів захисту від кібербулінгу (антивіруси, фільтри контенту, функції блокування/звітності).
7. Ознайомлювати зі законодавчими аспектами, правами та обов'язками користувачів в цифровому середовищі.
8. Заохочувати етичну поведінку в інтернеті: ввічливість, толерантність, відповідальність за свої дії онлайн.
9. Розвивати у студентів критичне мислення щодо контенту та комунікацій, щоб вони могли розпізнавати маніпуляції та небезпечні ситуації.
10. Створити канали конфіденційного звернення для студентів, які стикаються з кібербулінгом.

Таким чином, інтеграція теми кібербулінгу в дисципліну «Інформаційні технології» є необхідною умовою для підготовки студентів до ефективного та безпечного функціонування в цифровому середовищі. Це сприятиме не лише їх професійному розвитку, але й формуванню здорового, етичного та безпечного освітнього простору.

Література

1. Гордієнко К. Обґрунтування поширеності проявів кібербулінгу серед студентської молоді. *Науковий часопис УДУ імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2021. № 15 (60). С. 25-34.

2. Сніцар Н. М., Пономаренко Т. І. Роль медіакомпетентності у протидії кібербулінгу в освітньому середовищі. *Сучасний стан та тенденції розвитку науки та освіти* : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції / Міжнародний гуманітарний дослідницький центр (Дніпро, 10 лютого 2025 р). Research Europe, 2025. С. 86 – 90.

Трофименко Наталія Євгенівна,
старший викладач кафедри права
та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА БАТЬКІВ, ДІТИ ЯКИХ ЗАЗНАЛИ ЦЬКУВАННЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ

Насильство (цькування, булінг) в освітньому середовищі існувало завжди і воно має різноманітний характер і природу. Його прояв може бути як у формі одноразових, так і у вигляді систематичних дій, які завдають шкоди психічному, фізичному та психологічному здоров'ю всіх учасників/учасниць цього процесу, а для батьків – це сильне напруження, непорозуміння, почуття провини, сором, страх тощо і вони не завжди знають як себе поводити в таких непростих ситуаціях.

Скандинавські та британські вчені: Д. Лейн, Е. Мунте, А. Пікас, Е. Роланд, П. Хайнеманн першими здійснили наукові дослідження проблеми булінгу. На початку 90-х рр. XX століття у США почали розроблятися теоретичні засади булінгу, а розроблена Д. Ольвеусом модель булінгу в освітньому середовищі стала науковим підґрунтям для подальшого вивчення цього явища.

У дослідженнях українських вчених О. Кормило, О. Кулешової, Л. Міхеєвої, Н. Прибіткової здійснено аналіз явища булінгу та шляхів його подолання в освітньому просторі. У наукових розвідках Л. Лушпай шкільний

булінг розглядається як різновид суспільної агресії, а А. Корнійченко та Є. Соболев визначають детермінанти та форми булінгу в освітньому середовищі. У публікаціях А. Короля розглядаються причини та наслідки булінгу у правовій площині [1, 4].

Н. Прібиткова визначає основні риси, наявні в усіх жертв булінгу: боязливість, вразливість, замкнутість у собі, сором'язливість; часту тривожність, невпевненість у собі з низькою самооцінкою; схильність до депресивних станів і можливих думок про самогубство; якщо це хлопчики, то вони можуть бути фізично слабкішими за своїх ровесників. Ці риси виступають одночасно і причиною, і наслідком булінгу [5].

Тривожні дані наводять в своїй статті І. І. Дорожко та О. О. Довженко. Дослідники наголошують, що шкільний булінг переживають від 4% до 50% дітей, у 15% булінг мав системний характер. Майже кожен третій учень зазнав булінгу. На думку авторів існують різні форми булінгу: словесні образи, глузування, обзивання, погрози, образливі жести чи дії, залякування, ігнорування, бойкот, вимагання грошей, їжі, речей, фізичне насилля, кібербулінг. Види булінгу об'єднуються у групи словесного, фізичного, соціального (емоційного), електронного характеру (кібербулінг) [3].

Як же діяти батькам, коли вони дізнаються, що їхню дитину цькують у школі?

1. Насамперед, батькам знадобляться терпіння та усвідомлене прийняття ситуації. Не можна тиснути на дитину, натомість слід її вислухати й продемонструвати готовність допомогти і захистити. Запитайте дитину, чим ви будете корисними для неї, запропонуйте свій варіант вирішення й попередьте, що ви завжди будете на її боці.

2. Також важливо пояснити, куди дитина може звернутися у разі цькування, якщо вас не буде поруч, або з вами буде щось не в порядку: до шкільного психолога, вчителів, директора, керівника, старших учнів, батьків інших дітей, охорони або поліції.

3. Терміново необхідно повідомити керівництву навчального закладу про ситуацію, що склалася, і вимагати її належного врегулювання.

4. При можливості зібрати доказову базу: скріншоти повідомлення з образами, пояснення однокласників та свідків, довідки про побиття, фото пошкодженого одягу чи шкільного приладдя, записи аудіо чи відео тощо.

5. Проаналізуйте профіль булера в соцмережах – це допоможе при складанні характеристики. Якщо ситуація не змінюється, батьки можуть написати скарги – слід дотримуватися такої ситуації:

- звернутися до представників служби у справах дітей за місцем проживання;

- подати скаргу про бездіяльність до Департаменту освіти, заяву з доказами в поліцію, прокуратуру, уповноваженому з прав людини в регіоні.

- якщо ситуація не вирішується на рівні школи, треба готувати позов до суду.

Для подання позову батькам знадобляться: квитанції про витрати на медикаменти; квитанції про оплату послуг спеціалістів (лікарів, психологів, юристів); якщо дитина пропустила школу через булінг і ви через це звернулися за допомогою до репетиторів, потрібні докази сплати їхніх послуг [2].

Але не завжди діти розповідають батькам про знущання у школі.

Цікаві рекомендації, на наш погляд, з цього приводу надає відома дитяча психологиня Світлана Ройз. Вона пояснює батькам, чому діти не розповідають про свої важкі ситуації, про певні перешкоди, про цькування у школі. Наводимо деякі з них.

1. *«Я впораюся сам»* – дитина звикла, що їй говорять – ти дорослий, ти повинен ...; у дитини є потреба довести собі та іншим, що вона «доросла»; оскільки вона не відчуває своєї авторитетності, у дитини може бути відчуття, що дорослий лише нашкодить своїм втручанням; коли у дитини відсутній досвід для оцінки ситуації та усвідомлення серйозності того, що відбувається.

2. *«Батьки розгніваються»* – коли батьки агресивно реагують на складні ситуації і теми. Тому дитині легше самотійно пережити те, що відбувається, ніж відчувати на собі додатковий тиск, травматизацію чи негативні емоції від батьків.

3. *«Батьки засмутовуються»* – можливо, дитина зіштовхнулася з тим, що емоційний стан батьків нестабільний. І їй доводиться брати відповідальність за емоції і почуття дорослого. Це величезне навантаження. У цьому випадку дитина не може покластися на батьків, тому що вони сприймаються нею як «менша фігура».

4. *«Батьки все одно не захистять»* – якщо батьки у складних для дитини ситуаціях її не підтримують, не дають відчуття опори і захисту (наприклад, коли дитину ображають або знецінюють викладачі, тренери та інші дорослі).

5. *«Батькам не цікаво»* якщо дитина не отримує підтримки, якщо втрачено довіру, якщо теми, цікаві батькам, обмежуються питаннями про оцінки в школі та чи зроблене домашнє завдання.

Що можна зробити батькам?

1. Якщо дитина хоче говорити – слухайте її, не перебиваючи і не даючи порад, поки вона не попросить, пам'ятайте, що життя дитини – це не тільки школа та навчання.

2. Усвідомлюйте, що дитина спирається на нашу дорослість, силу і стійкість.
3. Якщо вона відчуває, що ми – дорослі і допоможемо тоді, коли їй болять, коли в неї істерика чи їй страшно, дитині легше нам довіритися.
4. Пам'ятайте самі і нагадуйте дитині, що помилки – частина успіху.
5. Показуйте, що дитина важлива для вас, незалежно від того, які оцінки вона отримує, від її вчинків, поведінки... але дитина повинна бути важливою для нас у будь-якій ситуації!
6. Створюйте домашні ритуали, хвилинки близькості – вони зближують. Не зважайте на вашу втому чи завантаженість.
7. Розвивайтесь самі, свій потенціал, щоб не залежати від успішності дитини
8. Говоріть про те, що вам важлива безпека і стан дитини. Але не лише говоріть, а й дійте. Дотримуйтеся правила золотієї середини! Пам'ятайте, для дитини потрібна і важлива ваша любов, проявляйте її! [6].

Підсумовуючи вищесказане, можна зробити висновок, що проблема булінгу (цькування) дітей в освітньому середовищі є дуже нагальною на теперішній час. Підтримка батьків, розуміння ними всієї складності та важливості ситуації цькування, відчуття психоемоційного стану своїх дітей, спостереження за ними, постійні розмови без тиску та докори, батьківській позитивний настрій та ставлення до дитини, не дивлячись на її оцінки, на її неприємні для батьків дії – все це породжує довіру, відсутність страху перед батьками, надію, що вони підтримають у складних життєвих ситуаціях, а значить буде взаєморозуміння, взаємоприйняття та взаємопідтримка.

Література

1. Бойчук П. М. , Козігора М. А., Романюк А. М. Булінг як соціально-психологічне явище у сучасному освітньому просторі. *Академічні студії. Серія «Педагогіка»*. 2021. № 3. С. 10-16.
2. Булінг в школі, або як діяти батькам, чия дитина постраждала від булера URL: <https://supportme.org.ua/needle-and-bullying/parents-against-bullying> (дата звернення 3.10.2025).
3. Дорожко І. І., Довженко О. О. Булінг в освітньому просторі : реалії сьогодення. *Харківський осінній марафон психотехнологій: матеріали III міжрегіональної наук.-практ. конф., м. Харків, 26 жовтня 2019 р., ХНПУ імені Г.С. Сковороди*. Харків: Діса плюс, 2019. 248 с.
4. Мельниченко Настя. Школа без цькувань: для освітян: методичні рекомендації з організації системної протидії булінгу в закладах освіти.

Видання друге, доповнене. *Науково-практичне видання STUDENA*. 2024. 102 с.

5. Прібиткова Н. Булінг у закладах освіти: поняття, структура, причини та шляхи подолання. *Сучасні проблеми правового, економічного та соціального розвитку держави*. Харків, 2017. С. 58–61.

6. Чому дитина не розповідає, що з нею відбувається? Роз'яснення та поради Світлани Ройз. URL: <https://eo.gov.ua/chomu-dytyna-ne-rozpovidaie-shcho-z-neiu-vidbuvaet-sia-roz-iasnennia-ta-porady-svitlany-royz/2019/11/29/> (дата звернення 4.10.2025).

Шевченко Антоніна Михайлівна,
кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри психології та здоров'я людини
Білоцерківського національного аграрного університету

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ БУЛІНГУ ТА ЇХ ЗНАЧЕННЯ ДЛЯ УПРАВЛІННЯ СТУДЕНТСЬКИМИ КОЛЕКТИВАМИ

Булінг у студентських колективах є складним соціально-психологічним явищем, що значною мірою впливає на взаємодію між учасниками груп, психологічний клімат та ефективність освітнього процесу. Це явище включає систематичну психологічну, вербальну та соціальну агресію, що проявляється як між окремими студентами, так і у взаєминах між групами. В умовах вищого навчального закладу булінг здатен порушувати нормальну комунікацію, знижувати рівень довіри, формувати негативний колективний настрій та ускладнювати процес організації спільної діяльності.

Психологічні механізми булінгу є багатограними. Вони включають особистісні характеристики учасників, такі як рівень агресивності, самооцінка, здатність до емпатії та самоконтролю, а також групові фактори – соціальні норми, психологічний клімат, взаємні очікування та лідерські взаємини. Саме взаємодія цих чинників визначає прояви булінгу та їхню інтенсивність у колективі.

Важливим аспектом є те, що прояви булінгу безпосередньо впливають на процес управління студентськими колективами. Вони можуть ускладнювати організацію навчальної та позааудиторної діяльності, знижувати мотивацію та залученість студентів, формувати конфліктні ситуації і створювати ризики для психологічного благополуччя учасників групи. Аналіз психологічних механізмів цього явища дозволяє глибше зрозуміти його природу та взаємозв'язок із управлінськими процесами у студентських колективах, що є важливим для забезпечення продуктивної і безпечної навчальної взаємодії.

Психологічні механізми булінгу мають багатогранну природу та включають як індивідуальні, так і групові чинники. Дослідження Дж. Джіні та Р. Торнберга і Т. Юнгера демонструють, що учасники булінгу часто застосовують механізми морального відключення, серед яких моральне виправдання, еуфемістичне маркування, дифузія відповідальності та перекладання вини на жертву. Ці психологічні стратегії дозволяють агресорам знижувати внутрішні моральні бар'єри та продовжувати дії, що шкодять іншим. Крім того, дослідження С. Луо свідчать про тісний зв'язок між високим рівнем стресу у студентів та проявами агресивної поведінки, що може вилитися у булінг. Водночас відсутність психологічної підтримки та соціальної взаємодії для жертв булінгу значно підвищує ризик розвитку емоційного вигорання та зниження суб'єктивного благополуччя.

Прояви булінгу безпосередньо впливають на управлінські процеси у студентських колективах. Негативний психологічний клімат, який формує булінг, ускладнює організацію навчальної та позааудиторної діяльності, знижує мотивацію та залученість студентів, призводить до виникнення конфліктів та змінює динаміку групи. Такий стан справ потребує від керівників колективів та викладачів особливої уваги до соціально-психологічної організації студентської групи та застосування стратегій управління, спрямованих на мінімізацію ризиків.

Для створення продуктивного та безпечного освітнього середовища сучасні дослідники рекомендують впроваджувати системи профілактики булінгу, забезпечувати доступ до психологічної підтримки, проводити тренінги та семінари для розвитку емпатії та конструктивної комунікації, а також регулярно здійснювати моніторинг соціально-психологічного клімату в колективах. Такий комплексний підхід дозволяє знижувати прояви булінгу та підвищувати ефективність управління студентськими групами, сприяючи формуванню довіри, взаємоповаги та взаємодії, необхідних для успішного функціонування колективу.

Проблема профілактики булінгу у студентських колективах потребує системного підходу, який охоплює освітній, психологічний, соціально-педагогічний та правовий аспекти. Важливо не лише виявляти факти агресії, а й формувати у студентів культуру поваги, емпатії, відповідальності за власну поведінку та емоційну безпеку інших. Профілактичні заходи мають бути спрямовані на створення здорового соціально-психологічного клімату в навчальному середовищі, розвиток навичок ненасильницької комунікації та взаємопідтримки.

Інформаційно-просвітницький напрям передбачає активну роботу з підвищення рівня обізнаності студентів щодо сутності булінгу, його наслідків і шляхів подолання. Ефективними формами діяльності є проведення тематичних тренінгів, інтерактивних занять, лекцій, круглих столів, форумів та акцій,

спрямованих на формування культури толерантності, поваги до різноманітності, розвитку навичок мирного врегулювання конфліктів. Важливу роль відіграють інформаційні кампанії у соціальних мережах, створення просвітницьких матеріалів, відеороликів, буклетів, плакатів, які популяризують ідеї доброзичливого спілкування та психологічної безпеки.

Психологічний напрям зосереджується на створенні у закладі освіти безпечного психологічного простору, де кожен студент може отримати підтримку та допомогу у складних ситуаціях. Це передбачає організацію роботи психологічної служби, проведення індивідуальних і групових консультацій, запровадження супервізій для студентів і викладачів, а також створення анонімних каналів комунікації (скринь довіри, онлайн-чатів). Особливе значення має розвиток емоційного інтелекту, уміння розпізнавати та регулювати власні емоції, налагоджувати здорові міжособистісні стосунки. Психологічна профілактика також включає роботу з агресорами та жертвами булінгу, спрямовану на відновлення емоційного балансу та формування адекватних способів поведінки у конфліктних ситуаціях.

Соціально-педагогічний напрям спрямований на розвиток активної громадянської позиції студентів, формування колективних цінностей взаємоповаги, довіри та співробітництва. Важливою складовою є підтримка студентського самоврядування, яке може виступати ініціатором волонтерських, культурних та благодійних проєктів, спрямованих на протидію насильству, дискримінації, ізоляції окремих учасників колективу. Також доцільним є створення наставницьких програм, де старші студенти допомагають першокурсникам адаптуватися до нового освітнього середовища, тим самим знижуючи ризик виникнення конфліктів і проявів булінгу.

Правовий напрям передбачає ознайомлення студентів із законодавчими нормами, що регулюють питання запобігання та протидії булінгу, а також із правами та обов'язками усіх учасників освітнього процесу. Важливим є роз'яснення механізмів звернення по допомогу, відповідальності за прояви насильства та порушення прав людини. Проведення правопросвітницьких занять, зустрічей із фахівцями-юристами, працівниками поліції або громадських організацій сприяє підвищенню правової грамотності студентів і формуванню усвідомленої поведінки у міжособистісних взаємодіях.

Отже, профілактика булінгу в студентських колективах має бути багаторівневою системою, що поєднує освітню, психологічну, соціальну та правову складові. Її ефективність залежить від узгоджених дій викладачів, студентського активу, адміністрації та психологічної служби. Створення безпечного, доброзичливого середовища є запорукою розвитку гармонійних особистостей, здатних до емпатії, взаємоповаги та конструктивної комунікації.

Ефективна профілактика булінгу у студентських колективах потребує системного підходу – поєднання психологічної підтримки, освітніх програм, партнерства між студентами, викладачами та адміністрацією закладу освіти. Формування безпечного середовища є запорукою психічного благополуччя та розвитку особистісної зрілості молоді.

Булінг у студентських колективах виступає не лише як індивідуальна проблема, але й як соціально-психологічний виклик для управління групами, який потребує наукового аналізу психологічних механізмів та розробки ефективних стратегій втручання. Розуміння цих процесів та впровадження відповідних заходів є ключовим для забезпечення безпечного та продуктивного освітнього середовища у вищих навчальних закладах.

Література

1. Булінг: міфи та реальність: методичні рекомендації / укладач В. В. Потуремець; Полтавська обласна бібліотека для юнацтва ім. Олеся Гончара. Полтава, 2020. 20 с.
2. Запобігання та протидія проявам насильства: діяльність закладів освіти : навч.-метод. посіб. / кол. авт.: Андрєєнкова В. Л., Аносова Ю. В., Байдик В. В. та ін. Київ, 2000. 194 с.
3. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід : методичний посібник / Андрєєнкова В. Л., Мельничук В.О., Калашник О. А. Київ : ТОВ «Агенство «Україна», 2019. 132 с.
4. Шатирко Л.О., Мойзріст О.М. Психологічні засоби запобігання явищам залякування та цькування (булінгу) в шкільному середовищі: практикум / за науковою редакцією академіка НАПН України С.Д. Максименка. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 46 с.

СЕКЦІЯ № 3: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВИМІРИ МОБІНГУ Й БУЛІНГУ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Аксайська Тетяна Анатоліївна,
студентка 2 курсу магістратури,
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології
Федоренко Алла Федорівна

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПЕРСОНАЛУ У ПОДОЛАННІ БУЛІНГУ В ОРГАНІЗАЦІЇ

Актуальність дослідження ролі емоційного інтелекту персоналу у подоланні булінгу в організації обумовлена сучасними викликами управління людськими ресурсами та формуванням здорового психологічного клімату на робочому місці. Булінг у професійному середовищі негативно впливає на продуктивність, мотивацію працівників та корпоративну культуру загалом, спричиняючи високий рівень стресу, професійного вигорання та зростання плинності кадрів. Водночас розвиток емоційного інтелекту, який включає здатність розпізнавати, аналізувати та ефективно регулювати власні емоції та емоції інших, забезпечує формування конструктивних стратегій взаємодії, зниження конфліктності та підвищення соціальної адаптивності працівників. З огляду на це, дослідження взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту персоналу та ефективністю протидії проявам булінгу набуває особливої значущості як для теоретичного обґрунтування управлінських практик, так і для практичного впровадження заходів з підвищення психологічної безпеки в організаціях.

Так, дослідженням проблеми булінгу в професійному середовищі займалися Т. Алексеєнко, О. Адамчук, А. Козін, І. Лядський, І. Мишишин, С. Сімакова, С. Цюра та ін..

Булінг в організаціях проявляється у багатьох формах, що негативно впливають на психологічний та соціальний клімат колективу, продуктивність працівників і загальний рівень корпоративної культури. До найбільш поширених проявів належать вербальні атаки, знецінення професійних досягнень, образи, приниження, погрози та сарказм, спрямовані на дискредитацію або підірив авторитету співробітника. Крім того, булінг може виявлятися у соціальній ізоляції, навмисному ігноруванні працівника під час

колективної діяльності, поширенні чуток та наклепів, а також у систематичному ігноруванні його пропозицій чи ідей. Також поширені фізичні та матеріальні форми булінгу, зокрема навмисне створення складних або неможливих для виконання завдань, відмова у доступі до ресурсів або інформації, необхідної для виконання професійних обов'язків. Незалежно від форми, всі прояви булінгу супроводжуються тривалим психологічним тиском, що призводить до стресу, емоційного виснаження, зниження мотивації та ефективності праці, а в окремих випадках – до професійного вигорання та вираженого погіршення фізичного і психічного здоров'я працівників. Таким чином, булінг у організаціях є комплексним соціально-психологічним явищем, яке порушує нормальні механізми взаємодії в колективі та потребує системного дослідження і запобігання [1].

Аналіз літератури показав наявність великої кількості досліджень присвячених окресленій проблемі. Зокрема, дослідження виявило, що високий рівень емоційного інтелекту у працівників знижує негативний вплив булінгу на їхню професійну діяльність. Зокрема, емоційно інтелігентні працівники демонструють кращу стійкість до стресу, ефективніше управляють конфліктами та мають вищу продуктивність навіть за умов булінгу [2]. Схоже дослідження виявило, що високий рівень емоційного інтелекту пом'якшує негативний вплив булінгу на робочу продуктивність. Зокрема, емоційно інтелігентні працівники краще адаптуються до стресових ситуацій, що виникають через булінг [3].

При цьому, дослідження зосереджене на впливі емоційного інтелекту на сприйняття емоційних наслідків кібербулінгу в робочому середовищі. Результати показують, що високий рівень емоційного інтелекту допомагає зменшити негативний вплив кібербулінгу на емоційний стан працівників [4]. Інше дослідження виявило, що емоційний інтелект та психологічна стійкість позитивно корелюють з ефективною протидією булінгу на робочому місці. Працівники з високим рівнем ЕІ та психологічної стійкості демонструють кращі результати у боротьбі з булінгом [5].

Також в наукових статтях вчені надають практичні поради щодо того, як використовувати емоційний інтелект для ефективної реакції на булінг на робочому місці. Автор рекомендує розвивати самосвідомість, саморегуляцію та емпатію для зменшення впливу булінгу [6].

Отже, аналіз наукових джерел та практичного досвіду свідчить про те, що розвиток емоційного інтелекту персоналу є ключовим фактором підвищення ефективності організаційної взаємодії та створення здорового психологічного клімату на робочому місці. Емоційно інтелігентні працівники здатні конструктивно реагувати на конфлікти, знижувати негативний вплив булінгу та

сприяти формуванню культури взаємоповаги та підтримки. Впровадження програм розвитку емоційного інтелекту сприяє підвищенню стресостійкості, мотивації та продуктивності персоналу, що, у свою чергу, зміцнює конкурентні позиції організації. Таким чином, інвестиції в розвиток емоційного інтелекту співробітників є не лише ефективним інструментом управління людськими ресурсами, а й необхідною умовою формування безпечного та ефективного робочого середовища.

Література

1. Алексєєнко Т. Ф. Явища мобінгу й булінгу у взаєминах особистості та колективу. *Управління освітою*. 2019. № 4 (412). pp. 46-53.
2. Ashraf F, Khan M. Does emotional intelligence moderate the relationship between workplace bullying and job performance?. *Asian Business & Management*. 2014. № 13 (2). pp. 171-190.
3. Gunawardena W., Galahitiyawa N. The role of emotional intelligence on workplace bullying and individuals' work performance. 2016. № 24 (1). pp. 1 – 38.
4. Navarro M. Emotional Intelligence and the Perceived Emotional Effects of Cyberbullying in the Workplace: dissertation ... Ph.D. Minneapolis, 2022. 147 p.
5. Olaleye B. R., Lekunze J. N. Emotional intelligence and psychological resilience on workplace bullying and employee performance: a moderated-mediation perspective. *Journal of Law and Sustainable Development*. 2024). № 12 (1). pp. 2159-2159.
6. Sheehan M. Workplace bullying: Responding with some emotional intelligence. *International journal of manpower*. 1999. № 20. pp. 57-69.

Бондаренко Інна Олександрівна,
студентка 3 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та
соціально-поведінкових наук
Пономаренко Тетяна Ігорівна

МОБІНГ У ВІЙСЬКОВИХ ПІДРОЗДІЛАХ: УКРАЇНСЬКИЙ ДОСВІД

Проблема мобінгу у військових підрозділах тривалий час залишалася недостатньо усвідомленою та часто замовчувалася. Проте з початком російської агресії у 2014 році та особливо після повномасштабного вторгнення

2022 року вона набула особливої актуальності. В умовах війни Збройні Сили України зазнали значного розширення особового складу, зокрема за рахунок мобілізації та добровольців, що створило нові виклики для адаптації та взаємодії у військових колективах. Підвищене психологічне навантаження, стресові ситуації, різнорівнева підготовка та різноманітний соціальний досвід військовослужбовців стали ґрунтом для виникнення конфліктів, які у деяких випадках переростають у мобінг. Це негативно впливає на морально-психологічний стан військових, їхню згуртованість і, зрештою, на боєздатність підрозділів. Тому системне вивчення, попередження та подолання проявів мобінгу сьогодні є важливою умовою ефективного функціонування української армії.

При цьому, окремої уваги потребує проблема мобінгу по відношенню до жінок у військових підрозділах. Зростання їх кількості у Збройних Силах України, особливо після 2014 року, стало важливим кроком у напрямі гендерної рівності, проте водночас виявило низку проблем. Жінки частіше стають об'єктами психологічного тиску, приниження або дискримінації через поширені стереотипи щодо «традиційних» ролей, сумніви у їхніх професійних навичках чи упереджене ставлення з боку командирів та побратимів.

В умовах армії прояви мобінгу проти жінок можуть включати ігнорування, знецінення внеску, необґрунтовану критику, обмеження у доступі до певних завдань чи посад. Додатковим чинником є культура «маскулінності», яка іноді толерує грубі методи взаємодії, розглядаючи їх як норму військової служби. Така ситуація не лише погіршує психологічний стан військовослужбовиць, але й підриває їхню професійну реалізацію та ефективність підрозділів загалом.

Разом з тим, поняття мобінгу щодо армійського контексту відображає явище «цілеспрямованого психологічного цькування військовослужбовця колективом товаришів служби чи керівництвом» [2].

В свою чергу, аналіз літератури підтвердив актуальність визначеної проблеми. Так, в дослідженні О. В. Адамчука [7] проаналізовано психологічну сутність, зміст та ознаки мобінгу у підрозділах Державної прикордонної служби України. Зокрема, у своїй дисертації автор описує чинники, що сприяють цьому явищу [1].

Між тим, В. В. Хіміч досліджував особливості діяльності командирів прикордонних підрозділів з урегулювання міжособистісних конфліктів серед підлеглих. Результати свідчать, що ефективність роботи командира значною мірою залежить від його психологічної готовності до розв'язання конфліктів і вміння підтримувати здоровий клімат у колективі [4].

При цьому, дослідження В. В. Посмітна показує, що у військовій сфері, де відсутнє чітке правове врегулювання проявів мобінгу, особливого значення набуває комунікативна протидія цьому явищу. Проблема полягає в тому, що мобінг у військових колективах посилюється специфікою військового дискурсу, де домінують жорсткі моделі спілкування, ієрархія та високий рівень психологічного навантаження [3].

Також виникнення мобінгу у військових підрозділах зумовлене комплексом чинників, які можна поділити на об'єктивні (організаційно-соціальні) та суб'єктивні (особистісні).

До *об'єктивних належать* дисфункції управління та організації служби: помилки при доборі та розстановці кадрів, нечіткий розподіл обов'язків, відсутність належного контролю і вимогливості з боку командування, толерування негативних «традицій» взаємин, а також конфліктогенні умови служби, що виникають через підвищену конкуренцію, перевтому чи стресові бойові ситуації. Додатковими чинниками є й загальні суспільні проблеми — недостатній рівень правової культури та закорінені негативні стереотипи маскулінної поведінки.

Суб'єктивні причини пов'язані з індивідуальними особливостями учасників конфлікту: ініціаторами мобінгу часто виступають особи з авторитарними або агресивними рисами характеру, схильні до домінування чи заздрості, тоді як жертвами зазвичай стають ті, хто вирізняється будь-якою “інакшістю” — новачки, наймолодші або старші за інших, люди з високою освітою, помітними успіхами чи, навпаки, тихою і неконфліктною вдачею. У військових колективах фактором ризику також може бути слабка фізична підготовка, невпевненість у собі або відсутність підтримки товаришів. Значний вплив мають і особистісні якості командира: якщо він толерує грубі методи управління, демонструє несправедливість чи упередженість, підлеглі наслідують подібний стиль поведінки, що посилює атмосферу в колективі. У деяких країнах світу “ініціаційні” ритуали досі виправдовуються культурними традиціями, однак у арміях США, Канади, Великої Британії мобінг офіційно вважається кримінальним злочином, тоді як у низці східноєвропейських і азійських держав ці явища часто замовчуються [2].

Отже, проблема мобінгу у військових підрозділах України є складним і багатовимірним явищем, що безпосередньо впливає на ефективність функціонування армії, морально-психологічний стан військовослужбовців та рівень внутрішньої згуртованості колективів. В українських умовах, особливо в контексті повномасштабної війни, ця проблема загострюється через підвищене психологічне навантаження, постійний стрес, нерівномірний рівень підготовки та різномірність особового складу.

Особливу увагу слід приділити мобінгу щодо жінок у військових підрозділах. Зростання участі жінок у Збройних Силах України стало важливим кроком на шляху до гендерної рівності, однак водночас виявило низку прихованих проблем — від поширених стереотипів до упередженого ставлення та дискримінаційних практик. Жінки частіше стають об'єктами психологічного тиску, ігнорування, знецінення чи приниження, що не лише погіршує їхній емоційний стан, а й обмежує можливості професійної реалізації.

Український досвід показує, що боротьба з мобінгом потребує комплексного підходу (правового, організаційного та психологічного). Необхідним є формування нульової толерантності до будь-яких форм приниження, удосконалення механізмів внутрішнього контролю, підготовка командирів до ефективного управління міжособистісними конфліктами, а також створення безпечного середовища для звернення жертв по допомогу.

Важливим кроком є і розвиток гендерної культури у військовому середовищі через визнання професійної компетентності жінок, подолання патріархальних уявлень та підтримка політики рівних можливостей. Лише системне подолання мобінгу, особливо його гендерно зумовлених форм, дозволить забезпечити справжню єдність, довіру та ефективність українських військових колективів, що є критично важливим для перемоги та стійкості Збройних Сил України.

Література

1. Адамчук О. В. Особливості діяльності керівника прикордонного підрозділу щодо запобігання та подолання мобінгу серед підлеглих : автореф. дис. канд. психол. наук. Хмельницький : Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Б. Хмельницького, 2015. 16 с
2. Волобуєв В., Адамчук Ю, Маковський А. Мобінг у військових підрозділах: проблеми та шляхи подолання. *Наукові перспективи*. 2025. № 5(59). С. 1731 – 1744.
3. Посмітна В. В. Комунікативні засоби протидії мобінгу у військовому дискурсі. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Філологія. Журналістика*. 2022. № 33 (72). С. 268 – 273.
4. Хіміч В. В. Особливості діяльності командирів прикордонних підрозділів з розв'язання міжособистісних конфліктів серед підлеглих : дис. канд. психол. наук. Хмельницький : Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Б. Хмельницького, 2008. 198 с.

Бурлака Варвара-Богдана Андріївна,
студентка 2 курсу магістратури
Українського державного університету

Науковий керівник:

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психосоматики та психології здоров'я

Вольнова Леся Миколаївна

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ МОБІНГУ У
ВІЙСЬКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

Підтримання психологічної стійкості та згуртованості військових колективів є ключовою умовою ефективного виконання завдань у сучасних умовах війни. Будь-які внутрішні деструктивні процеси, що порушують взаємоповагу та довіру між військовослужбовцями, мають особливу небезпеку, оскільки безпосередньо впливають на боєздатність армії. Одним із таких явищ є мобінг, який в останні роки дедалі частіше розглядається у наукових дослідженнях як значущий соціально-психологічний чинник ризику. Його наслідки виходять за межі індивідуального досвіду окремого військовослужбовця та позначаються на морально-психологічному кліматі всього підрозділу.

Вивчення соціально-психологічних наслідків мобінгу у військовому середовищі є актуальним не лише з наукової, а й із практичної точки зору. Це дасть можливість визначити специфіку його впливу на військові колективи, окреслити ризики для психічного здоров'я особового складу та виробити стратегії профілактики й психологічної підтримки, спрямовані на зміцнення єдності та боєздатності Збройних Сил України.

Аналіз наукових джерел засвідчує, що проблема мобінгу у військовому середовищі привертає все більше уваги з боку дослідників та практиків у сфері психології. Зокрема, Ю. Д. Адамчук, В. В. Волобус та А. О. Маковський [1] розглядають особливості мобінгу у військових підрозділах, акцентуючи увагу на пошуку ефективних шляхів його подолання та мінімізації негативних наслідків для психологічного стану особового складу. Вагомим є внесок С. М. Іващенко та А. І. Гараза [2], які аналізують не лише мобінг, а й босинг у військовій сфері, визначаючи причини їх існування та пропонуючи практичні шляхи протидії цим явищам. В. В. Посмітна [3] досліджує комунікативні засоби запобігання мобінгу у військовому дискурсі, наголошуючи на ролі мовленнєвої взаємодії як ресурсу зниження конфліктності та напруженості. Крім того, особливу увагу привертає стаття О. В. Адамчука та Є. М. Потапчука [4], у якій розкрито причини виникнення мобінгу у військовому середовищі, підкреслено роль соціально-психологічних чинників у формуванні цього явища та охарактеризовано його деструктивний вплив на міжособистісні стосунки.

Мобінг у військовому середовищі визначається як систематичні дії, спрямовані на приниження особистої та професійної гідності військовослужбовця. Він проявляється у формі психологічного чи економічного тиску, створенні ворожої атмосфери, ігноруванні або навмисній ізоляції [2]. Варто зазначити, що на відміну від цивільних організацій, у Збройних Силах це явище набуває особливої гостроти через сувору дисципліну та жорстку ієрархію. Це означає, що потерпілий часто не має можливості захистити свої права або вийти з конфліктної ситуації без наслідків.

У військових підрозділах мобінг часто маскується під «неформальні покарання» чи «ритуали виховання», проте насправді руйнує довіру та провокує соціальну напругу. В такому середовищі будь-який прояв незгоди або відмінної позиції з боку підлеглого може трактуватися як непокора, що автоматично стає підґрунтям для тиску та цькування [2]. Так мобінг стає «невидимим» для системи, але водночас надзвичайно руйнівним для психіки та міжособистісних стосунків у колективі.

По-перше, страждає внутрішній світ військовослужбовця. Систематичні приниження, ізоляція та ігнорування провокують тривожні й депресивні симптоми, формують почуття безпорадності та занижену самооцінку. Це особливо небезпечно, адже військові постійно перебувають під дією стресових факторів. Як зазначають Ю. Д. Адамчук, В. В. Волобус та А. О. Маковський, психологічні наслідки мобінгу включають емоційне виснаження, апатію, втрату мотивації та розвиток психосоматичних розладів [1, с.1739]. Крім того, це часто проявляється у вигляді безсоння, головного болю, порушень роботи серцево-судинної системи. У критичних випадках підвищується ризик суїцидальних намірів, що становить особливу загрозу в умовах бойових дій.

По-друге, вплив мобінгу відображається у поведінкових реакціях. Потерпілі демонструють зниження ініціативності, небажання брати участь у спільних завданнях, уникання відповідальності. Нерідко це проявляється у вигляді надмірної агресивності або, навпаки, повної пасивності. Подібна динаміка створює додаткову напругу серед особового складу, а в умовах бойових дій може призвести до помилок у координації, саботажу чи навіть дезертирства [4].

По-третє, мобінг руйнує довіру між військовослужбовцями та провокує конфлікти. Жертва опиняється в ізоляції, тоді як інші учасники служби часто залишаються «мовчазними свідками». Це формує атмосферу страху, взаємної підозри й недовіри. В. В. Посмітна підкреслює, що у таких умовах виникають неформальні коаліції, групи підтримки та опозиції, що призводить до поляризації [3, с.269]. У результаті знижується здатність підрозділу діяти як єдине ціле та послаблюється моральний дух.

Крім того, на рівні військових формувань мобінг дестабілізує морально-психологічний клімат. Замість співпраці та взаємопідтримки починає домінувати конкуренція, суперництво й страх. Як відзначають Є. М. Потапчук і О. В. Адамчук, середовище, яке уражене мобінгом, втрачає здатність до ефективної взаємодії, а агресивні моделі поведінки поширюються, створюючи «ефект зараження» [4, с.265]. Це призводить до падіння згуртованості, що прямо впливає на боєздатність. У критичних умовах бойових дій відсутність довіри може коштувати життя військовослужбовцям та призвести до зриву виконання завдання.

Водночас наслідки мобінгу не обмежуються службовим середовищем. Постраждалі військовослужбовці часто мають труднощі в сімейному житті, демонструють емоційну відстороненість, агресивність чи байдужість, що ускладнює їхню соціальну адаптацію після демобілізації. Звідси випливає, що досвід психологічного тиску знижує престиж військової служби в суспільстві. Молодь, дізнаючись про подібні випадки, може уникати служби, що створює довгострокові ризики для формування професійного ядра Збройних Сил України.

Профілактика мобінгу у військових підрозділах має охоплювати як міжособистісний рівень, так і рівень командування. Адже нерідко саме командири виступають джерелом психологічного тиску на підлеглих [1]. Тому ефективними заходами є підготовка керівного складу до конструктивного управління без приниження гідності солдат, формування культури взаємоповаги й чіткі механізми реагування на прояви цькування. Запровадження психологічного супроводу та системи анонімних звернень дозволить своєчасно виявляти й нейтралізувати конфліктні ситуації, зберігаючи згуртованість колективу.

Отже, мобінг у військовому середовищі має багаторівневі соціально-психологічні наслідки: від індивідуальних психічних розладів і поведінкових змін до руйнування згуртованості та підризу боєздатності. Він провокує конфлікти, кадрові втрати, знижує престиж служби й ускладнює соціальну адаптацію військовослужбовців після демобілізації. Саме тому дослідження цього явища має стати основою для подальшого розвитку військової психології та формування ефективних програм профілактики у Збройних Силах України.

Література

1. Адамчук Ю. Д., Волобус В. В., Маковський А. О. Мобінг у військових підрозділах: проблеми та шляхи подолання. *Наукові перспективи*. 2025. №5(59). С. 1731-1744.

2. Іващенко С. М., Гараз А. І. Мобінг та босинг у військовому колективі: причини існування та шляхи подолання. *Правовий часопис Донбасу*. 2025. №1(90). С.122-126.

3. Посмітна В. В. Комунікативні засоби протидії мобінгу у військовому дискурсі. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. 2022. № 33 (72) С. 268-273.

4. Потапчук Є. М., Адамчук О. В. Причини виникнення мобінгу у військовому колективі. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. № 14. С. 260-267.

Бухенська Марина Сергіївна,
начальник навчального відділу
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Пономаренко Тетяна Ігорівна
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

БУЛІНГ НА РОБОЧОМУ МІСЦІ ЯК АСПЕКТ КОРПОРАТИВНОЇ СОЦІАЛЬНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ

У сучасних умовах глобалізації та зростання конкуренції особливого значення набуває створення безпечного та сприятливого робочого середовища. Однією з ключових загроз психологічному клімату в організаціях є булінг на робочому місці, а саме систематичне психологічне або емоційне цькування співробітників, що призводить до зниження їхньої працездатності, підвищення рівня стресу та конфліктності.

Разом з тим, успіх компанії значною мірою залежить від її здатності формувати безпечне та етичне середовище для працівників. Булінг на робочому місці не лише порушує права людини, але й створює серйозні ризики для продуктивності, корпоративної культури та репутації бізнесу.

Таким чином, вивчення проблеми булінгу на робочому місці в контексті корпоративної соціальної відповідальності є актуальним як для наукових досліджень, так і для практики управління персоналом, адже воно поєднує соціальний, етичний і економічний виміри.

За даними міжнародних досліджень, щонайменше кожен п'ятий працівник у різних країнах стикається з проявами булінгу на роботі. Це не лише порушує

права людини, а й прямо впливає на економічні результати компанії: зростають витрати на плинність кадрів, лікарняні, компенсації, падає продуктивність праці, погіршується репутація бренду роботодавця.

Таб. 1

Міжнародні дослідження поширеності булінгу на робочому місці

Організація	Країна	Результати дослідження / звіти з даними
European Agency for Safety and Health at Work	ILO глобальний огляд	17,9 % працівників у світі зазнали психологічного насильства / домагань (яке включає булінг) протягом усього часу праці [2].
Systematic Reviews	Meta-аналіз	поширеність булінгу в робочому середовищі — близько 15 % [4].
DPWES	Данія	8,3 % респондентів заявили, що були жертвами булінгу протягом останнього року [5].
Federal Institute for Occupational Safety and Health, BAuA	Німеччина	У залежності від критеріїв (частота, джерело), загальна поширеність булінгу до 17,1 %, тяжкого булінгу (принаймні щотижня) — менш поширена [3].
Медичний персонал	Саудівська Аравія	серед працівників лікарень велика частка зазнавала булінгу — винятково вербальні форми дуже високий відсоток. Приклади: вербальна образа — 98,1 % випадків того, що було зафіксовано; інші форми теж присутні [1].

Відтак, аналітичний огляд досліджень показав, що у різних країнах і галузях статистика трохи відрізняється, залежно від методології (наприклад, чи включають лише випадки, коли люди ідентифікують себе жертвами, чи описують конкретні акти, чи враховують частоту, чи за минулий рік тощо). Але усі ці дані підтверджують, що булінг – це не поодинокий випадок, а поширене явище.

Булінг (цькування) – це соціальна проблема, пов’язана з поведінкою людей у межах соціальних груп (школи, робочого середовища тощо). Так, в умовах розвитку концепції корпоративної соціальної відповідальності (КСВ) протидія булінгу стає важливим елементом етичної політики компаній. Бізнес, що декларує відповідальність перед своїми працівниками та суспільством, не може ігнорувати проблему цькування. Впровадження механізмів попередження та реагування на булінг, не лише прояв гуманістичних цінностей, а й стратегічна інвестиція у людський капітал, яка формує конкурентні переваги та сприяє сталому розвитку організації.

Так, у рамках концепції корпоративної соціальної відповідальності протидія булінгу повинна розглядатися як важливий стратегічний напрям, що поєднує турботу про персонал із досягненням сталого розвитку компанії. А

отже, можна виокремити низку рекомендацій для бізнесу щодо розвитку корпоративної соціальної відповідальності в контексті проблеми булінгу:

1. Формування корпоративної політики протидії булінгу, а саме розробка внутрішніх регламентів та кодексу етики та чітке визначення понять «булінг» та «мобінг» у документах компанії.
2. Навчання та підвищення обізнаності персоналу – проводити регулярні тренінги для керівників і співробітників та створення інформаційних кампаній про наслідки булінгу.
3. Впровадження механізмів анонімного повідомлення – це може бути гарячі лінії, електронні скриньки довіри тощо. При цьому, важливою є гарантія захисту від переслідування осіб, що повідомляють про випадки цькування.
4. Розвиток корпоративної культури взаємоповаги – через заохочення командної роботи, наставництва та підтримка психологічно безпечного клімату.
5. Систематичний моніторинг і звітність – включення показників протидії булінгу до нефінансової звітності та регулярна оцінка ефективності вжитих заходів.
6. Взаємодія із зовнішніми інституціями – це партнерство з профспілками, правозахисними організаціями та участь у міжнародних ініціативах з розвитку етичної бізнес-практики.

Відтак, проблема булінгу на робочому місці є не лише соціальним, але й економічним викликом для сучасних організацій. Вона негативно впливає на психоемоційний стан працівників, знижує їхню продуктивність, породжує конфлікти та підвищує плинність кадрів. У ширшому контексті це підриває репутацію компанії, зменшує її конкурентоспроможність та створює ризики фінансових втрат.

У межах концепції корпоративної соціальної відповідальності протидія булінгу має розглядатися як стратегічний пріоритет, що поєднує правовий, етичний та управлінський аспекти. Запровадження чіткої політики, системи превенції та моніторингу, формування культури взаємоповаги і прозорості звітності сприятиме не лише захисту прав працівників, а й розвитку стійкого, інноваційного та відповідального бізнесу.

Таким чином, боротьба з булінгом на робочому місці є невід’ємною складовою соціальної відповідальності організацій, а її ефективна реалізація здатна забезпечити довгострокові переваги як для компанії, так і для суспільства загалом.

Література

1. Al-Surimi K., et al. Prevalence of workplace bullying and its associated factors at a multi-regional Saudi Arabian hospital: a cross-sectional study. *Risk management and healthcare policy*. 2020. № 13 . pp. 1905-1914.
2. Harassment at work. *European Agency for Safety and Health at Work.*: <https://oshwiki.osha.europa.eu/en/themes/harassment-work> (дата звернення: 17.09.2025).
3. Lange S., et al. Workplace bullying among employees in Germany: prevalence estimates and the role of the perpetrator. *International Archives of Occupational and Environmental Health*. 2019). № 92 (2). pp. 237-247.
4. Nielsen M. B., Magerøy N., Gjerstad J., Einarsen S. Witnessing workplace bullying and the risk of depression. *Systematic Reviews*. 2023. № 12. pp. 1 – 8.
5. Ortega A., et al. Prevalence of workplace bullying and risk groups: a representative population study. *International archives of occupational and environmental health*. 2009. № 82 (3). pp. 417-426.

Волков Станіслав Сергійович

викладач циклової комісії з права
Білоцерківського фахового коледжу
Університету «Україна»

Пономаренко Тетяна Ігорівна

доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ НАСЛІДКИ МОБІНГУ ДЛЯ БАНКІВСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Сучасна банківська сфера характеризується високим рівнем відповідальності, інтенсивністю праці та постійною взаємодією як із клієнтами, так і всередині колективу. Мобінг, тобто систематичне психологічне цькування працівника колегами чи керівництвом, у такому середовищі може спричинити значні втрати для організації та суспільства.

По-перше, він веде до зниження продуктивності та професійної ефективності, адже жертви мобінгу страждають від стресу, втрачають мотивацію й здатність якісно виконувати службові обов'язки, що безпосередньо позначається на рівні обслуговування клієнтів та фінансових результатах банку. По-друге, зростає плинність кадрів: кваліфіковані

спеціалісти залишають робочі місця, що створює додаткові витрати на пошук, адаптацію й навчання нових працівників. По-третє, поширення мобінгу підриває корпоративну культуру та ділову репутацію банку, що може зменшити довіру клієнтів і партнерів, а отже — вплинути на конкурентоспроможність установи. По-четверте, затяжні конфлікти в колективі здатні призвести до збільшення кількості лікарняних, зростання витрат на медичне обслуговування та соціальні виплати. Нарешті, соціальний ефект мобінгу полягає в погіршенні психологічного клімату у професійному середовищі, що позначається не лише на окремому працівникові, а й на суспільному уявленні про престиж і надійність банківської професії.

Отже, мобінг у банківській діяльності — це не лише індивідуальна проблема, а й масштабний соціально-економічний виклик, який потребує комплексних заходів попередження та системного врегулювання.

Аналіз літератури показав нам великий інтерес науковців до проблеми мобінгу. Зокрема відомими є напрацювання закордонних (Heinz Leymann, Ståle Einarsen, Cary L. Cooper, Raymond J. K. M. van der Heijden та ін.) та українських (О. Адамчук, І. Лядський, І. Мищишин, С. Сімакова, С. Цюра та ін.) вчених.

Так, з Державної служби України з питань праці [2] відомо, що мобінг (цькування) — це «систематичні (повторювані) тривалі умисні дії або бездіяльність роботодавця, окремих працівників або групи працівників трудового колективу, спрямовані на приниження честі та гідності працівника, його ділової репутації, зокрема з метою набуття, зміни або припинення його трудових прав та обов'язків, які проявляються у формі психологічного та/або економічного тиску, із застосуванням засобів електронних комунікацій, створення ворожої та напруженої атмосфери, що змушує працівника недооцінювати власну професійну придатність».

У банківській сфері, де професійна діяльність працівників пов'язана з високою відповідальністю, чітким дотриманням правил та інтенсивною комунікацією, мобінг може проявлятися у різних формах, кожна з яких має специфічні наслідки для організації та її персоналу [2]:

- авторитарний мобінг — у банках він проявляється у вигляді тиску керівника на підлеглих — наприклад, публічні приниження у корпоративних чатах, надмірний контроль або безпідставне зниження премій. Це призводить до страху, втрати ініціативності й високої плинності кадрів.

- зміщений мобінг — у банківських колективах може виникати ситуація, коли агресія, викликана невдоволенням клієнтів чи керівництва, переноситься на колегу, який не має відношення до проблеми. Це підриває атмосферу співпраці та довіри в команді.

•мобінг «посвяти» – коли нові працівники банку часто стикаються з випробуванням у вигляді іронії, ігнорування або додаткового навантаження з боку колег. Такі дії подаються як «перевірка на витривалість», але фактично створюють психологічний бар'єр для адаптації новачків.

•дискримінаційний мобінг – у банківському колективі це може бути спрямовано проти співробітників, які мають іншу культурну, релігійну чи соціальну приналежність, або ж відрізняються стилем роботи. Така форма руйнує принципи корпоративної етики та рівності.

•десигналізаційний мобінг – у банківських установах він виникає щодо співробітника, який повідомив керівництву про порушення — наприклад, шахрайські схеми чи недотримання фінансової безпеки. Колеги починають ізолювати його, ігнорувати чи створювати негативний імідж, сприймаючи як «зрадника».

•сексуальний мобінг – коли у банківському середовищі ця форма проявляється як небажані натяки, коментарі чи пропозиції сексуального характеру з боку колег або керівників. Вона не лише принижує гідність працівника, а й створює серйозні юридичні ризики для організації.

•відбірковий мобінг – його метою є усунення конкретного працівника з колективу, наприклад, через конкуренцію за кар'єрне підвищення. До жертви застосовують посилений психологічний тиск: поширення чуток, навмисне ігнорування, надмірне навантаження чи систематичну критику.

Разом з тим, кожна з форм мобінгу у банківській діяльності підриває не лише психологічний стан працівників, а й стабільність усієї організації, оскільки впливає на якість обслуговування клієнтів, корпоративну культуру та фінансову ефективність.

В свою чергу, такі прояви мобінгу можуть призвести до наступних соціально-економічних наслідків для банківської діяльності:

•зниження продуктивності праці – адже працівники, які зазнають цькування, втрачають мотивацію та здатність ефективно виконувати завдання, що знижує якість банківських послуг.

•плинність кадрів – через те, що жертви мобінгу часто залишають роботу, що призводить до додаткових витрат на пошук, навчання й адаптацію нових працівників.

•зростання витрат на охорону здоров'я та лікування – так як постійний стрес викликає психосоматичні захворювання, що збільшує кількість лікарняних днів і витрати на медичне забезпечення.

•руйнування корпоративної культури – коли атмосфера недовіри й ворожості у колективі знижує командну роботу та інноваційність, створюючи загрозу конфліктів.

•втрата ділової репутації – адже інформація про мобінг може стати відомою клієнтам чи партнерам, що підриває довіру до банку як надійної установи.

•зниження конкурентоспроможності – сукупність втрат (від падіння продуктивності до іміджевих ризиків) прямо впливає на фінансові результати та позиції банку на ринку

Відтак, можна виокремити низку практичних рекомендацій для керівників банку щодо психопрофілактики мобінгу в організації [1]:

1. Формувати ефективну організаційну культуру – у банку це означає підтримку сприятливого психологічного клімату, чіткі правила взаємоповаги, недопущення пліток та підбурювань у колективі

2. Реєструвати та документувати випадки мобінгу – у фінансових установах важлива прозорість, тому ведення офіційних звітів про інциденти допоможе швидко реагувати та попереджати подальше поширення цькування

3. Проводити корекційну роботу з жертвами – це включає створення атмосфери психологічної підтримки, навчання впевненій поведінці, розвиток навичок конструктивного спілкування, що дозволить постраждалому працівникові відновити впевненість і ефективність

4. Працювати з колективом для зниження агресивності – у банківському середовищі доцільно проводити тренінги з розвитку толерантності, емпатії та командної співпраці, щоб мінімізувати ризик повторних проявів мобінгу.

Таким чином, мобінг у професійній діяльності, зокрема у банківській сфері, є серйозною соціально-економічною проблемою, що має багатовимірні наслідки. Він не лише руйнує психологічний стан окремого працівника, провокуючи стрес, втрату мотивації та професійне вигорання, а й негативно впливає на організацію загалом: знижує продуктивність праці, підвищує плинність кадрів, створює ризики фінансових та іміджевих втрат. Атмосфера ворожості та недовіри у колективі підриває корпоративну культуру, що в банківській діяльності безпосередньо відображається на якості обслуговування клієнтів і конкурентоспроможності установи.

Отже, мобінг – це не приватна проблема міжособистісних відносин, а масштабний виклик, який потребує системних заходів профілактики, чіткої управлінської політики та формування культури взаємоповаги. Лише комплексний підхід, що поєднує правове регулювання, організаційні рішення

та розвиток медіакомпетентності працівників, здатен мінімізувати негативні наслідки мобінгу та забезпечити стабільний розвиток банківської установи.

Література

1. Адамчук О. В. Поради керівнику щодо попередження та подолання мобінгу серед підлеглих. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2014. №2. С. 1–10.

2. Що таке мобінг? / Державна служба України з питань праці: офіційний веб-сайт. URL: https://pns.dsp.gov.ua/news/shcho-take-mobinh-2/?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 06.09.2025).

Завгородній Ерик Олександрович,
студент 2 курсу магістратури
Дніпровського державного технічного університету

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі політології,
доцент кафедри соціально-психологічних і гуманітарних наук
Редькіна Ганна Михайлівна

МОБІНГ В УКРАЇНІ: ОЗНАКИ, НАСЛІДКИ, МЕХАНІЗМИ ЗАХИСТУ

В Україні все частіше можна почути про випадки мобінгу на роботі, або ж цькування працівника з боку його колег, підлеглих або керівництва, яке вчиняється з метою приниження гідності співробітника. Донедавна це питання замовчувалося та не виносилося на публіку, але 1 грудня 2022 року Верховна Рада України прийняла закон № 5749 про мобінг, який передбачає відповідальність за цькування і приниження на роботі [1].

Актуальність цієї теми важко переоцінити, оскільки мобінг є серйозною загрозою для здорової атмосфери в трудовому колективі та продуктивності праці [2]. Це явище завдає глибокої психологічної шкоди працівникам, призводячи до стресу, тривоги, зниження самооцінки та професійного вигорання [5]. Наслідки цькування негативно позначаються не лише на жертві, а й на соціально-психологічному кліматі установи в цілому, створюючи напружену, ворожу та образливу атмосферу, що змушує людину недооцінювати власну професійну придатність і може призвести до звільнення цінних кадрів [3, 5].

Зростання кількості офіційних звернень до Державної служби з питань праці щодо мобінгу свідчить про масштаби проблеми [4]. Ухвалення спеціального законодавства та подальші кроки для розблокування механізмів

його виконання, навіть в умовах воєнного стану, підкреслюють гостроту питання та рішучість держави захищати права працівників від утисків на робочому місці.

Незважаючи на те, що явище мобінгу на робочому місці є відносно новою сферою для вітчизняної науки, останнім часом воно опиняється в центрі уваги як науковців, так і законодавців. Аналіз наукових джерел демонструє міждисциплінарний характер цієї проблеми, що вивчається на перетині юриспруденції, психології, соціології та теорії управління. Сам термін має психологічне коріння: його ввів у науковий обіг шведський дослідник Хайнц Лейманн у 1980-х роках, визначивши це явище як психологічний терор. Сучасні українські науковці, зокрема Т.Красюк та А.Федорченко, зосереджують свою увагу на аналізі ефективності нововведених правових норм, при цьому висвітлюючи наявні недоліки, як-от відсутність чіткого алгоритму дій для роботодавця у разі виявлення цькування. Водночас у працях як українських, так і зарубіжних авторів глибоко аналізуються першопричини, форми прояву та руйнівні наслідки мобінгу.

Мобінг є діянням роботодавця або окремих працівників трудового колективу, які спрямовані на приниження гідності та честі працівника, його професійної репутації у формі психологічного та економічного тиску, зокрема, зі застосуванням засобів електронних комунікацій, створення стосовно нього напруженої, ворожої, образливої атмосфери, зокрема, що змушує особу недооцінювати власну професійну придатність та зміни місця роботи.

Основними ознаками мобінгу є діяння, які постійно повторюються, існування чітко визначених сторін – потерпілий, кривдник та спостерігач, бездіяльність чи дії кривдника, які призводять до приниження, заподіяння моральної шкоди, страху, тривоги або навіть спричинення соціальної ізоляції потерпілого на роботі, примушування змінити місце роботи.

Це може бути нерівна оплата праці, погрози та залякування, висміювання, безпідставне позбавлення премій та бонусів, нерівномірний розподіл навантаження, зневажливі та образливі слова, негативне виокремлення працівника з колективу, зниження кваліфікації, наклеп, позбавлення перспектив кар'єрного зростання.

Варто пам'ятати, що працівникові, який потерпає від утисків під час виконання трудових обов'язків відповідно до положень статті 5-1 КзпП України гарантовано правовий захист від мобінгу (цькування), дискримінації, упередженого ставлення у сфері праці, захист честі та гідності працівника під час здійснення ним трудової діяльності, а також забезпечення особам, які зазнали таких дій та / або бездіяльності, права на звернення за захистом своїх прав.

Працівник, який відчуває приниження і цькування на роботі, має право:

1. Звернутись з скаргою до Управління Державної служби з питань праці, яке реалізує державну політику у сфері нагляду та контролю за дотриманням законодавства про працю.

2. Звернутись з позовною заявою до суду щодо визнання фактів цькування та їх усунення (без подальшого припинення працівником трудової діяльності на період розгляду провадження у справі).

3. Отримати відшкодування шкоди, заподіяної внаслідок мобінгу у розмірі витрат, які понесла особа під час лікування (відшкодування шкоди, заподіяної внаслідок заподіяння мобінгу можливе у разі підтвердження факту його вчинення на підставі судового рішення, що набрало законної сили).

4. Розірвати трудовий договір у визначений ним строк за власним бажанням, якщо роботодавець не виконує законодавство про працю, умови колективного чи трудового договору та продовжує чинити мобінг.

Адміністративна відповідальність за вчинення мобінгу: відповідно до статті 173-5 Кодексу України про адміністративні правопорушення вчинення мобінгу (цькування) працівника – тягне за собою накладення штрафу на громадян від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від двадцяти до тридцяти годин і накладення штрафу на фізичних осіб – підприємців, які використовують найману працю, посадових осіб – від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від тридцяти до сорока годин. Діяння, передбачене частиною першою цієї статті, вчинене групою осіб або особою, яку протягом року було піддано адміністративному стягненню за таке ж порушення, – тягне за собою накладення штрафу на громадян від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від тридцяти до п'ятдесяти годин і накладення штрафу на фізичних осіб – підприємців, які використовують найману працю, посадових осіб – від двохсот до чотирьохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від сорока до шістдесяти годин.

Підсумовуючи викладене, можна стверджувати, що проблема мобінгу в Україні пройшла шлях вбід замовчуваного соціально-психологічного явища до визнаної на законодавчому рівні правової проблеми. Ухвалення у 2022 році спеціальних нормативно-правових актів стало вирішальним кроком у захисті прав працівників, надавши чітке визначення цькуванню, окресливши його характерні ознаки та, що найважливіше, запровадивши конкретні механізми захисту та адміністративну відповідальність для кривдників. Це перевело боротьбу з мобінгом із площини корпоративної етики в площину правового регулювання. Аналіз показує, що законодавча база створила необхідний

фундамент: тепер потерпілі мають чіткі інструменти для дій, зокрема можливість звернення до Державної служби з питань праці та суду, право на відшкодування шкоди та розірвання трудового договору на пільгових умовах. Водночас, як зазначають дослідники, ефективність цих механізмів напряду залежатиме від практики їхнього застосування, готовності роботодавців впроваджувати превентивні заходи та загальної обізнаності працівників про свої права. Проте, лише юридичних важелів недостатньо. Мобінг є глибоко соціальною проблемою, що руйнує не тільки кар'єру та психологічне здоров'я окремої людини, але й отруює атмосферу всього колективу, знижуючи його продуктивність та репутацію організації. Тому подальша боротьба з цим явищем має бути комплексною і, окрім правозастосування, повинна включати:

- на рівні організацій розробку та впровадження внутрішніх політик нульової толерантності до мобінгу, створення прозорих каналів для скарг, проведення тренінгів для керівників та персоналу щодо ідентифікації та протидії цькуванню;

- на рівні суспільства: просвітницьку роботу для подолання стереотипів та підвищення рівня правової культури, аби жертви не боялися звертатися за допомогою, а свідки не залишалися байдужими.

Отже, хоча Україна зробила значний прогрес у протидії мобінгу, попереду лежить складний шлях формування культури взаємоповаги та гідності на кожному робочому місці. Успіх цієї боротьби є запорукою не лише захисту прав окремого працівника, а й побудови здорового, конкурентоспроможного та європейського ринку праці.

Література

1. Мобінг – поняття, ознаки, причини та яке покарання чекає кривдника за вчинення мобінгу. URL: <https://legalaidd.gov.ua/publikatsiyi/mobing-ponyattya-oznaky-prychyny-ta-yake-pokarannya-chekaye-kryvdnyka-za-vchynennya-mobingu/> (дата звернення 05.09.2025).

2. Мобінг може стати серйозною загрозою для ефективності та гармонії в трудовому колективі. URL: <https://pns.dsp.gov.ua/news/mobinh-mozhe-staty-serioznoiu-zahrozoiu-dlia-efektyvnosti-ta-harmonii-v-trudovomu-kolektyvi/> (дата звернення 09.09.2025).

3. Мобінг на роботі: нові підстави для звільнення та відповідальність роботодавця. URL: <https://eba.com.ua/mobing-na-roboti-novi-pidstavy-dlya-zvilnennya-ta-vidpovidalnist-robotodavtsya/> (дата звернення 09.09.2025).

4. Мобінг на робочому місці: Рада повернула перевірки та штрафи для роботодавців. URL: <https://suspilne.media/995597-mobing-na-robocomu-misci-rada-povernula-perevirki-ta-strafi-dla-robotodavciv/> (дата звернення 09.09.2025).

5. Форми мобінгу та його наслідки. URL: <https://smu.dsp.gov.ua/news/formy-mobinhu-ta-yoho-naslidky/> (дата звернення 09.09.2025).

Карпан Наталія Юріївна,
студентка 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Пономаренко Тетяна Ігорівна

ПРОФЕСІЙНІ ЯКОСТІ ПСИХОЛОГА ЯК РЕСУРС ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ

Наразі, в умовах сучасного розвитку, проблема булінгу набуває особливої гостроти, оскільки вона безпосередньо впливає на психологічне благополуччя, соціальну адаптацію та особистісний розвиток дітей і молоді. Освітнє середовище, яке має виконувати функцію підтримки, розвитку та соціалізації, нерідко перетворюється на простір, де учні стикаються з агресією, приниженням і соціальною ізоляцією. У цьому контексті фігура практичного психолога виступає ключовою у попередженні, виявленні та подоланні проявів булінгу.

Так. професійні якості психолога, а саме його комунікативна компетентність, емпатійність, стресостійкість, рефлексивність та здатність до конструктивної взаємодії, виступають не лише характеристиками ефективності професійної діяльності, але й важливим ресурсом протидії насильницьким проявам у шкільному колективі. Вони забезпечують здатність спеціаліста адекватно оцінювати соціально-психологічну ситуацію, будувати партнерську взаємодію з усіма учасниками освітнього процесу та створювати умови для формування культури ненасильницького спілкування.

Науково-практичний інтерес до дослідження професійних якостей психолога у контексті протидії булінгу зумовлений необхідністю посилення превентивного та корекційного потенціалу освітніх інституцій, а також потребою у розробці ефективних програм професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців. Таким чином, вивчення професійних якостей психолога як ресурсу протидії булінгу є актуальним як у науковому, так і в практичному вимірі.

В своїх роботах проблемою вивчення професійних якостей психолога займалися: А. С. Борисюк, О. Ф. Бондаренко, Ж. П. Вірна, А. Б. Коваленко, Т.

В. Кобилянська, С. Д. Максименко, Л. П. Овсянецька, Л. Е. Орбан-Лембрик, Н. І. Пов'якель, В. А. Семиченко, С. М. Сошенко, Л. Г. Терлецька, Н. В. Чепелева та ін..

Спершу варто почати з того, що під професійними якостями розуміють сукупність особистісно-професійних рис, набуття яких відбувається у процесі навчальної діяльності, а їх подальший розвиток уможливорює набуття компетенцій, здатності до високоякісної фахової діяльності особистості в різних сферах [3, с. 163].

На жаль результати досліджень показують, що більшість майбутніх психологів повною мірою не відповідає вимогам професії через несформованість професійно важливих якостей, що вимагає пошуку оптимального поєднання здобуття професійних знань та розвитку якостей особистості[1]. В свою чергу до таких якостей вчені відносять [1]:

Табл. 1

Професійно важливі якості психолога

Якості	Сутність
Емоційні	Емпатія Емоційна стійкість Самостійність рішень і дій –
Комунікативні	Комунікабельність Лідерство Етика взаємодії – Загальна культура Зовнішня культура
Когнітивні	Здатність до накопичення і оновлення професійного досвіду Здатність до творчого застосування професійного досвіду – Культура мислення й мови
Мотиваційні	Гуманність Авторитетність Працездатність –
Практичні	Спрямованість Організованість і зібраність Відповідальність і старанність – Дисциплінованість Ініціативність
Рефлексивні	Здатність до саморегуляції Здатність до адекватної самооцінки Справедливість і чесність
Інноваційні	Оптимізм Завзятість Підприємливість Рішучість

Відтак, для ефективної протидії булінгу психологу необхідні передусім такі професійні якості: емпатія яка дозволяє розуміти емоційний стан жертви, агресора та свідків, що є основою адекватної допомоги; емоційна стійкість забезпечує збереження професійної рівноваги у стресових та конфліктних ситуаціях. Комунікабельність дозволяє налагоджувати ефективний контакт з дітьми, батьками та педагогами, а етика взаємодії гарантує довіру, конфіденційність і повагу до всіх учасників освітнього процесу; самостійність рішень і дій важлива під час оперативного реагування на випадки булінгу, а ініціативність і творче застосування професійного досвіду допомагають впроваджувати нові методики та адаптувати їх до конкретних ситуацій; гуманність спрямовує діяльність психолога на цінність кожної особистості, а справедливість і чесність формують довіру з боку дітей і дорослих; саморегуляція та адекватна самооцінка забезпечують уникнення емоційного вигорання та помилок у роботі; авторитетність і здатність до накопичення й оновлення професійного досвіду підвищують ефективність психолога як ресурсної особистості у системній протидії булінгу.

Також варто зазначити, що психологи, які реалізують свою професійну діяльність у медійному просторі [2] нерідко стикаються з булінгом в свою адресу, який називають хейтом. Така діяльність потребує високого розвитку гнучкості поведінки, креативності та рефлексії фахівця.

Отже, професійні якості психолога виступають ключовим ресурсом у протидії булінгу, забезпечуючи ефективне виявлення, попередження та подолання насильницьких проявів у освітньому середовищі. Емпатія, емоційна стійкість, комунікативні та етичні компетентності, здатність до самостійних рішень і творчого застосування професійного досвіду формують основу діяльності психолога як фахівця, здатного не лише підтримати постраждалих, а й сприяти формуванню безпечного, гуманного та справедливого середовища для всіх учасників освітнього процесу. Таким чином, розвиток і вдосконалення професійних якостей психолога є необхідною умовою підвищення ефективності превентивної та корекційної роботи з протидії булінгу.

Література

1. Кобилянська Т. В. Особистісні та професійно важливі якості майбутнього психолога. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2018. № 74. С. 78-80.
2. Пономаренко Т. І. Особливості побудови зворотного зв'язку в онлайн комунікації психолога при груповій взаємодії. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія No 12. Психологічні науки*. 2019. №8(53). С. 66 – 75.

3. Поночовна-Рисак Т. М., Яценко Л. М. Поняття «професійні якості» як складова фахової підготовки майбутніх спеціалістів. *Збірник наукових праць «Педагогічні науки»*. 2016. № 2 (74). С. 159-163.

Пономаренко Тетяна Ігорівна
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

КІБЕРБУЛІНГ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦЯ

Кібербулінг у професійній діяльності фахівця є надзвичайно актуальною проблемою сучасного суспільства, адже цифровізація та активне використання інформаційно-комунікаційних технологій призвели до того, що робоче середовище значною мірою перемістилося у віртуальний простір. Це створює не лише нові можливості для спілкування, співпраці та розвитку, а й породжує ризики психологічного тиску, цькування та приниження через інтернет.

Відтак, актуальність кібербулінгу у професійній діяльності обумовлюється кількома чинниками. По-перше, він безпосередньо впливає на ефективність роботи: працівник, який зазнає агресії в онлайн-просторі, втрачає концентрацію, мотивацію та здатність приймати раціональні рішення. По-друге, кібербулінг руйнує корпоративну культуру та атмосферу довіри в колективі, що може призводити до конфліктів, плинності кадрів і зниження продуктивності. По-третє, проблема має правові та етичні виміри: роботодавець зобов'язаний забезпечити безпечне середовище для професійної діяльності, а толерантність до проявів кібербулінгу шкодить іміджу організації та її конкурентоспроможності. По-четверте, актуальність зумовлена й тим, що у професійній сфері дедалі частіше застосовуються дистанційні форми роботи, а отже, ризик онлайн-цькування зростає.

У цьому контексті фахівець має володіти не лише професійними компетентностями, а й навичками цифрової безпеки, критичного мислення та стресостійкості, аби протидіяти негативним впливам. Таким чином, кібербулінг у професійному середовищі є не просто приватною проблемою окремого працівника, а системним викликом для сучасних організацій, що вимагає комплексних заходів профілактики, правового регулювання та формування культури поваги у віртуальній взаємодії.

Аналіз наукових джерел продемонстрував інтерес закордонних (П. Агатстон, Р. Ковальські, С. Лімбер, Д. Олвеус, М. Робін та ін.) та вітчизняних

(А. Запорожець, т. Миронюк, Г. Мозгова, Л. Найдьонова, Л. Помиткіна, М. Фадєєва та ін.) вчених до проблеми кібербулінгу..

За визначенням ЮНІСЕФ кібербулінг –це «булінг із застосуванням цифрових технологій. Він може відбуватися в соціальних мережах, платформах обміну повідомленнями (месенджерах), ігрових платформах та мобільних телефонах. Це неодноразова поведінка, спрямована на залякування, провокування гніву чи приниження тих, проти кого він спрямований»[1].

Кібербулінг у професійній діяльності має низку особливостей, які виокремлюють його серед інших форм міжособистісних конфліктів та підкреслюють небезпеку для працівників і організацій. Аналіз наукових праць і публікацій [2; 3; 5] дозволяє виділити кілька ключових характеристик:

- специфіка віртуального середовища, де на відміну від традиційного булінгу, кібербулінг у професійній сфері відбувається за допомогою електронних засобів комунікації — корпоративних чатів, електронної пошти, соціальних мереж. Це створює відчуття «анонімності» та зменшує контроль за поведінкою працівників, що підвищує ризик агресії.

- розширення аудиторії адже будь-яке повідомлення, спрямоване на приниження колеги, може миттєво стати доступним широкому колу співробітників або навіть вийти за межі організації. Це посилює психологічний тиск на жертву й одночасно формує негативний імідж компанії.

- часові й просторові рамки – кібербулінг у професійній діяльності не обмежується робочим часом чи офісним простором. Працівник може отримувати образливі чи погрозливі повідомлення вдома, у вихідні чи під час відряджень, що ускладнює відновлення емоційної рівноваги.

- асиметрія сил – як зазначається у фахових джерелах, нерівність може проявлятися як у службовому становищі (керівник – підлеглий), так і у володінні цифровими інструментами. Це створює умови, коли жертва не має рівних можливостей для захисту.

- стійкі психологічні наслідки – науковці наголошують, що кібербулінг викликає тривогу, стрес, професійне вигорання, а іноді й рішення залишити робоче місце. Водночас свідки цькування теж відчувають напруження, що погіршує командну роботу та клімат у колективі.

- складність ідентифікації та припинення – у багатьох випадках кібербулінг прихований: наприклад, приватні повідомлення чи закриті групи у месенджерах. Це ускладнює виявлення та своєчасне реагування з боку керівництва або служби безпеки організації.

Отже, особливості кібербулінгу в професійній діяльності полягають у технологічній зумовленості, масштабності, розмитості меж робочого простору

й часу, нерівності сил та значних психологічних наслідках. Саме ці риси роблять його небезпечним явищем, яке потребує не лише індивідуальної стратегії подолання, а й системних корпоративних заходів протидії.

Відтак, можна навести наступні приклади кібербулінгу у професійній діяльності різних спеціалістів:

- *психолог*: у соціальних мережах клієнт чи колеги залишають образливі коментарі під професійними публікаціями, поширюють чутки про некомпетентність, створюють меми, що дискредитують його як фахівця.
- *юрист*: опоненти у справі розсилають через електронну пошту чи месенджери погрози й образи, створюють фейкові акаунти для публічного приниження, поширюють недостовірну інформацію про програні судові процеси.
- *працівник банку*: клієнти чи конкуренти пишуть агресивні повідомлення у корпоративному чаті або на офіційній сторінці банку, публікують негативні пости із персональними даними співробітника, що підриває його професійну репутацію.

Таким чином, кібербулінг у професійній діяльності фахівця є складним і небезпечним явищем, яке негативно впливає не лише на окрему особу, а й на колектив та ефективність роботи організації загалом. Його особливості (навмисність, систематичність, асиметрія сил, можливість широкого розголосу та стійкі психологічні наслідки) роблять проблему особливо актуальною у цифрову добу. Для спеціаліста будь-якої сфери кібербулінг означає втрату професійного авторитету, зниження працездатності та ризик емоційного вигорання. Для організації це загрожує зниженням продуктивності, руйнуванням корпоративної культури та погіршенням іміджу. Саме тому протидія кібербулінгу має стати важливим завданням сучасного професійного середовища: необхідні як індивідуальні стратегії захисту працівників, так і системні заходи на рівні організаційної політики, правового регулювання та формування культури цифрової етики та високої медіакомпетентності фахівців[4].

Література

1. Кібербулінг: що це таке і як з ним боротися / UNICEF Україна. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/cyberbullying> (дата звернення: 04.09.2025).
2. Миронюк Т. В., Запорожець А. К. Кібербулінг в Україні – соціально небезпечне явище чи злочин: визначення та протидія. *Юридичний часопис Національної академії внутрішніх справ*. 2018. № 2 (16). С. 275 – 284.
3. Пономаренко Т. І. «Хейт» в професійній діяльності психолога в медійному просторі. *Кіберпсихологія в інформаційному суспільстві: підтримка, навчання, розвиток*: матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-

конференції.

URL: [https://newlearning.org.ua/sites/default/files/tezy/2024_2/Ponomarenko Tetiana_2024.pdf](https://newlearning.org.ua/sites/default/files/tezy/2024_2/Ponomarenko_Tetiana_2024.pdf)

4. Ponomarenko T., Zelenin V. Media competence as a factor of professional self-realization of a practical psychologist. *New stages of development of modern science in Ukraine and EU countries*. Riga, Latvia: "Baltija Publishing", 2019, P. 357 – 373.

5. Pretus C., Ray J. L., Granot, Y., Cunningham, W. A., & Van Bavel, J. J.. The psychology of hate: Moral concerns differentiate hate from dislike. *European Journal of Social Psychology*. 2022. P. 1–18.

Самойленко Лариса Яківна

кандидат наук з державного управління, доцент,
доцент кафедри менеджменту та державної служби
Черкаського національного університету
імені Богдана Хмельницького

ЛІДЕРСТВО І СТИЛЬ УПРАВЛІННЯ ЯК ДЕТЕРМІНАНТИ ВИНИКНЕННЯ АБО ЗАПОБІГАННЯ МОБІНГУ В СИСТЕМІ ПУБЛІЧНОЇ СЛУЖБИ

Проблема лідерства та стилю управління як детермінант виникнення або запобігання мобінгу в системі публічної служби є надзвичайно актуальною в умовах сучасного розвитку публічного управління. Зростаюча складність управлінських процесів, високі вимоги до ефективності роботи державних органів та інтенсифікація соціально-психологічних факторів взаємодії працівників створюють передумови для виникнення конфліктів і формування психологічно деструктивних явищ, таких як мобінг.

Мобінг у публічному секторі – це систематичний психологічний тиск, приниження або дискримінаційні дії з боку керівництва чи колег, що негативно впливають на мотивацію, продуктивність працівників та загальний клімат організації [4]. Дослідження вказують, що ефективне лідерство та адекватний стиль управління можуть слугувати як чинниками ризику виникнення мобінгу, так і механізмами його запобігання [3].

В умовах публічної служби, де професійна етика, прозорість і ефективність управлінських рішень є ключовими критеріями діяльності, особливу роль відіграє стиль керівництва. Авторитарні, тиранічні та непрозорі підходи підвищують ризик психологічного тиску, тоді як демократичні та трансформаційні стилі управління сприяють створенню безпечного

психологічного середовища, розвитку професійних компетенцій та мотивації працівників [1].

Соціально-політичні зміни в Україні, зокрема реформи державної служби та посилення вимог до прозорості й підзвітності публічних органів, підвищують значення дослідження лідерських практик як інструменту запобігання мобінгу. Виявлення детермінант мобінгу та розробка рекомендацій щодо оптимізації стилю управління мають практичне значення для підвищення ефективності державних службовців та формування здорового робочого середовища [1].

Наукові дослідження українських авторів свідчать, що лідерство та стиль управління визначають психологічний клімат у публічних організаціях та впливають на рівень мобінгу. Філіппова [4] підкреслює, що мобінг і харасмент формуються під впливом стилю керівництва та організаційної культури. Гражданнікова [3] відзначає, що соціально-психологічні чинники значною мірою визначають можливість подолання мобінгу, включно з підтримкою відкритої комунікації та розвитку підлеглих. Бондаренко [2] наголошує на необхідності запровадження етичних стандартів та прозорих процедур оцінювання для мінімізації психологічного тиску в організаціях. Мельничук [4] та Бевз [1] зазначають, що формування професійних компетенцій та підтримка персоналу є ключовими механізмами запобігання конфліктності і мобінгу.

Таким чином, літературні джерела підкреслюють, що взаємозв'язок між стилем управління та проявами мобінгу є критично важливим для розвитку організаційної культури та ефективності публічних служб.

Лідерство у публічному секторі визначається як здатність керівника не лише впливати на поведінку та мотивацію працівників, а й формувати організаційну культуру, стратегічні пріоритети та психологічний клімат всередині колективу. У публічній службі, де ефективність діяльності вимірюється критеріями прозорості, підзвітності та відповідності стандартам, роль лідера набуває особливої ваги, оскільки саме він визначає рамки допустимої поведінки, моделює взаємодію між працівниками та впливає на рівень довіри та психологічної безпеки [4].

Стиль управління у цьому контексті розглядається як комплекс поведінкових моделей керівника, що відображає його цінності, управлінські пріоритети та підходи до організації робочого процесу. Науковці виділяють кілька базових стилів управління, кожен із яких має специфічний вплив на виникнення або запобігання мобінгу. Авторитарний стиль характеризується централізацією прийняття рішень, високим рівнем контролю та обмеженням ініціативи підлеглих. Такі умови створюють передумови для психологічного тиску, приниження, формування страху та конфліктності в колективі, що, у свою чергу, підвищує ризики появи мобінгу [3].

Демократичний стиль управління, навпаки, передбачає активну участь підлеглих у процесі прийняття рішень, відкритість комунікацій та заохочення ініціативи. Це сприяє формуванню довіри, розвитку колективної відповідальності та конструктивного вирішення конфліктів. Демократичне лідерство не лише зменшує ймовірність проявів мобінгу, але й підвищує мотивацію працівників, створюючи середовище, у якому психологічне насильство та дискримінація стають неприйнятними [2].

Особливу увагу сучасні дослідження приділяють трансформаційному лідерству, яке акцентує на розвитку професійних компетенцій підлеглих, їхній самореалізації та активному включенні у стратегічні процеси організації. Трансформаційні лідери формують довіру, стимулюють самостійність та креативність працівників, що значно знижує ризики психологічного насильства та деструктивної поведінки в колективі. На практиці трансформаційне лідерство в публічних органах проявляється у створенні програм наставництва, системах професійного розвитку та механізмах регулярного зворотного зв'язку [1].

Мобінг у публічних організаціях виникає під впливом комплексного поєднання структурних, психологічних та лідерських факторів. Структурні фактори включають централізовану ієрархію, непрозорі процедури оцінювання, обмежені механізми ротації кадрів та відсутність системи підтримки. Психологічні чинники – це конфлікти цінностей, стресова перевантаженість, низька емоційна компетентність працівників та недовіра між колегами. Лідерські чинники полягають у використанні авторитарного стилю управління, ігноруванні потреб підлеглих та недостатній увазі до розвитку їхніх професійних компетенцій [3].

Запобігання мобінгу в публічних організаціях потребує системного та комплексного підходу. Ключовими складовими такого підходу є впровадження етичних стандартів та кодексів поведінки, прозорих процедур оцінювання діяльності, а також наявність доступних механізмів психологічної підтримки та консультування працівників. Поєднання демократичного та трансформаційного стилю управління дозволяє формувати безпечне психологічне середовище, знижує рівень конфліктності, підвищує мотивацію та ефективність роботи організації в цілому. Практично це проявляється через організацію регулярних нарад з обговорення робочих процесів, впровадження систем наставництва, програм професійного розвитку та активне залучення працівників до прийняття рішень, що формує культуру взаємоповаги та довіри [1].

Таким чином, лідерство та стиль управління виступають не лише інструментами організаційного впливу, а й визначальними факторами формування психологічного клімату в публічних організаціях. Усвідомлення

механізмів впливу керівника на колектив і свідомий вибір управлінського стилю є ключовими передумовами запобігання мобінгу, підвищення ефективності діяльності працівників та розвитку професійної культури у системі публічної служби.

Лідерство та стиль управління визначають характер взаємодії всередині колективу і є основними детермінантами виникнення або попередження мобінгу. Демократичний та трансформаційний стилі управління сприяють створенню психологічно безпечного середовища, розвитку професійних компетенцій працівників і підвищенню їх продуктивності. В умовах реформування публічної служби в Україні формування ефективних управлінських практик набуває критичного значення для забезпечення стабільності організаційних процесів і результативності роботи державних службовців.

Література

1. Бевз Г. М., Мельничук Т. М. Мотивація до усиновлення та прийомного батьківства як чинник прогностики їх успішності. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2016. № 44. С. 240–245.
2. Бондаренко О. С. Концепція кримінально-правової протидії корупції в Україні: монографія. Суми: Сумський державний університет, 2021. 472 с.
3. Гражданнікова К. В. Соціально-психологічні чинники подолання мобінгу у педагогічному середовищі. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*. 2021. № 2. С. 45–52.
4. Філіппова В. Д., Філіппова В. В. Мобінг і харасмент як детермінанти міжособистісних відносин у структурах державного органу. *Теорія та практика державного управління і місцевого самоврядування*. 2021. № 1. С. 1 – 16.

Семенюк Алла Валеріївна,
студентка 3 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
доктор філософії у галузі психології,
завідувачка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Пономаренко Тетяна Ігорівна

ОСОБЛИВОСТІ БУЛІНГУ ФАХІВЦІВ КОНТАКТ-ЦЕНТРУ

В умовах глобалізації та цифровізації сфера обслуговування зазнає динамічного розвитку, серед якого особливе місце займають контакт-центри як ключова ланка взаємодії між організацією та клієнтом. Діяльність фахівців контакт-центру відзначається високим рівнем емоційного навантаження, монотонністю та інтенсивністю комунікацій, що у поєднанні з низкою організаційних чинників створює підґрунтя для виникнення та поширення різних форм психологічного тиску й булінгу.

Проблематика булінгу в професійному середовищі є предметом уваги як зарубіжних, так і вітчизняних дослідників, однак переважна більшість робіт зосереджується на освітньому просторі чи традиційних офісних структурах. Натомість специфіка професійної діяльності працівників контакт-центрів, що передбачає жорстку регламентацію робочого процесу, постійний контроль продуктивності, високий рівень залежності від емоційного стану клієнтів та обмежені можливості самовираження, зумовлює особливі прояви булінгу, які залишаються недостатньо вивченими.

Дослідження особливостей булінгу у сфері контакт-центрів є важливим як у науковому, так і в практичному аспектах. З наукової точки зору воно сприятиме поглибленню уявлень про психологічні ризики в умовах новітніх форм зайнятості та розвитку концепцій професійного благополуччя. З практичної – дозволить удосконалити підходи до управління персоналом, профілактики деструктивних комунікативних практик, формування сприятливого соціально-психологічного клімату та збереження психічного здоров'я працівників.

Професійна діяльність фахівців контакт-центрів безпосередньо пов'язана з постійною комунікацією з клієнтами, що робить міжособистісну взаємодію головним інструментом виконання службових обов'язків. Специфіка цього виду роботи зумовлює підвищену вразливість працівників до психологічного тиску, адже вони перебувають у ситуації емоційної нерівності: з одного боку, клієнт як суб'єкт звернення має право висловлювати свої претензії та очікування, а з іншого – фахівець зобов'язаний дотримуватися стандартів ввічливості, стриманості й регламентованих сценаріїв спілкування [3].

У таких умовах нерідко виникають випадки агресивної, принизливої чи ворожої поведінки клієнтів, які можна розглядати як прояви булінгу. Це може включати вербальні образи, погрози, нав'язування почуття провини, маніпулятивні дії або систематичне знецінювання професійних зусиль працівників. Постійний контакт з подібними формами комунікативного насильства не лише підвищує рівень професійного вигорання, а й призводить до погіршення психологічного клімату у робочому середовищі.

Отже, саме комунікація з клієнтами, яка є невід'ємною складовою професійної діяльності фахівців контакт-центру, водночас виступає і основним каналом, через який проявляються форми булінгу, що потребує ґрунтовного вивчення та розробки ефективних механізмів профілактики.

Це також підтверджують результати проведеного опитування серед працівників контакт-центру. Так, близько 70% фахівців засвідчили, що переживали ситуації булінгу з боку клієнтів, які проявлялися у форматі психологічного тиску, приниження та дискредитації самого працівника або організації та залякування/погрози залишити негативний відгук чи скаргу на роботу працівника з метою його звільнення, застосування дисциплінарного стягнення у вигляді догани і позбавлення премії.

Постійна взаємодія з клієнтами, серед яких трапляються випадки агресивної чи принизливої поведінки, створює додаткові психологічні ризики для працівників контакт-центрів. Системна профілактика та індивідуальні стратегії захисту від булінгу є необхідними умовами збереження професійного здоров'я та ефективності роботи. Так, можемо запропонувати низку практичних рекомендацій щодо запобігання та подолання ситуацій булінгу на робочому місці [1; 2; 3]:

- Формування стресостійкості – важливо практикувати техніки емоційної саморегуляції (короткі дихальні вправи, внутрішні паузи перед відповіддю), що допомагають знизити рівень емоційної напруги під час агресивних контактів.

- Використання стандартизованих скриптів – саме дотримання заздалегідь розроблених сценаріїв спілкування з «важкими клієнтами» знижує ризик особистої залученості та сприяє збереженню професійної дистанції.

- Розвиток навичок асертивності – через тренування впевненого стилю комунікації без переходу до конфлікту дозволяє зберігати контроль над розмовою та захищати власні межі.

- Звернення до супервізії чи підтримки колег – а саме обговорення складних випадків у колективі або з керівником допомагає знизити відчуття ізольованості та сприяє виробленню спільних стратегій реагування.

- Фіксація випадків булінгу – ведення внутрішніх записів чи повідомлення про агресивну поведінку клієнтів дозволяє керівництву вчасно виявляти проблемні ситуації й удосконалювати політику взаємодії з клієнтами.

- Психологічна підтримка – через використання ресурсів корпоративної психологічної допомоги (консультації, тренінги, програми ментального здоров'я) сприяє зниженню негативних наслідків регулярного контакту з булінгом.

Проблема булінгу у професійній діяльності фахівців контакт-центрів набуває особливої актуальності в умовах зростання ролі сервісних комунікацій у сучасному суспільстві. Постійна взаємодія з клієнтами, серед яких трапляються випадки агресивної чи принизливої поведінки, формує додаткові ризики для психоемоційного стану працівників та їхнього професійного благополуччя. Виявлено, що саме особливості робочого процесу — жорстка регламентація, контроль ефективності та необхідність збереження ввічливості у будь-яких ситуаціях — створюють умови, у яких булінг з боку клієнтів стає найбільш вираженим.

Усвідомлення цієї проблеми вимагає як індивідуальних стратегій подолання (розвиток стресостійкості, використання комунікативних скриптів, формування асертивності), так і системних рішень на рівні організаційної культури (супервізія, політика реагування на агресивних клієнтів, психологічна підтримка персоналу).

Отже, дослідження особливостей булінгу у сфері контакт-центрів має важливе наукове та практичне значення, адже його результати можуть бути використані для збереження психічного здоров'я працівників, підвищення ефективності їхньої роботи та створення більш безпечного й сприятливого професійного середовища.

Література

1. Карамушка Л. М., Гнускіна Г. В. Психологія професійного вигорання підприємців : монографія. Київ : Логос, 2018. 198 с.
2. Пономаренко Т.І. Копінг-стратегії як детермінанти ефективної комунікації в умовах професійного стресу. *Перспективи та інновації науки Серія Психологія*. 2025. № 7 (53). С. 1534 – 1545.
3. Bristow G., Munday M., Gripaio P. Call centre growth and location: Corporate strategy and the spatial division of labour. *Environment and Planning A*. 2000. № 32. pp. 519–538.

Сидоренко Юлія Вікторівна
аспірантка Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова,
викладачка психолого-педагогічних дисциплін,
КЗКОР «Білоцерківський гуманітарно-педагогічний
фаховий коледж»

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ МОБІНГУ У СУЧАСНОМУ ПРОФЕСІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

У сучасних умовах високої конкуренції та професійного стресу проблема мобінгу набуває особливої актуальності. Мобінг визначається як систематичний психологічний тиск, залякування або приниження працівника, що негативно впливає на його психічне та фізичне здоров'я, ефективність роботи та соціально-психологічний клімат у колективі. Профілактика мобінгу є пріоритетним завданням, оскільки сприяє збереженню благополуччя персоналу та підвищує стабільність і конкурентоспроможність організації.

Аналіз сучасних досліджень і публікацій, присвячених проблемі мобінгу в трудовому середовищі, засвідчує наявність низки важливих тенденцій, що дозволяють удосконалювати підходи до його вирішення. Зокрема, встановлено, що вагомим чинником у контексті виникнення та попередження мобінгу є організаційна культура. Підприємства, в яких домінує відкрита, підтримувальна та етично орієнтована корпоративна культура, значно рідше стикаються з проявами мобінгу, оскільки така атмосфера сприяє формуванню довіри, взаємоповаги та конструктивних міжособистісних відносин у колективі.

Термін «мобінг» походить від англійського слова «mob» - «натовп», і в основному відображає психологічний тиск та насильство, здійснені групою над конкретною особою. Подібні явища вперше були описані шведським психологом Ханцем Лейманом, який описав це явище як «психологічний терор», що проявляється у систематичному та ворожому ставленні до інших. Автор виділив 45 різних варіацій подібної поведінки у своїх дослідках. Термін «мобінг» як науковий термін був вперше введений у 1958 році К. Лоренцем. У сфері трудових відносин цей термін використав шведський психолог і медик Г. Лейман. У 80-х роках 20 століття в монографічному дослідженні «Мобінг, домагання на робочому місці» вчений визначив цю категорію як психологічний тиск на робочому місці, що проявляється у знущаннях, сварках, переслідуванні, плітках, інтригах, грубості, емоційному насильстві, сексуальному домаганні [5].

В Україні останніми роками спостерігається зростання випадків мобінгу у професійному середовищі, що проявляється у формі систематичного цькування з боку колег, підлеглих чи керівництва. Мобінг визначається як протиправні дії, спрямовані на приниження гідності та репутації працівника, які можуть виражатися через психологічний тиск, економічні обмеження чи використання електронних засобів комунікації. Такі практики створюють ворожу атмосферу, провокують емоційне напруження, знижують професійну ефективність та можуть спонукати працівника до переосмислення власних компетентностей і навіть до зміни місця роботи.

Мобінг у професійному середовищі може набувати різних форм – від відкритих проявів до прихованих та завуальованих. Його реалізація здійснюється як через психологічний, так і економічний тиск, нерідко з використанням електронних засобів комунікації, що розширює масштаби впливу за межі робочого простору. У ряді випадків мобінг не має на меті

усунення конкретного працівника, а виступає як форма задоволення мого процесом цькування, що зумовлює його циклічний характер та перехід до нових жертв.

У сучасній соціально-психологічній та педагогічній науці проводиться розмежування понять, які описують різні типи агресивної поведінки: мобінг – систематичний психологічний тиск у трудовому або освітньому середовищі; булінг – агресивні дії серед молоді у межах міжособистісних відносин; босинг – тиск і приниження з боку керівництва; цькування та жорстоке поводження – фізичні та емоційні форми насильства. Чітке окреслення цих термінів дозволяє більш точно класифікувати прояви деструктивної поведінки та створює підґрунтя для розробки ефективних стратегій їх профілактики та подолання у різних соціальних контекстах.

Мобінг як соціально-психологічне явище має власну структуру, що включає передумови, чинники, прояви та наслідки. У психологічній науці він здебільшого визначається як форма психологічного насильства, що реалізується у сфері трудових відносин і має потенційно серйозні наслідки для фізичного та психічного здоров'я працівників.

Виділяють два основних різновиди мобінгу: вертикальний та горизонтальний. Вертикальний мобінг, який часто ідентифікується як «босинг», характеризується агресивними діями керівництва або авторитетних осіб у колективі. Його типовими проявами є надмірний контроль, критика, погрози, використання статусних переваг для приниження підлеглих. Такі практики призводять до формування хронічного стресу, зниження професійної ефективності та погіршення психоемоційного стану працівників. Горизонтальний мобінг виникає між працівниками, що мають однаковий статус у колективі. Його проявами є колективне психологічне тиск, образливі висловлювання, ізоляція окремого співробітника, що призводить до загострення міжособистісних конфліктів і погіршення соціально-психологічного клімату організації [2].

Українська дослідниця, зокрема Т. Коляда, розглядають мобінг у трудових (службових) відносинах як складне соціальне явище, що потребує комплексного підходу, який враховує соціологічні, медичні та юридичні аспекти [1].

Мобінг, за К. Марисюком, є систематичним проявом психологічного тиску та дискредитації працівника, часто спрямованим на його відсторонення від професійної діяльності. Він порушує психічне здоров'я, права та гідність працівників і може проявлятися через публічні осуди, ізоляцію, поширення чуток або неправдивої інформації, а також інші маніпуляції, спрямовані на дискредитацію авторитету. Такі дії створюють токсичне робоче середовище, де домінують страх, несправедливість та відчуття безпорадності [4].

Г. Лещук виділяє зовнішні та внутрішні фактори, що сприяють виникненню мобінгу. До зовнішніх чинників належать умови на рівні суспільства та колективу, зокрема життєвий цикл групи, її правила, культура та моральні норми. Основні зовнішні детермінанти включають нерівномірний розподіл статусів, стереотипні реакції у спілкуванні, вікові особливості розвитку та відсутність ефективного правового захисту. Внутрішні фактори пов'язані з психічними особливостями людини, її життєвим досвідом, світоглядом та переконаннями. Низька самооцінка, емоційна нестабільність та конфліктність можуть підвищувати вразливість індивіда та робити його потенційною мішенню для агресорів. Попередній досвід взаємодії з агресивними особами також може сприяти виникненню мобінгу через формування негативних стереотипів і стресових реакцій. Мобінг є комплексним явищем, що виникає внаслідок взаємодії зовнішніх і внутрішніх чинників, тому для його попередження важливо застосовувати комплексний підхід і враховувати всі можливі детермінанти [3].

Нерозумна або недоброчесна поведінка керівника може бути корінним джерелом проблем у колективі. Лідери повинні активно протидіяти проявам знущань, однак іноді саме керівництво сприяє появі негативних тенденцій через недостатність управлінських навичок або особистісні характеристики. Використання підлеглих як інструментів для задоволення власних амбіцій створює токсичне робоче середовище, порушує довіру та знижує мораль і відданість колективу. Тривале переслідування окремих співробітників може застосовуватися для демонстрації прикладу іншим і часто зумовлюється комплексами або потребою у самоствердженні керівника. Недоліки в організації роботи, нечіткі посадові інструкції та відсутність системи вирішення конфліктів сприяють виникненню мобінгу. Повторювані або неформалізовані завдання підвищують відчуття несправедливості та втоми серед працівників.

Таким чином, мобінг є багатофакторним явищем і може виникати через особистісні характеристики, заздрість, невдоволення умовами праці або страх втрати роботи. Основною метою мобінгу є змусити працівника залишити посаду або послабити його соціальний і професійний вплив. Для працівників це призводить до стресу, депресії, зниження самооцінки та ефективності. Для організації мобінг може спричинити втрату талановитих співробітників, погіршення репутації, виробничі збитки та погіршення робочого клімату. Ефективна профілактика мобінгу передбачає формування безпечного та підтримувального робочого середовища, заснованого на взаємоповазі та довірі. Важливим аспектом є впровадження програм з управління конфліктами та розвитку комунікативних компетентностей, що дозволяє мінімізувати ризики виникнення деструктивних взаємодій у трудових колективах.

Література

1. Коляда Т. А. Мобінг у трудових (службово-трудовах) відносинах: до постановки проблеми. *Вісник Харківського національного університету внутрішніх справ*. 2010. № 2. С. 265-273. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnuvs_2010_2_37
2. Кордунова Н.О. Психологія професійного вигорання булінгу та мобінгу. 2022. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20850>
3. Лещук Г. В. Соціальні аспекти проявів мобінгу у професійному середовищі. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2019. № 1(38). С. 165–167.
4. Марисюк К. Б. Мобінг: поняття, суть та питання криміналізації. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка»*. 2018. № 1. С. 132–136.
5. Leymann H. Mobbing and Psychological Terror at Workplaces. *Violence and Victims. Business Ethics and Leadership*. 2021. 4 (1). pp. 17–34. URL: [http://doi.org/10.21272/bel.4\(1\).17-34.2020](http://doi.org/10.21272/bel.4(1).17-34.2020)

Скуловатова Олена Вікторівна,

кандидатка психологічних наук, доцентка,

доцентка катедри психології та здоров'я людини

Білоцерківського національного аграрного університету

Волотовська Наталія Володимирівна,

докторка медичних наук, доцентка,

доцентка кафедри фізіології з основами біоетики та біобезпеки

Тернопільський національний медичний університет ім. І.Я. Горбачевського

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК ПРОТИВАГА БУЛІНГУ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Ефективність виконання поставлених перед працівником завдань на пряму залежить від психологічного благополуччя особистості. Однією зі складників якого є повага і здорові відносини в колективі. Отже, такі явища як булінг та мобінг погіршують загальну атмосферу у трудовому колективі, пригнічують, сприяють формуванню стійких депресивних станів співробітників й загрожують всім процесам й починанням.

Булінг у трудовому колективі проявляється у формі систематичних принижень, тиску, ігнорування, поширення пліток і відкритої агресії, що суттєво впливає на стан співробітника, знижує його лояльність до компанії й загальну продуктивність роботи.

У дослідженнях Nielsen M. B., Einarsen S. V. показано, що булінгу на підприємствах суттєво підвищує ризики тривожності, депресії, психосоматичних симптомів та зниження психологічного благополуччя [1]. Отже протидія булінгу на робочому місці є однією з важливих задач в контексті формування психологічного благополуччя особистості

Останні кілька років увага дослідників цього напрямку зосередилася на наступних ключових аспектах дослідження:

- Вивчення впливу булінгу на ментальне здоров'я особистості. Емпіричні дані підтверджують зв'язок між досвідом жертв булінгу і зниженням рівня їх психологічного благополуччя [1].

- Вивчення психосоціального клімату (PSC) – ці дослідження доводять, що коли керівництво організації піклується про психологічний комфорт персоналу, випадки мобінгу і булінгу знижуються [2].

- Створення інтервенційних програм. Їхнє застосування доводить, що тренінги для працівників і менеджерів підвищують резилієнтність і знижують ризики булінгу [3].

- Запуск цифрових засобів підтримки, наприклад таких, як онлайн-програми (майндфулнес, CBT) мають позитивні результати впливу на добробут працівників [4].

- Чітка системна політика компанії, продумане навчання лідерів і плекання культури довіри також стає визначальними чинниками у запобіганні булінгу та знущань на підприємствах [5].

Булінг у професійному середовищі призводить до вигорання, зниження залученості та психологічних травм. Психологічне благополуччя, у свою чергу, виступає противагою, оскільки формує резилієнтність, підтримує позитивні емоції й мотивацію співробітника.

Отже, з вище переліченого впливають стратегії формування психологічного благополуччя співробітника організації:

- Формування PSC: системна й постійна робота керівництва над створенням культури психологічної безпеки.

- Навчання персоналу: тренінги із запобігання конфліктам, розвиток емоційного інтелекту, корпоративні заходи й організоване дозвілля.

- Розвиток резилієнтності: програми підтримки стресостійкості та майндфулнес-практики.

- Використання діджитал-інструментів: перед усім онлайн-платформ для самодопомоги й профілактики психоемоційних розладів і чатів підтримки.

- Організаційна політика з регламентацією чітких механізмів подання скарг і реагування на випадки булінгу у трудовому колективі.

Системна робота керівництва та відділу персоналу над психологічним благополуччям працівників знижує ймовірність булінгу, покращує якість комунікацій у колективах і підвищує загальну ефективність організації й продуктивність праці кожного окремого члена колективу.

Отже, можемо зробити наступні висновки:

1. Створення умов і сприяння психологічному благополуччю працівників є одним із ключових чинників протидії булінгу в організаціях.
2. Правильно організована ситема PSC суттєво впливає на рівень безпеки та довіри у колективі.
3. Поєднання організаційних, індивідуальних і цифрових підходів забезпечує найвищу ефективність вирішення проблеми булінгу й мобінгу на робочих місцях.
4. Протидія булінгу має відбуватися не лише на індивідуальному, а й на системному рівні за сприяння керівництва та відділу роботи з персоналом.

Література

1. Nielsen M. B., Einarsen S. V. Outcomes of exposure to workplace bullying: A meta-analytic review. *Work & Stress*. 2023. Vol. 37, No. 1. P. 1–25. DOI: <https://doi.org/10.1080/02678373.2022.2069970>.
2. Bailey T. S., Dollard M. F., Richards P. A. A national standard for psychosocial safety climate (PSC): PSC 41 as the benchmark for low risk of job strain and depressive symptoms. *Journal of Occupational Health Psychology*. 2020. Vol. 25, No. 1. P. 1–15. DOI: <https://doi.org/10.1037/ocp0000176>.
3. Tsuno K., Kawakami N., Inoue A., Abe K. Organizational justice and bullying: The mediating role of work engagement. *Industrial Health*. 2021. Vol. 59, No. 4. P. 276–285. DOI: <https://doi.org/10.2486/indhealth.2020-0211>.
4. Carolus A., Binder J. F., Muench R., Schmidt C., Schneider F. Digital interventions for mental health and well-being at the workplace: A systematic review. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. Art. 1165287. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1165287>.
5. Einarsen S. V., Hoel H., Zapf D., Cooper C. L. *Bullying and harassment in the workplace: Theory, research and practice*. 3rd ed. Boca Raton: CRC Press, 2020.

Федоренко Олена Володимирівна,
студентка 2 курсу магістратури
Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології
Федоренко Алла Федорівна

БУЛІНГ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ДЕРЖАВНИХ СЛУЖБОВЦІВ

Сьогодні умови діяльності державних службовців характеризуються високим рівнем відповідальності, інтенсивністю професійних завдань та постійними викликами, пов'язаними з реформами, цифровізацією, публічністю та суспільним контролем. За таких обставин особливої уваги набуває проблема професійного вигорання, яке негативно позначається не лише на психологічному благополуччі працівників, але й на ефективності функціонування державних інституцій.

Одним із малодосліджених, але значущих чинників формування вигорання є булінг у колективі, що проявляється у систематичному психологічному тиску, приниженнях, ігноруванні або ворожих діях з боку колег чи керівництва. У сфері державної служби, де важливими є командна робота, корпоративна культура та дотримання етичних норм, наслідки булінгу можуть бути особливо руйнівними. Він не лише погіршує психологічний клімат у колективі, але й знижує мотивацію, сприяє відтоку кадрів, формує недовіру до державних інституцій у суспільстві.

З огляду на зростання уваги до питань професійного здоров'я державних службовців, підвищення якості надання публічних послуг та необхідність збереження кадрового потенціалу державної служби, дослідження впливу булінгу на розвиток синдрому професійного вигорання є вкрай актуальним. Це дозволить не лише краще зрозуміти механізми виникнення психологічного виснаження, але й розробити превентивні стратегії та практичні рекомендації для удосконалення управління персоналом у державному секторі.

Аналіз наукової літератури показав великий інтерес зарубіжних (Х. Алієв, М. Буриш, С. Гремлінг, Дж. Грінберг, С. Джексон, К. Маслач, П. Руперт, В. Суран, Х. Фрейденбергер та ін.) та вітчизняних (Г. Гнускіна, О. Грищук, Р. Дем'янчук, Т. Зайчикова, Л. Карамушка, Н. Левицька, М. Міценко, В. Орел, Т. Пономаренко, Л. Співак, Т. Форманюк та ін.) вчених до проблеми професійного вигорання. Питаннями професійного вигорання державних службовців займалися С. Арефнія, Д. Поважук, О. Поважук, М. Ханіна, О. Шевчук, С. Шевчук та ін.

Варто зазначити, що причинами професійного вигорання державних службовців є поєднання організаційних, соціально-психологічних та особистісних чинників. Синдром «професійного вигорання» розглядається як

специфічний вид професійної деформації представників професій типу «людина – людина», що проявляється у байдужості, емоційному виснаженні, дегуманізації та негативному самосприйнятті у професійному плані, включаючи відчуття власного непрофесіоналізму. До основних причин цього явища належать нестабільна ситуація на роботі, несприятлива психологічна атмосфера, нечітка організація і планування праці, брак необхідних ресурсів та засобів, надмірна бюрократизація процесів, багатогодинна робота без чіткого змістового наповнення, а також конфлікти у системі «керівник – підлеглий» чи між колегами. Окремо важливим фактором є дефіцит особистісних ресурсів державних службовців, зокрема когнітивно-рефлексивної регуляції, ресурсів самопідтримки, копінг-стратегій для подолання труднощів та ресурсів особистих досягнень. Специфіка державної служби полягає й у тому, що низка соціальних потреб працівників — потреба у позитивній суспільній оцінці, визнанні, самоповазі, матеріальній стабільності та реалізації особистісно значущих цілей — часто залишаються фрустрованими, що створює додатковий психотравмуючий ефект. Суспільна оцінка діяльності державних службовців нерідко спотворюється, що, закріплюючись у свідомості працівника, може формувати його негативну соціальну позицію та впливати на подальший професійний розвиток. Таким чином, головними причинами професійного вигорання державних службовців є дисбаланс між вимогами посади та наявними компетентностями, хронічний стрес без належного відновлення, відсутність підтримки й позитивної оцінки з боку суспільства та колег, перевантаження роботою, обмежені ресурси для самореалізації та незадоволені соціальні потреби [1].

Ще однею причиною професійного вигорання державних службовців є булінг та мобінг на робочому місці. При цьому, у дослідженні проаналізовано, як булінг на робочому місці пов'язаний із професійним вигоранням у співробітників в Індії. Крім того, розглядається медіаторська роль психологічної витривалості (*hardiness*) та модераторська роль емоційного інтелекту у цьому зв'язку [4]. Також вченими встановлено, що булінг негативно впливає на емоційне благополуччя, яке частково медіатує (посередницьким чинником) зв'язок між булінгом та вигоранням. Тобто, булінг зменшує рівень емоційного благополуччя працівників, що в свою чергу призводить до підвищення симптомів вигорання [3]. Інше дослідження показує, що булінг прямо пов'язаний із емоційним виснаженням, а також із погіршенням психологічного благополуччя. Емоційне виснаження, у свою чергу, негативно впливає на концентрацію й продуктивність, через явище пресентеїзму (коли людина на роботі, але працює не повноцінно через психологічний чи фізичний стан) [2].

Таким чином, булінг на робочому місці є потужним деструктивним чинником, що прямо впливає на розвиток емоційного та професійного вигорання серед державних службовців. Систематичний психологічний тиск, приниження, ігнорування або конфлікти в колективі руйнують робочу атмосферу, знижують мотивацію, формують відчуття безсилля та непрофесійності, що у підсумку веде до втрати працездатності та відтоку кваліфікованих кадрів із державної служби. Саме тому протидія булінгу має розглядатися не лише як питання міжособистісних відносин, а як важлива складова політики збереження психічного здоров'я персоналу та забезпечення ефективності функціонування державних інституцій. Врахування ризиків, пов'язаних із булінгом, розробка механізмів його запобігання та створення здорового психологічного клімату у колективах державних установ є ключовими умовами мінімізації професійного вигорання та підвищення стійкості й результативності державних службовців.

Література

1. Поважук Д. О., Поважук О. П. Психологічні засоби профілактики професійного вигорання державних службовців. *Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі безперервної освіти: матеріали VIII Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю (10-11 листопада 2023 р).* 2023. С. 166 – 172.
2. Neto M., et al. Workplace bullying and presenteeism: the path through emotional exhaustion and psychological wellbeing. *Annals of work exposures and health*. 2017. № 61 (5). pp. 528-538.
3. Ribeiro N., et al. The effect of workplace bullying on burnout: the mediating role of affective well-being. *Management Research Review*. 2022. № 45 (6). pp. 824-840.
4. Srivastava S., Banasree Dey. Workplace bullying and job burnout: A moderated mediation model of emotional intelligence and hardiness. *International Journal of Organizational Analysis*. 2020. № 28 (1). pp. 183-204.

СЕКЦІЯ № 4: НОРМАТИВНО-ПРАВОВІ ТА ІНСТИТУЦІЙНІ МЕХАНІЗМИ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ В УКРАЇНІ

Бабич Василь Володимирович,
студент 4 курсу бакалаврату,
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
кандидат юридичних наук, доцент
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Сидоренко Віталій Вікторович

БУЛІНГ І КІБЕРБУЛІНГ У ЗАКОНОДАВСТВІ УКРАЇНИ: ПРОБЛЕМИ ЗАКОНОДАВЧИХ ДЕФІНІЦІЙ ТА ТЛУМАЧЕННЯ

Проблема булінгу та його форми – кібербулінгу – залишається однією з найактуальніших у сучасному українському суспільстві, оскільки охоплює як реальне, так і віртуальне середовище взаємодії дітей та молоді. Основною причиною активного поширення кібербулінгу є відсутність чіткої протидії на законодавчому рівні. Попри наявність певних нормативних напрацювань, в Україні досі не існує законодавчо закріпленого визначення поняття «кібербулінг», що значно ускладнює тлумачення й правозастосування у цій сфері.

Першим етапом становлення системи протидії булінгу стало ухвалення Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» від 18 грудня 2018 року. Цим Законом внесено зміни до ряду нормативно-правових актів, зокрема до Закону України «Про освіту», у якому вперше було надано правове визначення поняття «булінгу» та закріплено його типові ознаки. В історичному контексті булінг (цькування) визначався як діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, що полягали у психологічному, фізичному, економічному чи сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, вчинених стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути або була заподіяна шкода психічному чи фізичному здоров'ю потерпілого [6]. Цей підхід уперше встановив нормативну основу для кваліфікації актів насильницької поведінки серед учасників освітнього середовища.

Подальший розвиток законодавства відбувся з ухваленням 6 жовтня 2024 року Закону України «Про внесення змін до деяких законів України щодо запобігання насильству та унеможливлення жорстокого поводження з дітьми»

[4]. Цим Законом внесено зміни до низки актів, зокрема до Законів України «Про охорону дитинства», «Про освіту», «Про оздоровлення та відпочинок дітей», «Про фізичну культуру і спорт» та «Про культуру». Головною новелою стало перенесення визначення поняття «булінг (цькування)» із Закону України «Про освіту» до Закону України «Про охорону дитинства». У чинній редакції булінг визначається як психологічне, фізичне, економічне чи сексуальне насильство, тобто будь-яке умисне діяння (дія або бездіяльність), у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, яке систематично вчиняється особою стосовно дитини, з якою вони є учасниками одного колективу, або дитиною стосовно іншого учасника одного колективу та яке порушує права, свободи, законні інтереси потерпілої особи чи перешкоджає виконанню нею визначених законодавством обов'язків. Таким чином, булінг офіційно віднесено до ширшої категорії «жорстоке поводження з дитиною», разом із домашнім насильством та насильством за ознакою статі.

Кодекс України про адміністративні правопорушення, у свою чергу, було доповнено статтею 173-4, у якій подано законодавче визначення булінгу та передбачено систему заходів адміністративного впливу. У зазначеній статті булінг визначено як діяння учасників освітнього процесу, що полягають у психологічному, фізичному, економічному або сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, вчинених щодо малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою щодо інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути або була заподіяна шкода психічному чи фізичному здоров'ю потерпілого [1]. Саме в цій нормі виокремлено важливу тезу – «у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій», що дозволяє розглядати кібербулінг як окрему форму булінгу.

Водночас проведений аналіз законодавства свідчить, що усі наведені норми спрямовані насамперед на врегулювання питань протидії булінгу серед учасників освітнього процесу, тобто у сфері реальної, офлайн-взаємодії. Натомість кібербулінг, який проявляється у віртуальному просторі, не обмежується межами освітнього середовища й має іншу природу реалізації. Його особливістю є анонімність, неконтрольованість, швидке поширення інформації та значний психологічний ефект для потерпілого. На сучасному етапі державотворення в Україні відсутнє як наукове, так і нормативно визначене поняття «кібербулінг», що унеможливорює встановлення спеціальної юридичної відповідальності за його прояви. У правозастосовній практиці такі дії найчастіше кваліфікують за статтею 296 Кримінального кодексу України – як хуліганство, або застосовують загальні норми, що регулюють питання захисту честі, гідності та недоторканності приватного життя [2].

Проблема ускладнюється й тим, що у разі фіксації кібербулінгу відповідальність часто покладається на власника технічного пристрою, з якого здійснювалися неправомірні дії, що не завжди відповідає принципу індивідуалізації вини. Окремі форми кібербулінгу, зокрема кіберпереслідування, «хоппінг», відчуження та публічне приниження у мережі, мають високий рівень суспільної небезпеки та можуть призвести до тяжких психологічних і навіть фізичних наслідків.

Чинне законодавство лише опосередковано торкається проблеми кібернасильства. Зокрема, у статті 52 Конституції України передбачено, що будь-яке насильство над дитиною переслідується за законом, а стаття 20 Закону України «Про охорону дитинства» забороняє пропагування насильства й жорстокості у медіа. Додатково положення щодо захисту дітей від шкідливої інформації містяться у Законах України «Про захист суспільної моралі» [5] та «Про телебачення і радіомовлення» [11]. Проте ці норми мають переважно декларативний характер і не створюють реального правового механізму для запобігання кібербулінгу.

Особливе значення має Закон України «Про основні засади забезпечення кібербезпеки України» [8], який визначає напрями діяльності державних органів у сфері кіберзахисту. Водночас пункт 3 статті 2 цього Закону встановлює, що його дія не поширюється на соціальні мережі та приватні електронні ресурси, якщо вони не містять інформації, що потребує захисту. Таким чином, онлайн-платформи, де найчастіше виникають випадки кібербулінгу, фактично залишаються поза сферою безпосереднього правового регулювання.

Отже, можна зробити висновок, що булінг і кібербулінг мають спільну сутність як форми систематичного насильницького впливу, спрямованого на приниження, домінування чи ізоляцію потерпілого. Водночас між ними існує істотна відмінність у способах реалізації. Якщо булінг характеризується безпосереднім контактом між кривдником і жертвою, то кібербулінг відбувається у віртуальному середовищі за допомогою електронних комунікацій. Обидва явища взаємопов'язані, адже часто фізичне цькування продовжується або підсилюється у цифровому просторі. Проте саме кібербулінг має більш тривалий вплив, оскільки залишає цифровий слід – записи, повідомлення, фото чи відео, що можуть бути використані як докази та свідчення систематичності протиправної поведінки.

Таким чином, подальший розвиток українського законодавства має бути спрямований на створення чіткої системи нормативного регулювання кібербулінгу як окремого виду правопорушення, з урахуванням його специфічних форм прояву, способів вчинення та механізмів фіксації. Це

сприятиме комплексному захисту прав дитини у цифровому середовищі та забезпечить реальну ефективність протидії цьому небезпечному соціальному явищу.

Література

1. Кодекс України про адміністративні правопорушення від 07.12.1984 р. Відомості Верховної Ради Української РСР. 1984. № 51. Ст. 1122.
2. Конституція України: Закон України від 28.06.1996 р. № 254к/96-ВР. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80>.
3. Кримінальний кодекс України від 5 квітня 2001 року № 2341-III URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2341-14>.
4. Про внесення змін до деяких законів України щодо запобігання насильству та унеможливлення жорстокого поводження з дітьми: Закон України від 06 червня 2024 року № 3792-IX. Офіційний вісник України. 2024. № 65. Ст. 3896.
5. Про захист суспільної моралі : Закон України від 20.11.2003 р. № 1296-IV. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1296-15>.
6. Про освіту: Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#n384>.
7. Про основи національної безпеки України: Закон України від 19.06.2003 р. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/964-15>.
8. Про основні засади забезпечення кібербезпеки України: Закон України від 05 жовт. 2017 р. № 2163-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2163-19#Text>
9. Про охорону дитинства : Закон України від 26.04.2001 р. № 2402-III. URL:<http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2402-14>.
10. Про права дитини : Конвенція ООН від 20 листопада 1989 р. URL: http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/995_021.
11. Про телебачення і радіомовлення: Закон України від 21.12.1993 р. № 3759-XII. URL:<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3759-12>.

Білова Тетяна Сергіївна,
студентка 4 курсу бакалаврату,
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Сидоренко Віталій Вікторович,
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук

БУЛІНГ ЯК ВИКЛИК ПРОФЕСІЙНІЙ МОТИВАЦІЇ ПСИХОЛОГА: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТА ПРАВОВИЙ АСПЕКТИ

У сучасному суспільстві проблема булінгу набула масштабного характеру й зачіпає не лише шкільне середовище, а й різні сфери міжособистісних стосунків. Поширення агресивних форм поведінки, психологічного тиску та соціального відторгнення серед дітей та молоді створює серйозні загрози для психічного здоров'я особистості, її подальшого розвитку та соціалізації.

Водночас саме психолог постає однією з ключових фігур у подоланні наслідків булінгу, профілактиці цього явища та формуванні безпечного освітнього простору. Це вимагає не лише високого рівня професійної компетентності, а й внутрішньої готовності, емоційної стійкості, мотивації до тривалої та іноді виснажливої роботи з жертвами, агресорами та свідками булінгу.

Але є і інший бік медалі, алже нерідко самі психологи стають об'єктами булінгу чи хейту [1] з боку рідних, знайомих, колег або ширшого соціального оточення. Йдеться про знецінення їхніх прагнень до професійного розвитку, скептичне ставлення до психологічної допомоги, іронію чи відкрите неприйняття ідей гуманістичної та емпатійної взаємодії. Такі ситуації створюють подвійний виклик: психолог змушений не лише допомагати іншим долати наслідки агресії, а й самому витримувати тиск, сумніви та упередження щодо своєї професії.

У цьому контексті проблема професійної мотивації набуває особливої актуальності. Вона стає не лише ресурсом для ефективної роботи з клієнтами, а й способом збереження власної внутрішньої цілісності, віри у значущість своєї діяльності та стійкості перед соціальним осудом. Саме тому дослідження феномену булінгу як зовнішнього й внутрішнього виклику професійній мотивації психолога є надзвичайно важливим як у науково-теоретичному, так і в практичному вимірі.

Між тим, якщо звернутись до чинного законодавства, то розуміємо, що булінг не повністю регулюється чинним законодавством, а існує законодавча база, яка визнає булінг, але лише в контексті дітей [3] і освітніх закладів [4], і то з обмеженнями.

У абзаці п'ять пункту один статті першої Закону України «Про охорону дитинства» зазначається, що «булінг (цькування) – психологічне, фізичне, економічне чи сексуальне насильство, тобто будь-яке умисне діяння (дія або бездіяльність), у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій,

яке систематично вчиняється особою стосовно дитини, з якою вони є учасниками одного колективу, або дитиною стосовно іншого учасника одного колективу та яке порушує права, свободи, законні інтереси потерпілої особи та/або перешкоджає виконанню нею визначених законодавством обов'язків» [5]. На наш погляд, в умовах сьогодення, до основних ознак булінгу належать такі риси: соціально-негативна спрямованість поведінки, її систематичність та умисний характер; образливі дії; конфліктні чи ворожі взаємини між учасниками; прояв як через активні дії, так і через бездіяльність; наявність чітко визначених сторін конфлікту; односторонність впливу; нерівність позицій між учасниками; психологічний або фізичний тиск. До додаткових ознак можна віднести присутність інших осіб, прояви жорстокості, дискримінаційні дії (на ґрунті статі, раси, культури, етнічної належності тощо), приниження, агресію та інші подібні риси. Отже, булінг є складним соціальним явищем, яке включає різноманітні форми прояву – вербальну, фізичну, соціальну, сексуальну та інформаційну. Потерпілими можуть бути не лише діти чи підлітки, а й інші учасники освітнього процесу, в тому числі психологи. Відповідно булінг можна розглядати як різновид насильства, що призводить або створює загрозу заподіяння фізичної чи психологічної шкоди будь-кому з учасників навчального середовища. Науковці К. Янішевська та О. Тимошенко справедливо зазначають, що основними формами булінгу є: фізичне насильство, яке виражається у навмисних ударах, поштовхах, побиттях чи інших діях, що завдають тілесних ушкоджень; до цього виду належить і сексуальний булінг, тобто дії сексуального характеру; психологічне насильство, що проявляється у впливі на психіку людини шляхом словесних образ, принижень, погроз, переслідування чи залякування[7].

У зв'язку з цим виникає необхідність своєчасного та ефективного реагування навіть на найменші прояви булінгу. Щоб запобігти його негативним наслідкам, важливо активно інформувати учасників освітнього процесу про способи протидії насильству та методи мирного розв'язання конфліктних ситуацій. До основних заходів профілактики належать: проведення превентивної роботи у навчальних закладах, залучення до цього процесу соціальних працівників, психологів і представників правоохоронних органів, здійснення психологічного, педагогічного та соціального впливу на осіб, які вдаються до булінгу, а також надання всебічної підтримки особам, що стали його жертвами [6]. Тому основними організаційно-правовими засобами подолання проблеми булінгу є: координація зусиль керівників освітніх закладів, педагогічних працівників, представників служб у справах дітей, ювенальної поліції та організацій громадянського суспільства, які можуть активно долучатися до протидії насильству над учасниками освітнього процесу.

Крім цього, Україні варто враховувати міжнародний досвід у цій сфері, особливо практику тих держав, де вже впроваджено ефективні правові механізми запобігання булінгу, результати яких засвідчують підвищення рівня безпеки в освітньому середовищі та зменшення кількості випадків агресії й антисоціальної поведінки.

Окремо, варто зазначити, що в рамках професійної діяльності психолога є більш поширеним саме кібербулінг, який проявляється через «хейт» в медійному просторі. В свою чергу, під хейтерством ми розуміємо «агресивні, навмисні дії, які здійснюються групою або окремою особою з використанням електронних форм комунікації, повторно чи з плином часу проти жертви або новітню форму агресії, що передбачає жорстокі дії з метою дошкулити, зашкодити, принизити людину за допомогою інформаційнокомунікативних засобів [8].

Так, результати проведеного нами інтернет-опитування показали, що 100% психологів стикалися з булінгом в свою адресу, який мав різні прояви:

- на етапі вступу на навчання – 35% респондентів зазначили, що мали досвід булінгу ще на етапі вибору професії. Вони чули в свою адресу такі слова: «подивись на себе, який(ка) ти психолог», «у тебе нічого не вийде, не мороч людям голову» тощо.

- ще 40% стверджують, що стикалися з ситуаціями булінгу вже в рамках професійної діяльності, коли чули осуд з боку рідних чи знайомих: «не сміши людей, який(ка) ти психолог», «не дури людям голову», «ти не фахівець», «ти ж психолог – у тебе не може бути проблем» тощо.

- найбільша кількість учасників 55% зазначили, що стикалися з хейтом в рамках просвітницької діяльності в медійному просторі, де отримували неконструктивні коментарі і погрози в свою адресу.

Відтак, булінг, спрямований на психолога з боку інших (рідних, знайомих, колег, клієнтів, підписників тощо) може мати глибокий і багатовимірний негативний вплив на професійну мотивацію фахівця. Передусім, систематичне знецінення професії або прагнень до саморозвитку формує у фахівця відчуття недооціненості власної діяльності, що підриває внутрішню віру в значущість обраної справи. У ситуаціях, коли психолог стикається з іронією чи відкритим хейтом щодо його практики, виникає ризик внутрішнього конфлікту між професійними цінностями та зовнішнім негативним ставленням, що провокує сумніви у правильності професійного вибору. Постійний тиск і агресивні судження оточення можуть спричинити емоційне виснаження, тривогу та навіть професійне вигорання. Це, своєю чергою, знижує рівень внутрішньої мотивації до навчання, підвищення кваліфікації та вдосконалення власних навичок. У крайніх випадках булінг може призвести до дистанціювання від професійної

діяльності, уникання роботи з певними категоріями клієнтів або навіть до втрати бажання продовжувати кар'єру у сфері психології. Таким чином, негативний соціальний тиск руйнує ключові психологічні механізми, які підтримують професійну мотивацію: усвідомлення цінності своєї роботи, відчуття самореалізації, задоволення від допомоги іншим і впевненість у власних силах.

А отже, проблема булінгу психолога з боку оточення є багатовимірною та складною, оскільки вона поєднує у собі як особистісно-психологічні, так і професійні та соціальні аспекти. Систематичне знецінення фахової діяльності, хейт чи агресивні прояви стосовно прагнень до саморозвитку підривають внутрішню мотивацію спеціаліста, знижують рівень його професійної стійкості та можуть призводити до емоційного вигорання [2]. Це не лише ускладнює реалізацію психологом своїх професійних функцій, але й створює ризики для якості надання допомоги клієнтам.

З огляду на це, подолання проблеми потребує комплексного підходу, що передбачає поєднання індивідуальних стратегій підвищення стресостійкості, підтримки з боку професійних спільнот та освітніх інституцій, а також формування в суспільстві культури поваги до професії. Важливим чинником є й належне законодавче закріплення захисту фахівців від проявів булінгу та дискримінації у професійній діяльності, оскільки нині нормативна база України здебільшого орієнтована на захист дітей в освітньому середовищі. Розширення правового поля могло б забезпечити більш ефективну протидію цькуванню дорослих фахівців, зокрема психологів, та створити умови для збереження й розвитку їхньої професійної мотивації.

Література

1. Пономаренко Т. І. «Хейт» в професійній діяльності психолога в медійному просторі. *Кіберпсихологія в інформаційному суспільстві: підтримка, навчання, розвиток*: матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції.

URL: https://newlearning.org.ua/sites/default/files/tezy/2024_2/Ponomarenko_Tetiana_2024.pdf

2. Пономаренко Т. І. Професійне вигорання практичних психологів що працюють в онлайн просторі – стан проблеми, причини та психопрофілактика. *Психологічний часопис*. 2021. №7(3). С. 58 – 66.

3. Про внесення змін до деяких законів України щодо запобігання насильству та унеможливлення жорстокого поводження з дітьми: Закон України від 06 червня 2024 року № 3792-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3792-20#Text> (дата звернення: 16.09.2025)

4. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню): Закон України № 2657-VIII від 18 грудня 2018 року. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text> (дата звернення: 16.09.2025)

5. Про охорону дитинства : Закон України від 26.04.2001 р. № 2402-III. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2402-14> (дата звернення: 16.09.2025)

6. Проць О. Є., Романків Р. В. Протидія булінгу: правові аспекти захисту дітей від насильства. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Право*. 2020. Вип. 60. С. 127–130. URL: <https://visnyk-juris-uzhnu.com/wp-content/uploads/2021/02/29.pdf> (дата звернення: 16.09.2025)

7. Янішевська К., Тимошенко О. Деякі проблеми протидії булінгу в Україні та шляхи їх вирішення. *Правові новели*. 2018. № 4. С. 270–275.

8. Pretus C., Ray J. L., Granot, Y., Cunningham, W. A., & Van Bavel, J. J.. The psychology of hate: Moral concerns differentiate hate from dislike. *European Journal of Social Psychology*. 2022. pp. 1–18.

Гальченко Вікторія Миколаївна,
доктор психологічних наук, доцент,
провідний науковий співробітник
науково-дослідної лабораторії з проблем управління
правоохоронною діяльністю та її психологічного супроводження
Національної академії внутрішніх справ України

АДМІНІСТРАТИВНО-ПРАВОВІ АСПЕКТИ ЗАПОБІГАННЯ ТА ПРОТИДІЇ МОБІНГУ В ТРУДОВИХ ВІДНОСИНАХ

В умовах воєнного стану, економічної нестабільності та зростання рівня соціальної напруги населення перебуває у підвищеному стресовому стані. Це створює сприятливий ґрунт для виникнення або посилення конфліктних ситуацій у професійному середовищі. Мобінг у таких умовах не лише негативно впливає на психологічний клімат в організаціях, а й знижує продуктивність праці, підвищує ризики професійного вигорання та погіршує загальний добробут працівників. При цьому практика застосування нових законодавчих норм в Україні ще формується, тому необхідне подальше вдосконалення механізмів попередження, виявлення й реагування на випадки мобінгу в трудових колективах, а також просвітницька робота з керівництвом і працівниками.

Нормативно-правові засади протидії мобінгу в трудових колективах вивчали Л. Амелічева, В. Кікінчук, Д. Лещенко, С. Нечитайло, І. Рязанцева та

ін. Соціально-психологічний аспект проявів мобінгу та шляхів його профілактики досліджували О. Адамчук, Т. Алексеєнко, В. Гончарук, Л. Іванів, Н. Карась, О. Клименко, О. Сорока, В. Фірман, Н. Чередніченко та ін.

Метою цього дослідження є розглянути та проаналізувати сучасні адміністративно-правові аспекти запобігання та протидії мобінгу в трудових відносинах.

Згідно зі статтею 2-2 Кодексу законів про працю України, мобінг визначається як «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, що проявляються у формі психологічного та/або економічного тиску, зокрема із застосуванням засобів електронних комунікацій, створення стосовно працівника напруженої, ворожої, образливої атмосфери, у тому числі такої, що змушує його недооцінювати свою професійну придатність» [6]. Це включає створення напруженої й образливої атмосфери, що може впливати на професійну придатність працівників та їхню працездатність.

В Україні в умовах сьогодення мобінг набуває поширення. Це явище може виникати як з боку керівництва, так і серед колег, що призводить до зниження ефективності роботи, стресу та вигорання працівників. Зокрема, у своїх наукових розвідках Т. Колеснік зазначає, що мобінг у системі соціально-трудових відносин може набувати вертикальної або горизонтальної спрямованості. У разі горизонтального мобінгу відбувається моральне переслідування на рівні, наприклад, одного структурного підрозділу. Суб'єктами конфліктної взаємодії виступають співпрацівники цього структурного підрозділу. Вертикальний мобінг визначається як моральне переслідування по вертикалі управління персоналом. На думку науковиці, ідейним натхненником вертикального мобінгу може стати безпосередній керівник, роботодавець [7, с. 66].

Задля протидії мобінгу в трудових колективах в Україні було ухвалено Закон №2759-IX від 16 листопада 2022 року, який визначає поняття мобінгу та встановлює відповідальність за його вчинення. Відповідно до цього закону, вчинення мобінгу тягне за собою адміністративну відповідальність, зокрема штрафи та громадські роботи (штраф від 1700 до 2550 грн або громадські роботи від 20 до 40 годин) [2]. Проте багато аспектів цієї проблеми залишаються неврегульованими до сьогодні, зокрема не визначено чіткого алгоритму дій керівництва за умови виявлення мобінгу в організації, а також його профілактики.

Вагомим досягненням у вирішенні цього питання також стало внесення змін Законом України №2806-IX від 01.12.2022 до Кодексу України про

адміністративні правопорушення статті 173-5, яка передбачає адміністративну відповідальність за мобінг на робочому місці [3]. Варто також наголосити на Законі України «Про державну службу» (№ 889-VIII від 10.12.2015), який, у свою чергу, спрямований на врегулювання відносини в сфері державної служби, включаючи питання етики та поведінки державних службовців [4].

Підтримуємо наукову позицію Т. Красюк, А. Федорченко, які, досліджуючи зміни в законодавстві України щодо мобінгу та аналізуючи причин його виникнення на робочому місці, зацентрували увагу на необхідності розробки більш чітких механізмів реагування керівника на випадки цькування [8]. У свою чергу, Л. Амелічева, С. Нечитайло пропонують доповнити обов'язки роботодавців у Главі Х «Трудова дисципліна» КЗпП України таким обов'язком, як: організовувати і проводити навчання трудового колективу з питань протидії мобінгу (кібермобінгу) [1, с. 8]. В. Кікінчук, Д. Лещенко, І. Рязанцева рекомендують уповноважити окрему службу в Управлінні державної служби з питань праці, на протидію виключно мобінгу, за прикладом того, як функціонує служба протидії домашньому насильству в Національній поліції України, а також вести активну профілактичну роботу шляхом залучення засобів масової інформації та вебресурсів, спрямовану на протидію цькуванню на роботі [5, с. 60].

Беручи до уваги все вищезазначене, вважаємо, що для ефективної протидії мобінгу в трудових відносинах доцільно розробити внутрішні нормативні акти, які регламентують поведінку працівників та механізми реагування на мобінг; проводити навчання та тренінги для персоналу щодо виявлення та запобігання мобінгу; створити анонімні канали звернень, що дозволяють постраждалим повідомляти про випадки цькування без страху перед покараннями; забезпечити юридичний супровід для осіб, які постраждали від мобінгу, включаючи консультації та допомогу в поданні заяв до правоохоронних органів. Впровадження цих заходів сприятиме створенню здорового та безпечного робочого середовища в трудових колективах.

Таким чином, ми дійшли висновку про те, що запобігання та протидія мобінгу в трудових відносинах є надзвичайно важливими для забезпечення здорового психологічного клімату в колективах, підвищення продуктивності праці та захисту прав працівників. З метою профілактики цькування на робочому місці слід дотримуватися сучасних нормативно-правових документів щодо запобігання та протидії мобінгу в трудових відносинах та впроваджувати ефективні механізми виявлення й вчасного реагування на випадки мобінгу, а також проводити пропедевтичну роботу серед працівників та керівників.

Література

1. Амелічева Л.П., Нечитайло С.В. Правове регулювання протидії мобінгу в дискурсі глобалізації інформаційного суспільства. *Академічні візії*, (39). 2025. С. 1-9. URL: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/1788>

2. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню): Закон України №2759-IX від 16.11.2022. *Відомості Верховної Ради (ВВР)*, 2023, №52, с. 147. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2759-20#Text>
3. Про внесення змін до Кодексу України про адміністративні правопорушення щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню): Закон України №2806-IX від 01.12.2022. *Відомості Верховної Ради (ВВР)*, 2023, №29, с. 107). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2806-20#Text>
4. Про державну службу: Закон України № 889-VIII від 10 грудня 2015 р. *Відомості Верховної Ради (ВВР)*, 2016, №4, с. 43). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/889-19#Text>
5. Кікінчук В.Ю., Рязанцева І.М., Лещенко Д.О. Адміністративно-правові засади запобігання та протидії мобінгу. *Наукові записки. Серія : Право*. №15. 2023. С. 56-60.
6. Кодекс законів про працю України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08>
7. Колеснік Т.В. Сучасні підходи до запобігання мобінгу в трудових відносинах. *Правовий часопис Донбасу*. № 3 (68). 2019. С. 65-72.
8. Краснюк Т.В., Федорченко А.О. Мобінг: причини виникнення та способи подолання. *Електронне наукове видання «Аналітично-порівняльне правознавство»*. №6. 2022. С. 140-145. URL: <http://journal-app.uzhnu.edu.ua/article/view/273560>

Добренька Наталія Вікторівна
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

БУЛІНГ ЯК ПРАВОВА КАТЕГОРІЯ : АНАЛІЗ УКРАЇНСЬКОГО ЗАКОНОДАВСТВА ТА МІЖНАРОДНИХ СТАНДАРТІВ

Проблема булінгу набула значної актуальності у сучасному суспільстві, оскільки поширення систематичних актів психологічного, фізичного, економічного чи іншого насильства серед дітей, підлітків і дорослих становить серйозну загрозу для реалізації основоположних прав людини. Визнання булінгу як окремої правової категорії є результатом розвитку правових систем, спрямованих на забезпечення безпеки, гідності та свободи особи, а також адаптації законодавства до нових соціальних викликів. Булінг розглядається як

систематичне цькування учасника освітнього процесу чи іншої особи, що виявляється у фізичному, психологічному, економічному або сексуальному насильстві, в тому числі із застосуванням електронних комунікацій. На відміну від разових проявів конфлікту, булінг характеризується регулярністю, дисбалансом сил між кривдником і жертвою та наявністю наміру принизити або ізолювати потерпілу особу. Як правова категорія булінг інтегрує елементи таких понять, як насильство відповідно до міжнародних конвенцій, порушення права на освіту у випадку шкільного булінгу, а також дискримінація залежно від мотивів цькування – етнічних, статевих, релігійних чи інших. У національному праві булінг набуває статусу адміністративного правопорушення, що підлягає спеціальній кваліфікації та окремим правовим наслідкам.

В Україні правова категорія булінгу була закріплена у 2019 році шляхом ухвалення змін до Закону України «Про освіту» та внесення відповідних доповнень до Кодексу України про адміністративні правопорушення [1]. У статті 173-4 КУпАП визначено поняття булінгу та передбачено адміністративну відповідальність у вигляді штрафу або громадських робіт [2]. Відповідальність несуть як безпосередні кривдники, що досягли 16 років, так і батьки малолітніх чи неповнолітніх, які вчиняють булінг. Адміністративні санкції підкріплюються виховними заходами, спрямованими на ресоціалізацію та профілактику повторних випадків. Важливим є й те, що Закон України «Про освіту» закріпив обов'язок закладів освіти створювати безпечне освітнє середовище, розробляти механізми реагування на факти булінгу, а також передбачив процедуру повідомлення органів управління освітою та Національної поліції у випадках встановлення фактів цькування [1]. Попри це у правозастосовній практиці залишається низка проблем: складність доказування систематичності діяння, обмеженість механізмів захисту у випадках кібербулінгу, недостатній рівень обізнаності педагогів та батьків щодо алгоритму дій у разі виявлення фактів булінгу. Таким чином, хоча правове регулювання булінгу в Україні вже сформоване, воно потребує подальшої конкретизації та вдосконалення.

Міжнародна спільнота розглядає булінг у контексті захисту прав людини, особливо права дитини на безпечне середовище та захист від усіх форм насильства. Серед ключових міжнародних документів варто виділити Конвенцію ООН про права дитини 1989 року, яка зобов'язує держави-учасниці захищати дітей від усіх форм фізичного чи психологічного насильства, а також від дискримінації. Важливу роль відіграє Європейська конвенція про захист прав людини і основоположних свобод, яка гарантує право на повагу до гідності, свободу вираження поглядів та забороняє приниження [7]. Рекомендації ЮНЕСКО та Ради Європи щодо протидії шкільному насильству й кібербулінгу містять орієнтири для національних політик у сфері освіти,

спрямовані на створення інклюзивного, безпечного та толерантного середовища. У більшості європейських країн булінг кваліфікується як форма насильства і може підпадати під кримінальну відповідальність, як, наприклад, у Франції чи Італії. Такі підходи свідчать про більш жорсткі заходи захисту прав постраждалих у порівнянні з адміністративним регулюванням в Україні. Водночас міжнародні стандарти акцентують не лише на репресивних, а й на превентивних заходах – вихованні культури толерантності, впровадженні медіації у школах, підготовці педагогічних працівників до ідентифікації та реагування на випадки цькування.

Порівнюючи українське законодавство із міжнародними стандартами, можна зробити висновок, що позитивним аспектом є закріплення булінгу як окремої правової категорії та встановлення адміністративної відповідальності. Це дозволило підвищити правову визначеність та чіткість у кваліфікації правопорушень. Недоліком є обмеженість санкцій та недостатній акцент на відновному правосудді й комплексній профілактиці. Перспективним напрямом є розширення регулювання кібербулінгу, а також введення спеціальних кримінально-правових норм у випадках тяжких наслідків, таких як самогубство чи завдання шкоди здоров'ю [5]. Важливо адаптувати освітні програми до стандартів Ради Європи та ЮНЕСКО, зокрема шляхом інтеграції антибулінгових політик у шкільні стратегії розвитку.

Отже, булінг як правова категорія в Україні є відносно новим явищем, однак його нормативне закріплення стало вагомим кроком у напрямку захисту прав дитини та формування безпечного середовища. Міжнародні стандарти акцентують увагу на комплексності підходів – поєднанні превенції, відповідальності та виховної роботи. Для вдосконалення українського законодавства важливим є не лише підсилення санкцій, а й розвиток інститутів медіації, психологічної підтримки та підвищення обізнаності суспільства. Лише комплексне застосування правових, освітніх і соціальних механізмів дозволить ефективно протидіяти булінгу та забезпечити дотримання основних прав і свобод людини.

Література

1. Про освіту: Закон України від 05 вересня 2017 р. № 2145-VIII. *Відомості Верховної Ради України*. 2017. № 38–39. Ст. 380.
2. Кодекс України про адміністративні правопорушення : Закон України від 07 грудня 1984 р. № 8073-X. *Відомості Верховної Ради УРСР*. 1984. Додаток до № 51. Ст. 1122.
3. Конвенція ООН про права дитини від 20 листопада 1989 р. Нью-Йорк : Організація Об'єднаних Націй, 1989. 28 с.

4. Європейська конвенція про захист прав людини і основоположних свобод від 04 листопада 1950 р. Рим : Рада Європи, 1950. 22 с.
5. Рада Європи. Рекомендації щодо запобігання та протидії булінгу в школах. Страсбург : Рада Європи, 2018. 35 с.
6. UNESCO. School Violence and Bullying: Global Status Report. Paris : UNESCO, 2017. 64 p.
7. Журавська О. В. Правове регулювання протидії булінгу в Україні: проблеми та перспективи розвитку. *Юридична наука*. 2021. № 2. С. 45–52.
8. Сливка С. С. Протидія булінгу як новий напрям українського освітнього права. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Право»*. 2020. № 62. С. 178–182.

Моценко Євгеній Миколайович,
студент 4 курсу бакалаврату
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

Науковий керівник:
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Сидоренко Віталій Вікторович

АДМІНІСТРАТИВНО-ПРАВОВИЙ МЕХАНІЗМ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ В СИСТЕМІ ЗАХИСТУ ПРАВ ДИТИНИ В УКРАЇНІ

Сучасний механізм захисту прав дитини в Україні дедалі більшою мірою ґрунтується на адміністративно-правових інструментах, спрямованих не лише на реагування на порушення, а й на запобігання їм. Кодекс України про адміністративні правопорушення (далі – КУпАП) визначає своїм завданням охорону прав і свобод громадян, створення умов для запобігання правопорушенням, виховання громадян у дусі неухильного додержання Конституції та законів України, поваги до прав, честі й гідності інших осіб, а також відповідальності перед суспільством (ст. 1 КУпАП). Саме у межах цього нормативного поля вибудовується практичний механізм протидії булінгу (цькуванню) – соціальному явищу, що безпосередньо посягає на права дитини та вимагає дієвих профілактичних і процесуальних засобів впливу.

Ключовим елементом адміністративної юрисдикції у сфері протидії булінгу є спеціальний склад адміністративного правопорушення, передбачений статтею 173-4 КУпАП – «Булінг (цькування) учасника освітнього процесу». Норма встановлює адміністративну відповідальність за дії або бездіяльність,

що полягають у моральному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням електронних комунікацій, вчинених стосовно учасника освітнього процесу [1]. Ефективне правозастосування цієї статті передбачає наявність цілісного оперативного контуру реагування, який починається задовго до судової стадії: з правильної ідентифікації випадку, належної фіксації фактів, збирання та збереження доказів, своєчасного інформування компетентних органів і здійснення первинних профілактичних заходів у закладі освіти. Таким чином, адміністративно-правовий механізм протидії булінгу є не лише інструментом притягнення до відповідальності, а й засобом формування запобіжного правопорядку в освітньому середовищі.

Особливу роль у забезпеченні ефективності цього механізму відіграє правове регулювання відповідальності батьків або осіб, що їх замінюють. Стаття 184 КУпАП «Невиконання батьками або особами, що їх замінюють, обов'язків щодо виховання дітей» встановлює адміністративну відповідальність за вчинення неповнолітніми у віці від чотирнадцяти до шістнадцяти років адміністративних правопорушень. Водночас частина третя статті 184 КУпАП передбачає, що така відповідальність не застосовується у випадках, охоплених частинами третьою або четвертою статті 173-4 КУпАП, адже саме вони визначають межі та підстави притягнення батьків до відповідальності за вчинення булінгу їхніми дітьми. Згідно з частиною третьою статті 173-4 КУпАП, батьки або особи, які їх замінюють, несуть відповідальність у вигляді штрафу або громадських робіт за булінг, учинений малолітньою чи неповнолітньою особою віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років [1]. Така системна взаємопов'язаність норм покликана забезпечити індивідуалізацію відповідальності та уникнути помилкової конкуренції правових підстав, що на практиці часто призводить до закриття адміністративних проваджень.

Адміністративно-правова протидія булінгу неможлива без належної доказової дисципліни. Аналіз судової практики свідчить, що типові помилки під час складання протоколів за статтею 173-4 КУпАП полягають у неповному або нечіткому викладенні фабули правопорушення, відсутності ознак систематичності, неправильному визначенні учасників освітнього процесу, а також у неналежному збиранні та засвідченні доказів, особливо цифрових [4]. Тому важливо забезпечити стандартизацію процесуальних дій, що включає запровадження алгоритмів первинного реагування в закладах освіти, ухвалення локальних політик з протидії булінгу, використання уніфікованих шаблонів протоколів і додатків, розроблення інструкцій зі збирання цифрових доказів (зокрема скріншотів, метаданих, посилань, логів), а також складання процесуальних чек-листів для посадових осіб із чіткою прив'язкою до елементів складу правопорушення. Належний опис способу дії, часу, місця,

періодичності, наслідків для психічного або фізичного здоров'я потерпілого, а також участі свідків формує належну доказову базу й безпосередньо впливає на перспективу судового розгляду.

Конституційні засади закладають нормативну основу превентивного підходу у сфері протидії булінгу. Розділ II Конституції України гарантує рівність громадян (ст. 24) і недопустимість втручання в особисте та сімейне життя (ст. 32), які перебувають під адміністративно-правовою охороною у випадках насильницьких дій, у тому числі в формі булінгу. У доктринальному аспекті адміністративно-правове регулювання в цій сфері має поєднувати два підходи: по-перше, цілеспрямований вплив норм адміністративного права на суспільні відносини для забезпечення прав і свобод людини та громадянина; по-друге, імперативне впорядкування відносин в інтересах держави. Таке поєднання реалізується через систему принципів, серед яких органічні (рівність, недискримінація, толерантність, забезпечення найкращих інтересів дитини, нульова терпимість до проявів булінгу) визначають ціннісну основу, а організаційно-функціональні (пріоритет прав, верховенство права, законність, гуманізм, справедливість, превенція, відповідальність, компетентність, співпраця, належне управління) спрямовують діяльність органів публічної влади та освітніх установ.

Європейський вимір протидії булінгу посилює національну архітектуру запобігання цьому явищу. Директиви Європейського Союзу № 89/391/ЄЕС і № 2000/78/ЄС визначають рамкові вимоги щодо безпеки, рівного ставлення та недискримінації, які у сфері освіти трансформуються в обов'язки навчальних закладів щодо створення безпечного середовища, розроблення політик запобігання насильству та дискримінації. Національні норми – Кодекс законів про працю України, КУпАП, Закон України від 16 листопада 2022 р. № 2759-IX (щодо мобінгу), Закон України від 1 грудня 2022 р. № 2806-IX (щодо адміністративних правопорушень у сфері праці) – утворюють єдиний інструментарій реагування на прояви цькування у трудових і освітніх відносинах, формуючи системний підхід «освіта – праця – безпека» [2].

Сучасна адміністративно-правова політика протидії булінгу має базуватися на трьох взаємопов'язаних напрямках.

Передусім це превентивна діяльність у межах закладу освіти, яка передбачає щорічне планування заходів із протидії булінгу, створення шкільних антибулінгових команд, проведення занять із розвитку соціально-емоційних компетентностей, формування правил цифрової поведінки, впровадження модулів медіаграмотності та налагодження конфіденційних каналів повідомлення про випадки цькування.

Другим напрямом є забезпечення процедурної бездоганності документування, що включає використання стандартизованих протоколів, повноту доказового пакета, участь психолога у фіксації та оцінці наслідків для психічного здоров'я, а також тісну координацію з Національною поліцією та службами у справах дітей.

Третій напрям – адресна відповідальність і процесуальна економія, що полягають у правильному застосуванні статті 173-4 КУпАП із урахуванням винятків, установлених частиною третьою статті 184 КУпАП, задля уникнення дублювання санкцій і визначення належного суб'єкта відповідальності.

Подальше вдосконалення механізму адміністративної відповідальності за булінг передбачає розширення кола поведінки, що кваліфікується як сприяння цькуванню. Йдеться про необхідність передбачення відповідальності не лише для безпосередніх виконавців, а й для осіб, які сприяють публічності або ескалації булінгу шляхом підбурювання, фіксації на фото- чи відеозаписи та поширення відповідних матеріалів у мережі Інтернет. З огляду на психологічну складову таких правопорушень, доцільним є обов'язкове складання висновку психолога за кожним фактом булінгу та інституційне залучення фахівців-психологів до судового розгляду справ за статтею 173-4 КУпАП, з урахуванням їхніх висновків і рекомендацій під час визначення заходів реагування [3].

Отже, протидія булінгу в адміністративно-правовій площині – це не лише застосування санкцій, а насамперед керована система превенції, документування й раціонального правозастосування, що ґрунтується на конституційних цінностях і європейських стандартах. Ефективність цієї системи визначається не кількістю постанов про накладення стягнень, а зменшенням кількості випадків цькування, підвищенням рівня довіри між учасниками освітнього процесу та стабільністю судової практики, у якій належна кваліфікація правопорушення й повнота доказової бази стають правилом, а не винятком.

Література

1. Кодекс України про адміністративні правопорушення : Закон України від 07.12.1984. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10>.
2. Остапенко О. Булінг і мобінг (цькування) як різновиди насильницьких посягань на фізичну особу. *Вісник Національного університету "Львівська політехніка". Серія : Юридичні науки*. 2023. № 4(40). С. 124–133. URL: <https://science.lpnu.ua/sites/default/files/journal-paper/2023/dec/32528/231576maket4-126-135.pdf>
3. Пилипів Р. М. Окремі питання вдосконалення адміністративно-правової протидії булінгу в Україні. Вчені записки ТНУ імені В. І.

Вернадського. Серія: юридичні науки. 2020. Том 31 (70). № 3.
[URL:https://doi.org/10.32838/TNU-2707-0581/2020.3/25](https://doi.org/10.32838/TNU-2707-0581/2020.3/25)

4. Соболь Є. Ю. Судова практика у справах про булінг (цькування).
Наукові записки. Серія : Право. 2021. № 11. С. 80–85. URL:
<https://pravo.cusu.edu.ua/index.php/pravo/article/view/72/57>

Новак Ярослав Віталійович,
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПРАВОВІ ЗАСАДИ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ: ДОСВІД СКАНДИНАВСЬКИХ КРАЇН ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЙОГО ВИКОРИСТАННЯ В УКРАЇНІ

Організаційно-правові засади протидії булінгу мають поєднувати чітку нормативну регламентацію обов'язків усіх учасників освітнього процесу з відлагодженими внутрішніми процедурами закладів освіти та міжвідомчою взаємодією на всіх рівнях публічного адміністрування в цій сфері. У вітчизняному правопорядку базова конструкція юридичної відповідальності вибудована навколо статті 173-4 КУпАП, яка встановлює адміністративну відповідальність за булінг (цькування) учасника освітнього процесу, а також процесуальних обов'язків керівника закладу освіти щодо повідомлення поліції про відповідні випадки [2]. Паралельно нормативне визначення булінгу закріплене у Законі України «Про охорону дитинства» як систематичне психологічне, фізичне, економічне чи сексуальне насильство, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняється в межах одного колективу і порушує права дитини або перешкоджає виконанню нею обов'язків [6]. Ці норми встановлюють загальні засади правового регулювання відповідних суспільних відносин, але ефективність їх застосування залежить від того, як організовані внутрішні механізми запобігання, виявлення та реагування у кожному закладі освіти.

Міжнародний досвід, зокрема досвід Скандинавських країн, переконливо демонструє, що найкращі результати досягаються там, де закон прямо покладає на керівника закладу освіти обов'язок вибудувати систему профілактики й реагування, а держава забезпечує методичний супровід і зовнішній контроль та нагляд.

Показовим є досвід Норвегії, де багаторівнева програма Дана Ольвеуса (Olweus Bullying Prevention Program) стала національним стандартом і запроваджена урядовим рішенням у всіх школах. Її організаційний каркас – три рівні втручання (загальношкільний, класовий, індивідуальний), сталі правила поведінки, регулярний моніторинг, фіксовані алгоритми розгляду випадків, залучення батьків і робота з усім «колом булінгу» (жертва, агресор, прибічники, пасивні спостерігачі). Її ефективність підтверджено багаторічним моніторингом, адже вона сприяла зниженню кількості випадків булінгу на 30–50%. Програма базується на багаторівневій моделі (загальношкільний, груповий та індивідуальний рівні) і передбачає системну профілактичну роботу, залучення учнів, учителів і батьків, створення позитивного психологічного клімату та чітких правил поведінки. На нормативному рівні уряд Норвегії закріпив обов'язковість реалізації програми, що забезпечило її дієвість і сталість [2]

У Швеції системність забезпечено на рівні закону: Skollagen (2010:800), розділ 6, прямо покладає на керівників закладів освіти обов'язок виявляти, розслідувати та припиняти булінг, а також щороку ухвалювати план заходів із запобігання та протидії жорстокому поводженню. Організаційне ядро – обов'язкове повідомлення про кожний виявлений випадок, фіксований порядок розслідування, чіткі запобіжні дії, регулярне оновлення річного плану із залученням учнів (наказ Міністерства освіти 2006:1083). Інституційно це підкріплено ширшим залученням дитини та батьків до прийняття рішень («діти-експерти») і партнерством із неурядовими організаціями (наприклад, Friends). Така практика формує правову свідомість дітей і підвищує ефективність заходів профілактики. У межах шведського досвіду діє також «Метод Фарста», який передбачає створення в школах спеціальних антибулінгових команд з учнів і педагогів, що мають правовий статус консультативних органів, відповідальних за моніторинг ситуацій булінгу [5].

Данія робить акцент на безпековій культурі та наставництві: кожна дитина має дорослого-наставника, з яким підтримує регулярний контакт, учні долучені до ухвалення рішень, багато уваги приділяється соціально-емоційному навчанню й правилам цифрової взаємодії. Законодавчо закріплено обов'язок педагогів створювати безпечне освітнє середовище, а батьків — брати участь у виховному процесі та профілактичній роботі. Практична реалізація антибулінгових ініціатив відбувається через систему наставництва, коли кожен учень має дорослого куратора. У нормативному контексті особлива увага приділяється розвитку соціальних компетентностей дітей, що підтримується педагогічними рекомендаціями Міністерства освіти Данії. Такий підхід поєднує

правове регулювання, психологічну підтримку та активну участь громади у створенні безпечного освітнього простору [1].

Схожий за логікою, але з потужним акцентом на навчальний контент, фінський підхід «KiVa» поєднує універсальні профілактичні заходи (цикл із 20 інтерактивних занять протягом року, формування емпатії, рольові вправи, відеоматеріали) зі специфічним реагуванням у кожній справі (команда з трьох педагогів і класний керівник опрацьовують випадок через індивідуальні та малі групові зустрічі, визначають однокласників-«мультиплікаторів» підтримки). Її нормативно-правове підґрунтя визначає обов'язковість участі педагогічного персоналу у розслідуванні випадків булінгу, а також забезпечує правову підтримку жертв. Універсальні профілактичні заходи включають обов'язкові заняття з розвитку емпатії та усвідомлення соціальної ролі кожного учня. Програма «KiVa» закріплює на законодавчому рівні превентивні, корекційні та реабілітаційні заходи у сфері освіти [4].

Таким чином, аналіз досвіду Скандинавських країн свідчить, що ефективна протидія булінгу можлива лише за наявності комплексної правової системи, яка поєднує превентивні, освітні та корекційні заходи. Обов'язковість впровадження антибулінгових програм на рівні законодавства, щорічне планування профілактичних дій, залучення дітей, педагогів і батьків до їх реалізації забезпечують сталий результат. З огляду на позитивний досвід Норвегії, Швеції, Фінляндії та Данії, доцільно адаптувати подібні організаційно-правові механізми в Україні, передбачивши нормативну базу, що зобов'язує освітні установи впроваджувати антибулінгові програми, створювати міждисциплінарні команди реагування та забезпечувати участь усіх суб'єктів освітнього процесу у формуванні безпечного шкільного середовища.

Тому доцільним можна вважати, по-перше, необхідні стандартизовані процедури внутрішнього розслідування: призначення відповідальної особи чи мультидисциплінарної групи, процесуальні строки, моделі інтерв'ювання учасників, критерії встановлення «систематичності» та «шкоди», а також матриця рішень залежно від тяжкості випадку; по-друге, слід інституціоналізувати багаторівневі програми профілактики за типом ОВРР і KiVa: загальношкільний рівень (кодекс безпечної поведінки, інформаційні кампанії, навчання персоналу), рівень групи (уроки соціально-емоційної компетентності, правила взаємодії, класні угоди), індивідуальний рівень (план підтримки жертви, корекційні бесіди з кривдником, робота з «колом булінгу»). Важлива умова – регулярні вимірювання шкільного клімату, опитування здобувачів освіти, публічні, але деперсоніфіковані звіти про хід виконання планів; по-третє, організаційна культура «раннього сигналу» потребує каналів довіри: шкільні омбудсмани чи радники з безпеки, конфіденційні «скриньки

повідомлень» (у тому числі цифрові), менторські програми та «лідерські групи» здобувачів освіти, які щоденно контактують з молодшими й допомагають виявляти ризики на ранній стадії. Такі інструменти ефективні лише за умови чіткої процесуальної «зв'язки» з юридичними діями керівника закладу і, за потреби, з ініціюванням проваджень за КУПАП.

І найголовніше, системі протидії булінгу потрібна зовнішня оцінка якості. Органи управління освітою мають здійснювати тематичні інституційні аудити виконання антибулінгових політик, перевіряти наявність і зміст річних планів, спроможність внутрішніх команд до розслідування випадків та ведення документації, а також забезпечувати методичну підтримку закладам освіти із підвищеними ризиками.

Література

1. В школах Данії один із найнижчих показників булінгу в Європі: аналізуємо передумови. *Освіта Нова*. 2022. URL: <https://osvitanova.com.ua/posts/6257-v-shkolakh-danii-odyn-iz-nainyzhchych-pokaznykiv-bulinhuv-v-yevropi-analizuiemo-peredumovy>
2. Кваша А. С. Огляд міжнародного досвіду запобігання та протидії булінгу. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2024. Вип. 13. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14580233>
3. Кодекс України про адміністративні правопорушення. Суми: ТОВ «ВВП НОТІС», 2023. 360 с.
4. Козін А. О. Щодо проблеми застосування в Україні зарубіжного досвіду організації протидії булінгу (цькуванню). *Науковий вісник публічного та приватного права*. 2020. Вип. 1. С. 174–178. DOI: <https://doi.org/10.32844/2618-1258.2020.1.31>
5. Корнійченко А. О. Механізми запобігання та протидії булінгу у Швеції: адміністративно-правовий аспект. *Наукові записки. Серія : Право*. 2022. № 13. С. 80–84. URL: <https://pravo.cusu.edu.ua/index.php/pravo/article/view/208/164>
6. Про охорону дитинства : Закон України від 26.04.2001 р. № 2402-III. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2402-14>.

Рашкова Валентина Володимирівна,
адвокатка,
асистентка кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

БУЛІНГ У КОНТЕКСТІ АДМІНІСТРАТИВНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ЗА СТАТТЕЮ 173-4 КУпАП

Сучасні трансформації, що відбуваються в усіх сферах життєдіяльності, а також інтенсивна інформатизація й комп'ютеризація суспільних відносин, зумовлюють не лише позитивні зміни, а й супроводжуються підвищенням рівня конфліктності, агресивності та соціальної напруги у міжособистісній взаємодії. Активне використання цифрових технологій в освітній сфері створює нові ризики прояву девіантної поведінки, зокрема агресивних і принизливих дій серед учасників освітнього процесу. Такі явища набувають характеру публічного приниження, психологічного тиску чи колективного цькування окремого індивіда або групи осіб, що кваліфікується як порушення принципу безпечного освітнього середовища.

У правовій доктрині зазначене явище визначається терміном «булінг». Цей термін використовується для позначення систематичного агресивного переслідування, цькування чи залякування особи, яке може включати застосування фізичної сили, психологічного тиску, приниження гідності або обмеження соціального статусу з метою домінування чи підпорядкування потерпілого. У міжнародній правовій практиці поняття «bullying» має усталене значення та визнається як соціально небезпечна форма насильницької поведінки, що порушує права людини [1].

У вітчизняному правовому полі термін «булінг» є відносно новим, однак активно імплементується в законодавство, судову практику та освітню політику. Його зміст розкривається не лише через побутове розуміння агресивної поведінки, а й через нормативно-правову дефініцію, що охоплює систематичність дій, наявність умислу, завдання шкоди психологічному або фізичному здоров'ю потерпілої особи та використання засобів електронних комунікацій як способу реалізації насильницької поведінки. Так, відповідно до ст. 1 Закону України «Про охорону дитинства» булінг (цькування) – психологічне, фізичне, економічне чи сексуальне насильство, тобто будь-яке умисне діяння (дія або бездіяльність), у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, яке систематично вчиняється особою стосовно дитини, з якою вони є учасниками одного колективу, або дитиною стосовно іншого учасника одного колективу та яке порушує права, свободи, законні інтереси потерпілої особи та/або перешкоджає виконанню нею визначених законодавством обов'язків [4]. Відповідно, булінг є багатоаспектним явищем, що охоплює вербальні, фізичні, соціальні, сексуальні та інформаційні форми прояву, а потерпілим може бути не лише малолітні чи неповнолітні особи, а й інші учасники освітнього процесу.

У площині адміністративного права юридичний склад правопорушення визначено ст. 173-4 КУпАП, яка встановлює відповідальність за булінг (цькування) учасника освітнього процесу. Частина перша визначає булінг як «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». Частина третя відповідної статті закріплює, що «діяння, передбачене частиною першою цієї статті, вчинене малолітніми або неповнолітніми особами віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років, тягне за собою накладення штрафу на батьків або осіб, які їх замінюють, від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від двадцяти до сорока годин». В свою чергу частина четверта цієї ж статті встановлює, що «діяння, передбачене частиною другою цієї статті, вчинене малолітньою або неповнолітньою особою віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років, – тягне за собою накладення штрафу на батьків або осіб, які їх замінюють, від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від сорока до шістдесяти годин» [2].

Ці законодавчі положення спричиняють виникнення правової колізії. Так, ст. 12 КУпАП визначає: «адміністративній відповідальності підлягають особи, які досягли на момент вчинення адміністративного правопорушення шістнадцятирічного віку». Це ставить питання внутрішньої узгодженості нормативно-правових положень, адже суб'єктом адміністративного правопорушення може бути лише осудна фізична особа від 16 років; дії осіб, що не досягли цього віку, попри об'єктивну протиправність, не утворюють складу адміністративного правопорушення через відсутність суб'єкта.

У сучасній правовій доктрині подібні дії визначаються як об'єктивно протиправні, тобто такі, що мають соціально шкідливий характер і формально порушують норми права, однак не утворюють складу правопорушення через відсутність необхідних суб'єктивних елементів, насамперед деліктоздатності особи. Як зазначається, об'єктивно протиправне діяння є підставою для застосування до особи державних примусових заходів превентивного чи виховного характеру, проте не породжує юридичної відповідальності у власному розумінні цього терміна [3].

Також обґрунтовано підкреслюється, що категорії «неделіктоздатна особа» та «вина» є концептуально несумісними, оскільки особа, яка не досягла віку деліктоздатності, не здатна усвідомлювати суспільно шкідливий характер своїх

дій і керувати ними, а відтак — не може виступати суб'єктом юридичної відповідальності [5].

Отже, наукова критика чинного нормативного регулювання концентрується на аналізі частин третьої та четвертої статті 173-4 КУпАП, які фактично визнають неповнолітніх осіб віком від 14 до 16 років суб'єктами адміністративного проступку, водночас покладаючи юридичні санкції не на самих правопорушників, а на їхніх батьків або осіб, що їх замінюють. Така конструкція порушує принцип індивідуалізації юридичної відповідальності, закріплений у частині другій статті 61 Конституції України, згідно з яким відповідальність має нести виключно особа, яка вчинила протиправне діяння. Вона також суперечить базовій вимозі адміністративного права — притягнення до відповідальності лише за наявності вини деліктоздатного суб'єкта, а не шляхом так званого «заміщення» суб'єкта відповідальності його законними представниками.

Також необхідно зазначити, що до внесення змін до адміністративно-деліктного законодавства у 2018 році відповідальність батьків або осіб, які їх замінюють, за протиправну поведінку неповнолітніх наставала за статтею 184 КУпАП, зокрема за невиконання обов'язків щодо виховання дітей, що мало логічний характер і не підмінювало суб'єкта іншого складу правопорушення.

Після внесення змін частину третю цієї статті викладено у редакції, що виключає випадки булінгу, «вчинення неповнолітніми віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років правопорушення, відповідальність за яке передбачено цим Кодексом, крім порушень, передбачених частинами третьою або четвертою статті 173-4 цього Кодексу». Таке формулювання створило колізію між загальними та спеціальними нормами, адже покладає санкції на батьків не за власну бездіяльність, а за дії неделіктоздатних осіб, що суперечить принципам індивідуалізації та винності при застосуванні юридичної відповідальності.

Таким чином, для відновлення системної узгодженості пропонується:

- у ч. 1 ст. 173-4 КУпАП замінити слова «або такою особою» на «або неповнолітньою деліктоздатною особою»;
- виключити ч. 3 і ч. 4 ст. 173-4 КУпАП;
- у ч. 3 ст. 184 КУпАП вилучити слова «крім порушень, передбачених частинами третьою або четвертою статті 173-4 цього Кодексу».

Впровадження цих змін забезпечить узгодженість вікових меж деліктоздатності, принципу вини та індивідуалізації відповідальності, усунувши суперечності, що ускладнюють правозастосування у справах про булінг.

Література

1. Ковбас І. В., Торончук І. Ж., Крайній П. І. Юридична відповідальність за вчинення булінгу: теоретико-правовий аналіз. *Юридичний науковий електронний журнал*. 2022. № 6. С. 106–108. URL: http://lsej.org.ua/6_2022/25.pdf
2. Кодекс України про адміністративні правопорушення від 07.12.1984 р. *Відомості Верховної Ради Української РСР*. 1984. № 51. Ст. 1122.
3. Комзюк В. Т. Щодо невідповідності положень статті 173-4 Кодексу України про адміністративні правопорушення базовим принципам і нормам адміністративно-деліктного права. URL: <https://eprints.cdu.edu.ua/4873/1/02%20djol-103-107.pdf>
4. Про охорону дитинства : Закон України від 26.04.2001 р. № 2402-III. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2402-14>
5. Шульга А. М. Об'єктивно протиправне діяння, об'єктивно правомірна поведінка. *Форум права*. 2012. № 3. С. 846-849

Сидоренко Віталій Вікторович,
кандидат юридичних наук, доцент,
доцент кафедри права та соціально-поведінкових наук
Білоцерківського інституту економіки та управління
Університету «Україна»

АДМІНІСТРАТИВНО-ДЕЛІКТНА ПРИРОДА БУЛІНГУ ТА ОКРЕМІ ПРОБЛЕМИ ЙОГО КВАЛІФІКАЦІЇ

Проблематика булінгу, хоча й не є новим явищем ані для України, ані для світової спільноти, нині набуває нових форм, масштабів та соціальної небезпечності. Законодавче врегулювання протидії булінгу в Україні відбулося відносно нещодавно – лише у 2019 році, коли набули чинності зміни до низки нормативно-правових актів, зокрема до Кодексу України про адміністративні правопорушення, який було доповнено статтею 173-4 [1]. Водночас, незважаючи на наявність правових механізмів, ефективність їх реалізації залишається недостатньою. Практика застосування статті 173-4 КУпАП свідчить про значну кількість труднощів, що виникають під час складання адміністративних матеріалів, насамперед у частині правильного формулювання фабули протоколу, кваліфікації дій правопорушника та визначення доказової бази. Додатковою проблемою є розмежування складу булінгу з іншими адміністративними та кримінальними правопорушеннями, такими як дрібне хуліганство чи насильство в сім'ї, що призводить до помилкової кваліфікації діянь і, відповідно, до судових помилок.

Відповідно до Закону України «Про охорону дитинства» поняття булінгу (цькування) закріплено як психологічне, фізичне, економічне чи сексуальне насильство, тобто будь-яке умисне діяння (дія або бездіяльність), у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, яке систематично вчиняється особою стосовно дитини, з якою вони є учасниками одного колективу, або дитиною стосовно іншого учасника одного колективу і яке порушує права, свободи, законні інтереси потерпілої особи та/або перешкоджає виконанню нею визначених законодавством обов'язків [6]. Разом із тим законодавство не містить чіткого визначення понять психологічного, фізичного, економічного та сексуального насильства в контексті булінгу. У зв'язку з цим їх доцільно тлумачити за аналогією із Законом України «Про запобігання та протидію домашньому насильству» [6], який деталізує види насильницьких дій, їх ознаки та наслідки. Такий підхід дозволяє забезпечити єдність правозастосування й усунути прогалини у визначенні характеру насильницьких проявів в освітньому середовищі.

Аналіз статистичних даних судів першої інстанції за період 2020–2024 років свідчить, що близько половини справ про адміністративні правопорушення, пов'язані з булінгом, закриваються. Так, у 2020 році суди закрили 55% таких справ, у 2021 році – 57%, у 2022 році – 67%, у 2023 році – 50%, а у 2024 році – 51%. Найпоширенішою підставою для закриття є відсутність складу або події адміністративного правопорушення, що свідчить про недосконалість процесуального оформлення матеріалів справи та проблеми з доказуванням. Зокрема, за цією підставою було закрито 46% справ у 2020 році, 53% – у 2021 році, 40% – у 2022 році, 55% – у 2023 році та 56% – у 2024 році [2].

Сьогодні, булінг як адміністративний проступок є формою протиправної поведінки, що проявляється у діях або бездіяльності кривдника, наслідком яких стає заподіяння психічної чи фізичної шкоди, приниження, страх, тривога, підкорення потерпілого інтересам кривдника або його соціальна ізоляція. Це явище віднесено до категорії адміністративних проступків, за вчинення яких передбачено притягнення до адміністративної відповідальності (за різними частинами статті 173-4 КУпАП) шляхом накладення штрафу від п'ятдесяти до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян, або застосування громадських робіт на строк від двадцяти до шістдесяти годин, або виправні роботи на строк до одного місяця з відрахуванням до двадцяти процентів заробітку [5].

Підставами адміністративної відповідальності за булінг є протиправність, винність, адміністративна караність та суспільна небезпечність. Протиправність визначається заборонаю вчинення дій, передбачених статтею 173-4 КУпАП,

зокрема психологічного, фізичного, економічного чи сексуального насильства. Винність виявляється у наявності умислу або необережності при вчиненні дій чи бездіяльності, що мають ознаки цькування. Адміністративна караність полягає у застосуванні до винної особи санкцій у вигляді штрафу або громадських робіт, визначених диспозицією статті. Суспільна небезпечність булінгу полягає в тому, що такі дії посягають на фізичне й психологічне здоров'я дитини, її гідність, честь та безпеку, а також формують небезпечні соціальні моделі поведінки серед інших учасників освітнього процесу.

Об'єктом булінгу виступають права і свободи особи, її честь, гідність, фізичне та психічне здоров'я. Об'єктивна сторона проявляється у діях або бездіяльності, які спричиняють моральні чи фізичні страждання, наприклад, публікацію фото без згоди особи з метою її приниження. Суб'єктом проступку є особа, яка досягла шістнадцятирічного віку, а суб'єктивна сторона характеризується наявністю прямого умислу приниження честі та гідності потерпілого.

Правильна кваліфікація є ключовою для справедливого застосування адміністративної відповідальності. Судова практика також засвідчує, що у справах про булінг часто допускаються помилки у визначенні суб'єкта правопорушення. Так, суб'єктом за частинами першою та другою статті 173-4 КУпАП є особа, яка досягла шістнадцятирічного віку й бере участь в освітньому процесі. За частинами третьою та четвертою цієї статті передбачено випадки, коли діяння вчиняють малолітні або неповнолітні особи віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років, але адміністративна відповідальність покладається на їхніх батьків або осіб, що їх замінюють. При цьому законодавство чітко визначає поняття малолітньої особи – до чотирнадцяти років та неповнолітньої – від чотирнадцяти до вісімнадцяти років [7].

Виходячи з вищевикладеного, можемо констатувати, що адміністративна відповідальність у сфері протидії булінгу має подвійну природу. З одного боку, вона встановлює прямі санкції для осіб, які є деліктоздатними учасниками освітнього процесу, а з іншого – покладає похідну відповідальність на батьків або законних представників дітей, які вчинили об'єктивно протиправні дії. Водночас чинне законодавство не забезпечує повної узгодженості між статтями 173-4 та 184 КУпАП, що призводить до різночитань і труднощів у кваліфікації діянь. З метою усунення таких суперечностей доцільним є вдосконалення законодавчої техніки норм, які регулюють питання адміністративної відповідальності за булінг, зокрема шляхом чіткого визначення суб'єктного складу, меж вікової деліктоздатності та юридичної природи відповідальності батьків за протиправні дії їхніх дітей.

Крім цього, аналіз судової практики в Україні свідчить, що дії осіб, які вчиняють булінг, нерідко кваліфікуються не за спеціальними нормами, а за статтею 296 Кримінального кодексу України – як хуліганство. Це зумовлено відсутністю усталеної практики застосування адміністративно-деліктних норм, які безпосередньо регламентують відповідальність за булінг, а також недостатньою диференціацією між адміністративними та кримінальними правопорушеннями у сфері протидії булінгу (цькуванню). Зокрема, можна навести приклади, коли дії осіб, що мають характер булінгу, отримували кваліфікацію за ч. 4 ст. 296 КК України – як хуліганство, вчинене групою осіб із застосуванням предметів, заздалегідь заготовлених для завдання тілесних ушкоджень, або за ч. 2 ст. 146 КК України – незаконне позбавлення волі малолітнього. Так, у конкретному кримінальному провадженні п'ятеро осіб, серед яких троє неповнолітніх та одна малолітня, в громадському місці вчинили насильницькі дії щодо малолітнього хлопця: наділи на його голову два поліетиленові пакети, обмотали скотчем, помістили проти його волі до багажного відділення автомобіля, вивезли на покинуту територію та побили. Згодом вони погрожували потерпілому предметом, схожим на вогнепальну зброю, і фіксували подію на відеокамеру мобільного телефону. Такі дії мають ознаки системного насильства та приниження, однак через особливості правозастосування були кваліфіковані як хуліганство, а не як булінг, що свідчить про наявність законодавчої і практичної колізії між адміністративним і кримінальним законодавством [3].

Наявність усіх елементів складу адміністративного правопорушення є ключовою умовою для правильної юридичної кваліфікації діяння за статтею 173-4 Кодексу України про адміністративні правопорушення. Відсутність хоча б одного з них – об'єкта, об'єктивної сторони, суб'єкта або суб'єктивної сторони – унеможливило визнання діяння таким, що містить ознаки булінгу, і, відповідно, позбавляє підстав для застосування адміністративної відповідальності. Саме тому чітке, системно узгоджене визначення кожного елементу складу правопорушення на законодавчому рівні має надзвичайно важливе значення для забезпечення єдності правозастосовчої практики.

Визначеність складу адміністративного правопорушення дозволить не лише стандартизувати підходи до оцінки доказів і формування фабули протоколів, а й усунути суперечності у правовій кваліфікації діянь, які нині часто трапляються внаслідок відсутності чітких меж між булінгом, хуліганством чи іншими формами насильницької поведінки. З практичної точки зору, деталізація юридичних ознак об'єкта (суспільні відносини у сфері освіти, честь, гідність, психічне й фізичне здоров'я дитини), об'єктивної сторони (форма діяння, наслідки, причинний зв'язок), суб'єкта (учасник освітнього

процесу, деліктоздатна особа) та суб'єктивної сторони (форма вини, мотив, мета) сприятиме зменшенню кількості процесуальних помилок під час складання адміністративних матеріалів.

Отже, можна зробити висновок, що законодавче уточнення та деталізація складу адміністративного правопорушення, передбаченого статтею 173-4 КУпАП, має не лише теоретичне, але й вагоме практичне значення. Це сприятиме підвищенню якості адміністративного провадження, уніфікації судової практики, зниженню кількості випадків помилкової кваліфікації, а також скороченню частки судових рішень про закриття проваджень через відсутність складу або події правопорушення.

Література

1. Гришко В. І. Окремі питання протидії та попередження булінгу в Україні. *Право і суспільство*. 2021. № 6. С. 160–164. URL: <https://elar.navs.edu.ua/server/api/core/bitstreams/8edf125f-bd8c-4183-b286-89880a7c2a79/content>
2. Гутник А. В. Кваліфікація, протокол і докази у справах про булінг. *Аналітично-порівняльне правознавство*. 2025. Т. 2, № 3. С. 74–82. URL: <http://journal-app.uzhnu.edu.ua/article/view/333881/322770>
3. Ковбас І. В., Торончук І. Ж., Крайній П. І. Юридична відповідальність за вчинення булінгу: теоретико-правовий аналіз. *Юридичний науковий електронний журнал*. 2022. № 6. С. 106–108. URL: http://lsej.org.ua/6_2022/25.pdf
4. Кодекс України про адміністративні правопорушення: Кодекс України від 07.12.1984 р. № 8073-Х. *Відомості Верховної Ради УРСР*. 1984. Додаток до № 51. Ст. 1122. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10>
5. Про запобігання та протидію домашньому насильству: Закон України від 07.12.2017 р. № 2229-VIII. *Відомості Верховної Ради України*. 2018. № 5. ст. 35. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2229-19>
6. Про охорону дитинства: Закон України від 26.04.2001 р. № 2402-III. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2402-14>
7. Цивільний кодекс України від 16 січня 2003 р. *Відомості Верховної Ради України*. 2003. № 40–44. Ст. 356. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/435-15>

Товпишко Ярослав Володимирович,
викладач II категорії,
циклової комісії правових дисциплін

РОЛЬ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ У СИСТЕМІ ЗАПОБІГАННЯ ТА ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ

Булінг (цькування) є деструктивним соціальним явищем, що набуло значного поширення в українському суспільстві, особливо в освітньому середовищі. Негативні наслідки булінгу проявляються не лише в порушенні психологічного та фізичного здоров'я дитини, але й у формуванні девіантних моделей поведінки, що в майбутньому можуть призводити до вчинення більш серйозних правопорушень.

Для ефективної протидії цьому явищу в Україні сформована система суб'єктів запобігання та протидії, центральне місце в якій посідає Національна поліція. Саме на її підрозділи покладено завдання первинного реагування, припинення протиправних дій, документування фактів цькування та ініціювання притягнення винних осіб до відповідальності. Однак ефективність діяльності поліції значною мірою залежить від чіткості нормативно-правового регулювання, налагодженості міжвідомчої взаємодії та системного підходу до вирішення проблеми, що на сьогодні залишається недостатньо врегульованим. Це зумовлює актуальність дослідження ролі та місця Національної поліції в зазначеній системі та визначення шляхів оптимізації її діяльності.

Питання протистояння булінгу перебуває у фокусі уваги дослідників у сфері педагогіки, психології та права. Зокрема, І. В. Іщенко підкреслює, що розповсюдження цькування призводить до значних психологічних і фізичних травм, спонукає підлітків до правопорушень та надає цьому феномену статусу загальносуспільної проблеми [2, с. 119]. Аналізуючи коло суб'єктів, відповідальних за протидію, А. О. Козін констатує, що на сьогодні воно є радше простим набором компонентів, аніж злагодженою системою, що базується на тісній взаємодії [3, с. 118]. Водночас науковці вказують на суперечливий характер системи запобігання та протидії булінгу: з одного боку, вона охоплює широке коло учасників, а з іншого – їй бракує чіткої нормативної бази, що перешкоджає досягненню єдиних цілей та виконанню завдань [1, с. 113].

Національна поліція України є центральним та незамінним інституційним елементом у національній системі запобігання та протидії булінгу, виконуючи комплекс завдань, що охоплюють як реактивні, так і превентивні заходи. Її роль не обмежується формальним реагуванням на правопорушення, а передбачає глибоку інтеграцію в соціальні та освітні процеси з метою створення безпечного середовища для дітей.

Першочерговою та найбільш видимою функцією поліції є негайне реагування на факти цькування та припинення протиправних дій. Коли надходить повідомлення про булінг, саме патрульна поліція, дільничні офіцери або спеціалізовані мобільні групи прибувають на місце події. Їхнє завдання полягає в припиненні конфлікту, забезпеченні негайної безпеки постраждалої особи, деескалації ситуації та недопущенні подальшої шкоди. Цей початковий етап є критично важливим, оскільки саме від оперативності та професіоналізму дій поліцейських залежить як фізичний та психологічний стан дитини, так і подальший розвиток справи.

Цей початковий етап логічно переходить у ключову стадію правової кваліфікації та документування. Працівники поліції проводять збір доказів, опитують учасників, свідків та законних представників, після чого складають протокол про адміністративне правопорушення за статтею 173-4 Кодексу України про адміністративні правопорушення. Якісне документування є фундаментом для подальшого притягнення кривдника до відповідальності, адже саме на основі зібраних поліцією матеріалів суд ухвалює рішення. Без належно оформлених доказів та протоколів будь-які подальші юридичні дії стають неможливими, що нівелює зусилля всіх учасників процесу та створює у кривдника відчуття безкарності.

Однак роль поліції не обмежується реактивними заходами. Надзвичайно важливим є превентивний напрям діяльності, який переважно реалізується через підрозділи ювенальної превенції. Їхня робота спрямована на випередження проблеми: проведення інформаційно-просвітницьких бесід та лекцій у закладах освіти, роз'яснення суті булінгу, його наслідків та відповідальності за його вчинення. Крім того, ювенальні поліцейські проводять індивідуальну профілактичну роботу з дітьми, які вже вчиняли цькування або схильні до такої поведінки, та ставлять їх на відповідний облік. Цей аспект роботи є стратегічно важливим, оскільки він спрямований на усунення причин та умов, що породжують булінг, а не тільки на боротьбу з його наслідками.

Ключовим фактором, що визначає ефективність усіх зазначених дій, є налагоджена міжвідомча взаємодія. Поліція не може діяти ізольовано: вона є частиною ширшої системи, куди входять заклади освіти, служби у справах дітей, центри соціальних служб та заклади охорони здоров'я. Саме освітні установи є первинним джерелом інформації, і від їхньої готовності повідомляти про випадки булінгу залежить можливість поліції вчасно втрутитися. У свою чергу, соціальні служби працюють із родинами учасників конфлікту, вивчаючи умови їхнього життя та надаючи необхідну підтримку, саме тому наявність чітких алгоритмів взаємодії є критичною. За аналогією з успішним досвідом протидії домашньому насильству, де взаємодія суб'єктів регулюється окремим

законом та відповідними постановами Уряду [4], сфера протидії булінгу потребує подібного системного підходу.

На жаль, на сьогодні в Україні відсутній єдиний законодавчий акт, який би комплексно регулював цю сферу. Перелік суб'єктів визначений лише на рівні підзаконного акта – наказу МОН № 1646, що є недостатнім для побудови цілісної та ефективної системи. Ця законодавча фрагментарність створює значні перешкоди для ефективної роботи Національної поліції. Відсутність чітко прописаних механізмів обміну інформацією, розмежування повноважень та спільного планування заходів призводить до того, що система працює не як єдиний механізм, а як набір розрізнених інституцій [3, с. 118]. В таких умовах зусилля поліції можуть бути нівельовані через бездіяльність або некоординовані дії інших суб'єктів, що в кінцевому підсумку знижує рівень захищеності дітей від цькування.

Отже, національна поліція України посідає центральне місце у системі суб'єктів запобігання та протидії булінгу, виконуючи функції реагування, правової кваліфікації та превенції. Однак її ефективність обмежується законодавчою фрагментарністю та відсутністю чітких алгоритмів міжвідомчої взаємодії. Лише комплексний підхід, що поєднує чітке правове регулювання та налагоджену інституційну співпрацю, дозволить підвищити ефективність протидії булінгу та забезпечити належний захист прав дитини.

Література

1. Джафарова О. В., Моргунов О. А., Сорочан Д. А. Місце Національної поліції України у системі суб'єктів запобігання та протидії булінгу. *Право і безпека*. 2021. № 3 (82). С. 113–121.
2. Іщенко І. В. Адміністративно-правові засади здійснення підрозділами Національної поліції України ювенальної превенції : дис. ... канд. юрид. наук : 12.00.07. Харків, 2019. 305 с.
3. Козін А. О. До характеристики системи суб'єктів протидії булінгу (цькуванню) в Україні. *Науковий вісник публічного та приватного права*. 2019. № 5 (2). С. 113–118.
4. Роль і завдання поліції в місцевій системі запобігання та протидії домашньому насильству : посіб. / С. В. Альошкін, К. Л. Бойчук, О. В. Даценко, О. В. Ковальова ; за заг. ред. А. Б. Благої. Київ, 2023. 221 с.