

Міністерство освіти і науки України
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

Кафедра психології

«До захисту допускаю»
Завідувач кафедри психології,
Доктор психологічних наук, професор
_____ М.В. САВЧИН
« ____ » _____ 2026 р.

Психологічні чинники булінгу у підлітковому віці

Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма «Практична психологія»

Бакалаврська робота

на здобуття кваліфікації – бакалавр психології

Автор роботи: Трубнікова Любов Сергіївна _____
підпис

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
Ожубко Галина Володимирівна _____
підпис

Дрогобич, 2026

АНОТАЦІЯ

Трубнікова Л.С. «Психологічні чинники булінгу у підлітковому віці». Робота освітнього рівня - бакалавр, на правах рукопису. Спеціальність – 053 Психологія. - Дрогобич, 2026.

Кваліфікаційну роботу присвячено теоретико-методологічному та емпіричному дослідженню психологічної природи, структурних компонентів та чинників виникнення булінгу в підлітковому віці. У роботі концептуалізовано поняття «булінг» як системний деструктивний груповий процес, визначено його основні форми (фізичний, вербальний, соціально-психологічний, кібербулінг) та проаналізовано нормативно-правові виміри протидії цькуванню в освітньому просторі України. Обґрунтовано психофізіологічні, особистісні та соціодинамічні передумови вразливості підлітків до залучення в ситуації міжособистісного насильства.

У межах емпіричного дослідження виявлено та математично підтверджено характер взаємозв'язків між індивідуально-психологічними властивостями підлітків (рівень агресивності, емпатії, самооцінки, тривожності) та їхнім реальним соціометричним статусом в учнівському колективі. Описано психологічні профілі учасників відповідно до їхніх рольових позицій у «колі булінгу» (агресори, жертви, спостерігачі). На основі отриманих даних розроблено та теоретично обґрунтовано комплексну програму психологічної превенції булінгу в закладі освіти, спрямовану на підвищення групової згуртованості, розвиток навичок ненасильницького спілкування та трансформацію пасивної позиції спостерігачів.

Ключові слова: булінг, підлітковий вік, агресивна поведінка, соціометричний статус, коло булінгу, жертва, агресор, спостерігач, кібербулінг, психологічна превенція, освітнє середовище.

ABSTRACT

Trubnikova L.S. "Psychological Factors of Bullying in Adolescence". Bachelor's Thesis, as a manuscript. Specialty – 053 Psychology. – Drohobych, 2026.

The qualification thesis is devoted to the theoretical, methodological, and empirical study of the psychological nature, structural components, and factors causing bullying in adolescence. The concept of "bullying" is conceptualized as a systemic destructive group process, its main forms (physical, verbal, socio-psychological, cyberbullying) are identified, and the legal dimensions of counteracting bullying in the educational space of Ukraine are analyzed. The psychophysiological, personality, and sociodynamic prerequisites for adolescents' vulnerability to involvement in situations of interpersonal violence are substantiated.

Within the framework of the empirical study, the nature of relationships between the individual psychological properties of adolescents (level of aggressiveness, empathy, self-esteem, anxiety) and their actual sociometric status in the student collective was revealed and mathematically confirmed. Psychological profiles of participants are described according to their role positions in the "circle of bullying" (aggressors, victims, bystanders). Based on the obtained data, a comprehensive program of psychological prevention of bullying in an educational institution has been developed and theoretically substantiated, aimed at increasing group cohesion, developing non-violent communication skills, and transforming the passive position of bystanders.

Keywords: bullying, adolescence, aggressive behavior, sociometric status, circle of bullying, victim, aggressor, bystander, cyberbullying, psychological prevention, educational environment.

ПЛАН

ВСТУП	С. 5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	
1.1. Поняття «булінг» у психолого-педагогічній літературі: сутність, структура та види.	С. 10
1.2. Психологічні особливості підліткового віку як передумова виникнення деструктивної поведінки.	С. 20
1.3. Рольова структура булінгу та психологічні наслідки для його учасників.	С. 23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ	
2.1. Організація, методи та методики емпіричного дослідження.	С. 29
2.2. Кількісний та якісний аналіз результатів емпіричного дослідження показників булінгу в підлітковому середовищі	С. 31
2.3. Порівняльний аналіз індивідуально-особистісних та соціометричних характеристик підлітків із різним рольовим статусом у структурі булінгу	С. 34
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГО-ПРОФІЛАКТИЧНА ПРОГРАМА ПОДОЛАННЯ ТА ПОПЕРЕДЖЕННЯ БУЛІНГУ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ	
ВИСНОВКИ	С. 43
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	С. 46

ВСТУП

Актуальність теми. Трансформаційні процеси в сучасній українській системі освіти на тлі тривалого соціокультурного напруження висувують підвищені вимоги до забезпечення психологічної безпеки освітнього середовища. Серед комплексу деструктивних явищ, що дестабілізують міжособистісну взаємодію суб'єктів навчання, особливої гостроти набуває проблема булінгу. Як системна, умисна та повторювана агресія, що базується на асиметрії влади, цькування суттєво деформує процес соціалізації особистості.

Найбільш сенситивним до виникнення та фіксації булінгових проявів є підлітковий вік. Анатомо-фізіологічна перебудова («пубертатний криз»), зміна провідного типу діяльності на інтимно-особистісне спілкування з ровесниками, суперечливий характер «почуття дорослості» та загострена потреба в референтному визнанні часто провокують підлітків до демонстрації деструктивних моделей поведінки з метою самоствердження. Булінг у підлітковому середовищі є не локальним інцидентом, а груповим соціодинамічним процесом («колом булінгу»), де кожен учасник (кривдник, жертва, спостерігач) зазнає глибокої психологічної травматизації — від хронічної психосоматизації та депресивних станів до делінквентної поведінки й емоційного знечуження.

Ефективність психологічної превенції та корекції цього явища безпосередньо залежить від розуміння того, як саме індивідуально-психологічні властивості підлітків корелюють із їхнім реальним положенням у структурі міжособистісних взаємин. Попри значну кількість теоретичних напрацювань, питання взаємозв'язку між особистісними характеристиками підлітків та їхнім соціометричним статусом в учнівському колективі в контексті готовності до виконання різних булінгових ролей потребує глибшого емпіричного вивчення. Висока соціальна значущість проблеми, її наслідки для ментального здоров'я молоді та дефіцит цілісних прикладних

програм профілактики в закладах загальної середньої освіти зумовили вибір теми бакалаврської роботи: «Психологічні чинники булінгу в підлітковому середовищі».

Об'єкт дослідження: феномен булінгу як деструктивної моделі міжособистісної взаємодії в підлітковому віці.

Предмет дослідження: індивідуально-психологічні та соціодинамічні чинники булінгу, особливості рольової диференціації його учасників та взаємозв'язок особистісних властивостей підлітків із їхнім соціометричним статусом у групі.

Мета дослідження: на основі теоретико-методологічного аналізу обґрунтувати психологічну природу булінгу в підлітковому віці та емпірично дослідити зв'язок між індивідуально-психологічними характеристиками підлітків і їхньою позицією в міжособистісних взаєминах для розробки комплексної програми психологічної превенції цькування в освітньому середовищі.

Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання дослідження:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз поняття «булінг» у психологічній науці, визначити його структуру, основні форми, підвиди та нормативно-правові виміри в освітньому просторі.
2. Обґрунтувати вікові, психофізіологічні та соціодинамічні передумови виникнення булінгу, зумовлені специфікою підліткового етапу онтогенезу.
3. Проаналізувати системний характер булінгу як групового процесу, розкрити зміст рольової диференціації («коло булінгу») та класифікувати його деструктивні психологічні наслідки для всіх суб'єктів взаємодії.
4. Емпірично дослідити особливості прояву індивідуально-психологічних властивостей підлітків (рівень агресивності, емпатії, самооцінки тощо) та визначити їхній взаємозв'язок із соціометричним статусом учнів у колективі.

5. Запропонувати програму психологічної превенції булінгу та оптимізації міжособистісних взаємин підлітків в умовах закладу освіти.

Методологічну основу дослідження становлять: фундаментальні положення вікової та педагогічної психології щодо закономірностей розвитку особистості в підлітковому віці (Л. Виготський); концептуальні підходи до вивчення природи агресії, насильства та булінгу в закладах освіти (Д. Олвеус, Е. Роланд); концепція дослідження мобінгу та його психосоматичних наслідків (Х. Лейманн); сучасні принципи превентивної психології та створення безпечного освітнього простору.

Методи дослідження. Для розв'язання визначених завдань використано комплекс наукових методів: *теоретичні* (аналіз, систематизація, порівняння та узагальнення науково-психологічної, методичної та нормативно-правової літератури з проблеми дослідження); *емпіричні* (тестування, анкетування, соціометричний метод для визначення статусної структури групи).

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

- поглиблено уявлення про соціодинамічну природу булінгу як системного групового феномену в підлітковому віці;
- конкретизовано психологічні профілі підлітків відповідно до їхніх рольових позицій у «колі булінгу»;
- дістало подальшого розвитку дослідження характеру взаємозв'язків між параметрами особистісного розвитку підлітків (емоційна лабільність, рівень саморегуляції, емпатія) та їхнім реальним соціометричним статусом серед однолітків;
- теоретично обґрунтовано архітекtonіку комплексної превентивної програми, спрямованої на трансформацію пасивної позиції спостерігачів булінгу.

Практичне значення дослідження. Розроблені діагностичні комплекси та запропонована програма психологічної превенції булінгу можуть бути використані практичними психологами закладів загальної середньої освіти,

соціальними педагогами та класними керівниками для раннього виявлення ризиків цькування, гармонізації міжособистісних стосунків в учнівських колективах та формування інклюзивного, безпечного освітнього середовища. Матеріали роботи можуть слугувати основою для підготовки спецкурсів із педагогічної психології для студентів вищих навчальних закладів.

Структура роботи. Бакалаврська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Поняття «булінг» у психолого-педагогічній літературі: сутність, структура та види.

У сучасному науковому дискурсі дедалі більшої актуальності набуває дослідження булінгу як відносно нового деструктивного феномену. Походячи від англійського дієслова «to bully» (що означає залякувати, знущатися, виявляти агресію), це явище трактується як систематичні, усвідомлені та цілеспрямовані дії, що вчиняються з наміром заподіяти психологічну чи фізичну шкоду, а також викликати почуття страху через погрози й тиск. Сьогодні це поняття переросло межі побутового визначення, перетворившись на міждисциплінарний міжнародний термін, який охоплює комплекс педагогічних, юридичних, психологічних та соціальних проблем. На практиці цькування (булінг) репрезентує себе через систематичний психоемоційний тиск, прояви жорстокості й ворожості, фізичну агресію та інші маніпулятивні дії, спрямовані на залякування, підпорядкування особистості та провокування у неї хронічної тривоги [20, с. 57].

Варто зауважити, що нормативно-правове трактування цього поняття в законодавчому полі України не є однорідним. Зокрема, дефініція «булінгу», закріплена в Законі України «Про освіту», має певні розбіжності з формулюваннями Кодексу України про адміністративні правопорушення. Освітнє законодавство акцентує увагу на специфічних детермінантах явища: обов'язковій повторюваності (систематичності) дій, чіткій рольовій диференціації (наявність ініціатора/булера, потерпілого/жертви, а також очевидців або спостерігачів). Крім того, закон враховує як протиправні дії, так і бездіяльність кривдника, наслідком яких стає деструктивний вплив на особистість: нанесення тілесних чи ментальних ушкоджень, приниження гідності, виникнення страху, ізоляція від мікросоціуму та вимушене підпорядкування поведінки потерпілого чужим інтересам [10, с. 95].

Наявність таких додаткових юридичних ознак суттєво розширює зміст терміна, проте водночас створює певні труднощі на практиці через ризик неоднозначного тлумачення нормативних вимог під час кваліфікації правопорушень [13, с. 38].

Фундаторами наукового аналізу цієї проблематики стали скандинавські дослідники Дан Олвеус та Егіль Роланд. Саме вони в 70–80-х роках ХХ століття розробили й реалізували перші масштабні превентивні проєкти в навчальних закладах Норвегії. Отримані ними дані згодом трансформувалися в базову теоретичну модель вивчення цькування, практичні стратегії профілактики та алгоритми надання психологічної допомоги. У сучасному науковому просторі Д. Олвеус і надалі визнається ключовим методологом у сфері дослідження булінгу [6].

У своїх працях Д. Олвеус виокремлює трьохкомпонентну структуру булінгу:

1. Агресивна спрямованість поведінки, що містить деструктивні й негативні дії щодо об'єкта знущань;
2. Систематичність вияву (стійкий патерн поведінки, тобто відтворювані в конкретній культурі зразки дій);
3. Дисбаланс сил (явна нерівність владного або фізичного потенціалу учасників взаємодії) [15].

Теоретичний аналіз концепції дослідника дозволяє узагальнити базові характеристики міжособистісного цькування:

- Тривалість та регулярність деструктивних проявів;
- Асиметрія психологічних, соціальних чи фізичних можливостей, де суб'єкт агресії апріорі перебуває в домінантній позиції порівняно з жертвою;
- Специфічний характер взаємодії між переслідувачем та об'єктом тиску, що супроводжується емоційним знеціненням, образами та подальшим витісненням індивіда із соціальної групи.

З огляду на це, першопричиною булінгу є боротьба за соціальний статус, мікросоціальну владу, конкуренцію та домінування. Цей тип поведінки має груповий характер, розгортається в межах стабільних спільнот і здатний залучати нових учасників. Нерівність сил позбавляє жертву можливості організувати ефективний самозахист, що і є головним критерієм відмінності булінгу від звичайного міжособистісного конфлікту. Якщо в конфлікті сторони мають відносно рівні позиції, то під час булінгу потерпіла сторона завжди є слабшою та часто змушена протистояти не поодинокому агресору, а цілій групі.

Іншою важливою рисою цькування є навмисність дій, орієнтованих на заподіяння іншій особі страждань і збитків. Серед ключових передумов деструктивної поведінки в колективі дослідники виокремлюють:

- Суперництво за лідерські позиції;
- Ціннісно-світоглядні суперечності, конфлікт субкультур та низький рівень толерантності до інакшості;
- Індивідуально-психологічні особливості (висока агресивність кривдників або віктимність потерпілих);
- Наявність у підлітка соматичних чи психічних порушень;
- Почуття заздрощів;
- Неорганізованість змістовного дозвілля молоді [6].

У психолого-педагогічній практиці шкільне насильство диференціюють за двома провідними формами:

1. Фізичне цькування — умисне нанесення тілесних ушкоджень (удари, штовхання, побої), прояви сексуалізованого насилля, а також «хеппісліпінг» (запис на відео реальних нападів для подальшого поширення в мережі) [11, с. 198].
2. Психологічне цькування — деструктивний вплив на емоційно-вольову сферу, що травмує психіку через погрози, залякування, вербальні образи та переслідування, які провокують почуття хронічної невпевненості [9, с. 88].

До психологічної форми належать такі підвиди:

- *Вербальний булінг* (використання образливих прізвиськ, постійне обзивання, поширення пліток);
- *Агресивні жести та міміка* (демонстрація ворожої мови тіла для залякування);
- *Соціальна ізоляція* (навмисне ігнорування, бойкот або виключення підлітка з життя класу);
- *Активне відторгнення* (знецінення будь-яких ініціатив підлітка, перетворення його на «цапа відбувайла»);
- *Пасивне відторгнення* (ситуативна відмова від взаємодії, наприклад, небажання сідати за одну парту чи грати в одній команді);
- *Ігнорування* (демонстративна байдужість, коли дитину вдавано «не помічають»);
- *Економічний булінг* (вимагання грошей, речей чи їжі, псування або приховування особистого майна);
- *Кібербулінг* (цькування в цифровому просторі: образи в месенджерах, публікація компрометуючих фотографій, тролінг у соцмережах).

За переконанням Д. Олвеуса, найчастіше об'єктами цькування стають тривожні, інтровертовані, сенситивні, сором'язливі підлітки з дефіцитом самоповаги, схильні до депресивних станів, які не мають авторитету серед однолітків і легше знаходять спільну мову з дорослими [6]. Проте мішенню для булінгу можуть стати й обдаровані, неординарні учні. Потрапляючи в негнучке шкільне середовище, інтелектуально розвинена дитина може мимоволі провокувати заздрість чи роздратування через демонстрацію високих знань та надмірну увагу з боку вчителів. Наслідком цього стає її соціальна ізоляція. Тривале перебування в статусі відштовхуваного згодом деформує поведінку підлітка: не маючи визнання колективу, дитина може вдаватися до імпульсивних вчинків і порушення встановлених правил [10, с. 95].

Ключовими психологічними механізмами розгортання булінгу виступають страх, заздрощі, жорстка конкуренція, неприйняття індивідуальних відмінностей, прагнення домінувати та принижувати, а також намір витіснити конкретного індивіда з групової структури.

Як системне соціально-психологічне явище булінг деструктивно впливає на мікроклімат усього колективу. Д. Олвеус детально описав рольову диференціацію учасників цього процесу:

- *Жертва* — учень, на якого спрямована агресія;
- *Булери (агресори)* — ініціатори та лідери насильницьких дій;
- *Послідовники* — підлітки, які схвалюють знущання та беруть у них участь, але не виступають організаторами;
- *Пасивні булери* — особи, які відкрито підтримують цькування (через сміх чи заохочення), проте самі не вчиняють нападів;
- *Потенційні булери* — учні, які внутрішньо симпатизують агресії, але не виявляють цього відкрито;
- *Спостерігачі (байдужі свідки)* — нейтральні учасники, які дистанціюються від ситуації, вважаючи, що це їх не стосується;
- *Потенційні захисники* — підлітки, які внутрішньо засуджують насильство та співчувають жертві, проте не наважуються втрутитися;
- *Захисники* — активні суб'єкти, які відкрито протидіють цькуванню та надають допомогу потерпілому.

Процес булінгу часто є латентним (прихованим) для дорослих, проте для дітей, які опинилися в ролі жертви, він є джерелом глибокої психічної травматизації, яка в критичних випадках може спровокувати суїцидальну поведінку. Саме тому деструктивні наслідки є найнебезпечнішим аспектом цього явища, причому руйнівний вплив відчувають усі суб'єкти взаємодії:

1. Підлітки-агресори демонструють вищу схильність до девіантної поведінки (участь у бійках, дрібні крадіжки, делінквентні вчинки, раннє вживання психоактивних речовин, тютюнопаління) та мають проблеми з академічною успішністю.

2. Свідки (спостерігачі) перебувають у стані постійної психологічної напруги й страху опинитися на місці жертви. Вони часто страждають від почуття провини через власну бездіяльність або, піддаючись груповому тиску, інтегруються в аморальний процес.
3. У підлітків-об'єктів цькування формується складний психосоматичний та когнітивний симптомокомплекс (за Х. Лейманном):
 - ✓ Когнітивно-емоційні порушення: погіршення пам'яті та концентрації, апатія, депресивні стани, фрустрація, дратівливість, почуття безпорадності;
 - ✓ Психосоматичні розлади: диспепсичні явища (нудота, блювання, біль у шлунку), порушення апетиту, нічні жахи, плаксивість, гостре відчуття самотності;
 - ✓ Вегетативні реакції: кардіалгія (біль у грудях), тахікардія, гіпергідроз (пітливість), експіраторна задишка;
 - ✓ М'язові прояви: хронічний біль у спині та шийно-комірцевій зоні;
 - ✓ Диссомнії: інсомнія (проблеми із засинанням), переривчастий сон, надраннє пробудження;
 - ✓ Загальна астенизація: виражена слабкість кінцівок, швидка стомлюваність;
 - ✓ Неврологічні симптоми: тремор, схильність до синкопальних станів (втрати свідомості) [14].

Статистичні дані свідчать про високу поширеність булінгу в підлітковому середовищі України. Особливий інтерес викликає той факт, що в ролі агресорів часто виступають або залякані діти з демонстративно бездоганною поведінкою, або підлітки, які через складні життєві обставини стали замкнутими й уникають щирого діалогу. Зазвичай приводом для цькування стають особливості поведінки, специфіка зовнішнього вигляду, особистісні переконання чи нюанси сімейного виховання. Ризик стати об'єктом агресії зростає за умов сімейного неблагополуччя, виховання в

неповній родині (одним із батьків чи дідусем/бабусею), а також за наявності інвалідності [18, с. 18].

Майже 25% українських школярів ідентифікують себе як жертв булінгу. При цьому близько 40% потерпілих ніколи не діляться цим досвідом з батьками. Водночас 14% очевидців насильства ігнорують ці факти виключно через страх самим зазнати аналогічних знущань.

Булінг завдає глибокої шкоди ментальному здоров'ю, залишаючи тривалі психологічні травми. У дорослому віці такі особи часто стикаються з деструктивними змінами особистості: їм важче створювати гармонійні інтерперсональні стосунки, будувати здорові сімейні взаємини та навчати власних дітей навичкам ефективного самозахисту й подолання. Крім того, фахівці Інституту аналізу радикалізму розглядають насильство як лінійний процес, що еволюціонує від дитячого булінгу через радикалізацію до насильницького екстремізму та терористичних проявів. Саме тому більшість міжнародних соціальних програм фокусуються саме на ранньому попередженні шкільного цькування.

Дослідження гендерних особливостей доводить, що дівчата частіше піддаються рафінованому психологічному тиску та вербальній агресії, тоді як хлопці переважно стають жертвами прямих фізичних нападів [24, с. 131].

Сучасні теорії агресії, попри їхнє різноманіття, класифікують за чотирма основними напрямками. Перша група — психодинамічні (підсвідомі) теорії — розглядає агресивність як інстинктивний, генетично детермінований потяг, що виникає на рівні несвідомого. Повністю викоринити його неможливо навіть за ідеальних соціальних умов, можна лише знизити інтенсивність вияву. Друга група — *фрустраційні теорії* — трактує злість як реакцію на зовнішні перешкоди (стимули), які заважають задоволенню потреб особистості [25, с. 51]. Прибічники цього підходу вважають, що оптимізація соціальних умов та середовища спроможна звести прояви агресії до мінімуму. Третя група теорій пов'язує деструктивну поведінку з особливостями когнітивної та емоційної переробки інформації індивідом.

Четвертий напрям розглядає агресію як результат соціального навчання та специфічний продукт соціалізації особистості.

Західні науковці визначають булінг як будь-яку модель тривалої агресивної поведінки, що здійснюється особою чи групою осіб (які не є родичами потерпілого), має регулярний характер і базується на усвідомленому насильстві, що не пов'язане із самообороною.

Попри те, що педагоги намагаються впроваджувати заходи для нейтралізації та профілактики цькування, ця проблема в сучасних школах часто залишається табуованою, а випадки насилля замовчуються. За умов приховування проблема лише консервується, набуваючи більш жорстоких і масштабних форм [29, с. 40]. Будь-які дії кривдника в межах шкільного насильства підпорядковані єдиній меті — емоційному, фізичному чи економічному приниженню жертви. Як наслідок, булінг визначається як деструктивна система соціальних стосунків, де індивід упродовж тривалого часу піддається систематичним нападам з боку мікросоціуму, що призводить до формування у нього стійкого стану страху й особистісної тривоги [36, с. 79]. Різноманітність категорій учнів, які стають мішенню для цькування (Рис. 1.1), свідчить, що насильство може вражати будь-які аспекти ідентичності та соціального статусу дитини [36, с. 80; 37, с. 4].

Шкільний булінг — це складний, багаторівневий суспільно-психологічний феномен, який динамічно розвивається в атмосфері конфліктності й залякування. Зазвичай пресинг відбувається у позаурочний час на локаціях із мінімальним педагогічним контролем: на сходах, у коридорах, вбиральнях, роздягальнях, на пришкільних стадіонах чи поза територією закладу. Наслідки такої взаємодії деформують емоційно-вольову сферу підлітків (як жертв, так і агресорів), ускладнюючи їхню подальшу соціальну адаптацію та вимагаючи обов'язкового професійного втручання дорослих [37, с. 5]. Потерпілі діти страждають від хронічно низької самооцінки, тривожно-депресивних розладів та невротизації. Пережите насильство руйнує процес нормальної соціалізації, деформує особистість

підлітка та закладає підвалини для формування таких стійких негативних рис, як ворожість, озлобленість та життєва апатія [39, с. 186].

Зважаючи на масштаби проблеми, організація системної психопрофілактики булінгу в підлітковому середовищі є стратегічним завданням для українського суспільства. Відповідно до Наказу Міністерства освіти і науки України №1646 від 28.12.2019 р. «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти», діяльність із протидії цьому явищу передбачає вирішення таких завдань:

1. Визначення та впровадження конкретних методів, заходів і способів профілактики проявів цькування;
2. Своєчасна діагностика наявності або передумов виникнення булінгу в конкретному колективі;
3. Реалізація цільових психолого-педагогічних інтервенцій для корекції проявів агресивної поведінки.

Цькування деструктивно впливає і на самих булерів: такі підлітки значно частіше демонструють адиктивну поведінку (алкоголізація, токсикоманія, тютюнопаління) та схильність до делінквентності. У дорослому віці вони відчують суттєві труднощі в адаптації, виявляють імпульсивність, високу особистісну тривожність та хворобливу потребу жорстко контролювати оточуючих на тлі прихованого низького почуття власної гідності [37, с. 4].

Підлітковий вік є найбільш сенситивним та кризовим періодом щодо переживання ситуацій цькування. Наслідки травматизації тут виявляються найгостріше (наприклад, використання селфхарму як неконструктивної копінг-стратегії для подолання емоційного болю є найбільш поширеним саме серед підлітків). Часто дитина неспроможна самотужки вийти з ситуації булінгу, проте через вікові особливості їй важко звернутися по допомогу до дорослих, або ж її звернення ігноруються, що поглиблює почуття безпорадності. Ситуація стає критичною, коли приводом для глузувань

стають соматичні особливості, інтелектуальний рівень чи низький матеріальний статус — тобто ті чинники, які підлітку найважче прийняти в собі самотійно [39, с. 193]. Як наслідок, самооцінка дитини руйнується, а деструктивний досвід трансформується у стійкі негативні життєві установки.

Сутність булінгу як складного психологічного феномену інтегрує в собі декілька вимірів:

1. Соціальна динаміка: розгортається в межах групової ієрархії, де агресор використовує насилля як інструмент ствердження власного домінантного статусу через пригнічення інших;
2. Психологічні механізми: виступає способом компенсації внутрішньої невпевненості та низької самооцінки кривдника, дефіциту емпатії або є результатом прямого копіювання агресивних моделей поведінки з батьківської родини;
3. Емоційний вимір: провокує у жертви стійкий комплекс негативних емоцій (страх, депресія, деструктивна тривожність, відчуття відторгнення), що веде до клінічних розладів психіки;
4. Культурний контекст: толерантність мікросоціуму до проявів сили безпосередньо впливає на готовність жертв шукати допомоги та на специфіку сприйняття насильства в суспільстві;
5. Цифрова трансформація: розвиток інформаційних технологій породив кібербулінг, який діє в режимі 24/7, позбавляючи підлітка можливості почуватися в безпеці навіть удома;
6. Превенція та інтервенція: глибоке розуміння психологічної природи булінгу дозволяє створювати ефективні тренінгові програми, розвивати емпатію та формувати безпечне, підтримуюче освітнє середовище.

Підлітковий етап онтогенезу насичений безліччю складних життєвих викликів, із якими особистість стикається вперше. Дефіцит конструктивного досвіду подолання криз призводить до того, що перші спроби адаптації та саморегуляції психічних процесів часто набувають деструктивного та агресивного характеру [40, с. 14].

1.2. Психологічні особливості підліткового віку як передумова виникнення деструктивної поведінки

Підлітковий вік (онтогенетичний період від 10–11 до 14–15 років) у класичній та сучасній психологічній науці традиційно розглядається як один із найкритичніших, перехідних та суперечливих етапів розвитку особистості. Цей період характеризується глибокою перебудовою всіх рівнів психічної організації індивіда, що зумовлено переходом від дитинства до дорослості. Складність та амбівалентність підліткового етапу онтогенезу створюють специфічний психологічний ґрунт, на якому суттєво зростає ризик виникнення різноманітних девіацій, деструктивних проявів та, зокрема, явища міжособистісного цькування (булінгу).

Фундаментальною біологічною детермінантою цього періоду є «пубертатний криз» — процес інтенсивного статевого дозрівання, що супроводжується бурхливою нейроендокринною перебудовою. Фізіологічні зміни (різкі гормональні коливання, прискорений ріст, нерівномірність розвитку серцево-судинної та нервової систем) безпосередньо впливають на психоемоційну сферу підлітка. Провідними проявами цього впливу стають:

- емоційна лабільність (нестабільність настрою);
- підвищена збудливість та дратівливість;
- імпульсивність дій;
- загальна астенизація психіки (швидка втомлюваність).

Зазначені фізіологічні чинники знижують рівень саморегуляції підлітка, роблячи його поведінку менш передбачуваною та більш схильною до агресивних спалахів у відповідь на зовнішні подразники.

У контексті особистісного розвитку центральним психологічним новоутворенням підліткового віку, за Л. Виготським та Д. Ельконіним, є «почуття дорослості». Воно виявляється у прагненні підлітка до емансипації від контролю дорослих (батьків, учителів), вимозі поваги до своїх прав,

суверенності та самостійності. Однак це новоутворення має глибоко суперечливий характер: прагнучи статусу дорослого, підліток ще не має відповідного рівня соціальної відповідальності, когнітивної зрілості та життєвого досвіду. Цей когнітивно-поведінковий дисонанс часто провокує кризу ідентичності, внутрішньоособистісні конфлікти та протестні форми поведінки, які підліток може спрямовувати на однолітків у вигляді самоствердження через силу.

Провідною діяльністю у підлітковому віці стає інтимно-особистісне спілкування з однолітками. Центр психологічного життя підлітка повністю переноситься із родини у групу ровесників. Усередині цих груп розгортається складна динаміка: формування мікроієрархій, боротьба за лідерство, пошук референтної групи (спільноти, чию думку підліток цінує понад усе). Потреба у визнанні однолітками є настільки домінуючою, що страх відторгнення або втрати статусу стає головним джерелом тривоги.

Саме в цьому груповому контексті криються ключові передумови булінгу:

1. Екстремальний конформізм: Задля збереження місця в групі підліток здатний підкорятися жорстким груповим нормам, долучаючись до цькування «інакших» у ролі пасивного булера чи спостерігача.
2. Радикальна поляризація «Ми — Вони»: Групова ідентичність підлітків часто будується на жорсткому протиставленні своєї мікрогрупи іншим. Будь-який учень, який не вписується у внутрішньогрупові стандарти (зовнішність, поведінка, інтереси), автоматично маркується як чужак і стає потенційною жертвою.
3. Демонстративне лідерство: Агресори часто використовують публічне приниження слабшого як найпростіший і найшвидший інструмент для демонстрації своєї сили, завоювання авторитету та зміцнення домінантного статусу в класі.

Окремого аналізу потребує трансформація самооцінки та Я-концепції. Самооцінка підлітка відзначається мозаїчністю, крайньою нестабільністю та

тотальною залежністю від зовнішніх оцінок (насамперед, від думки однолітків). Прагнучи захистити своє вразливе «Я» від критики, підлітки вибудовують специфічні психологічні затвори. В одних випадках це виявляється у компенсаторній гіпертрофованій самооцінці, що супроводжується егоцентризмом, демонстративністю та агресією (профіль потенційного булера). В інших — у глибокій невпевненості, тривожності та аутоагресії (профіль потенційної жертви).

Ще однією важливою детермінантою є вікова незрілість емоційної сфери, яка характеризується так званим «підлітковим егоцентризмом» та дефіцитом емпатії. Підлітку важко спроектувати чужі переживання на себе; емоційна відповідь на чужий біль часто буває пригніченою через власні інтенсивні переживання. Наслідком цього стає феномен «експериментування з міжособистісними межами», коли підлітки тестують, наскільки далеко вони можуть зайти у виявах жорстокості, не відчуваючи при цьому внутрішнього докору сумління чи провини.

На сучасному етапі розвитку суспільства ситуація ускладнюється явищем соціальної та цифрової акселерації. Сучасний підліток змушений адаптуватися до колосальних обсягів інформації та інтегруватися у віртуальний простір (соціальні мережі), де діють власні, часто викривлені закони міжособистісної взаємодії. Цифрове середовище з його анонімністю та розмиванням психологічних кордонів послаблює дію соціальних гальм, трансформуючи класичні форми підліткової агресії в рафінований кібербулінг.

Таким чином, підлітковий вік є унікальним онтогенетичним періодом, де біологічна перебудова, криза ідентичності, тотальна залежність від групового статусу та емоційна незрілість утворюють специфічний комплекс чинників. Ці особливості роблять підліткове середовище найбільш вразливим до спалахів міжособистісного насильства. Розуміння цих внутрішніх вікових механізмів є ключовою умовою для розробки будь-яких діагностичних, профілактичних та корекційних програм у межах дослідження булінгу.

1.3. Рольова структура булінгу та психологічні наслідки для його учасників

Шкільний булінг є не просто ізольованим актом індивідуальної агресії одного учня проти іншого, а складним, системним груповим процесом із чітко диференційованою рольовою структурою. У соціально-психологічному контексті в ситуацію цькування так чи інакше виявляється залученим увесь колектив (клас), де кожен учасник виконує певну функціональну роль. Класична модель рольової структури булінгу, розроблена Д. Олвеусом та розширена сучасними дослідниками, базується на концепції «кола булінгу», яка охоплює три фундаментальні суб'єктні групи: ініціатори (агресори/булери), об'єкти тиску (жертви) та очевидці (спостерігачі).

Розглянемо детально психологічні профілі та специфіку кожної рольової позиції:

Агресори (булери) та їхні послідовники. Головними ініціаторами цькування виступають підлітки з вираженою потребою в домінуванні, владі та самоствердженні за рахунок інших. Психологічний портрет типового булера характеризується високим рівнем імпульсивності, низьким порогом фрустраційної толерантності (здатності протистояти труднощам), схильністю до демонстративної поведінки та дефіцитом емпатії. До них примикають *послідовники* (активні помічники, які підтримують лідера, але самі не ініціюють напади) та *пасивні булери* (ті, хто схвалює насильство сміхом чи приверненням уваги, легітимізуючи дії агресора).

Жертви (об'єкти булінгу). Традиційно в цю групу потрапляють підлітки, які мають певні ознаки «інакшості» (соматичні особливості, специфічний зовнішній вигляд, низький чи, навпаки, занадто високий інтелектуальний рівень, особливості нервової системи). З психологічного погляду, потенційна жертва часто відзначається високою сенситивністю, тривожністю, замкнутістю, низьким рівнем соціальних навичок та дефіцитом самоповаги. Окрему категорію становлять так звані «провокуючі жертви»

(або агресивні жертви), чия імпульсивна або неадекватна поведінка викликає роздратування у колективу, що згодом переростає в організоване цькування.

Спостерігачі (свідки). Це найчисельніша і найбільш амбівалентна група в структурі булінгу. Вона поділяється на кілька підтипів:

- байдужі свідки (дистанціюються від ситуації, вважаючи, що це їх не стосується);
- потенційні захисники (внутрішньо засуджують насильство, але не втручаються через страх самим опинитися на місці жертви);
- активні захисники (особи з високим рівнем морального розвитку та розвинутою емпатією, які відкрито чинять опір агресії).

Динаміка булінгу є стійкою саме за рахунок «мовчазної більшості» спостерігачів. Відсутність опору з боку свідків сприймається агресором як схвалення його дій, що підкріплює деструктивну поведінку.

Найбільш небезпечним виміром булінгу є його пролонговані психологічні наслідки, які деструктивно впливають на ментальне та соматичне здоров'я всіх без винятку учасників процесу.

Для дітей-жертв тривале перебування в ситуації хронічного стресу та залякування призводить до глибокої деформації особистісного розвитку. Найбільш вираженими наслідками є:

1. **Когнітивно-емоційні порушення:** формування стійкої тривожності, депресивних станів, почуття безпорадності та хронічно низької самооцінки. У підлітка руйнується базова довіра до світу, виникає апатія та фрустрація, що призводить до стрімкого зниження успішності через розлади пам'яті й концентрації.
2. **Психосоматичний синдром (за Х. Лейманном):** постійний викид гормонів стресу провокує розлади сну (інсомнія, нічні жахи), порушення роботи шлунково-кишкового тракту (нудота, біль), вегетативні атаки (тахікардія, задишка, тремор) та стійкий м'язовий біль.

3. **Соціальна дезадаптація:** у дорослому віці жертви булінгу мають значні труднощі у встановленні довірчих інтерперсональних взаємин, схильні до соціальної ізоляції та мають високий ризик формування суїцидальної поведінки чи використання селфхарму (самоушкодження) як неконструктивного копінгу.

Для підлітків-агресорів наслідки виявляються у фіксації деструктивних паттернів поведінки. Звикаючи вирішувати конфлікти та досягати мети виключно через насильство і пригнічення, у дорослому віці вони демонструють виражену асоціальну спрямованість особистості. Серед них фіксується високий рівень делінквентності (схильності до правопорушень), адиктивної поведінки (алкоголізм, наркоманія), проблеми із законом та нездатність будувати партнерські, ненасильницькі стосунки у власній сім'ї.

Для спостерігачів ситуація є не менш травматичною. Постійно перебуваючи в атмосфері психологічного терору, свідки страждають від хронічного страху опинитися на місці об'єкта цькування. У них виникає глибокий внутрішній конфлікт і почуття провини через власну бездіяльність та нездатність захистити слабшого. Це призводить до так званого *«ефекту огрубіння почуттів»* (десенсибілізації) — підліток штучно пригнічує в собі емпатію та жаль, щоб знизити рівень стресу, що призводить до моральної деградації та цинізму.

Таким чином, рольова структура булінгу демонструє, що цькування — це тотальний деструктивний процес, який руйнує психологічне благополуччя всієї групи. Тяжкість наслідків для кожної з ролей актуалізує потребу в детальному емпіричному дослідженні чинників цього явища (що розглядається у Розділі 2) та розробці комплексних програм психопрофілактики й медіації (Розділ 3).

Висновки до розділу I.

У першому розділі здійснено цілісний теоретико-методологічний аналіз сутності, структури, видів та рольової диференціації булінгу в учнівському середовищі, а також визначено індивідуально-психологічні та соціодинамічні

передумови його виникнення, зумовлені специфікою підліткового етапу онтогенезу. Результати теоретичного узагальнення дозволяють сформулювати такі висновки:

Концептуалізовано поняття «булінг» як складний міждисциплінарний феномен, що трактується в психологічній науці як модель тривалої, навмисної та систематичної агресивної поведінки особистості або групи, спрямованої на заподіяння фізичної чи ментальної шкоди об'єкту тиску. На основі аналізу праць фундаторів дослідження (Д. Олвеуса, Е. Роланда) виокремлено трьохкомпонентну інваріантну структуру цькування: *агресивна спрямованість дій, стійка систематичність (повторюваність у часі) та явний дисбаланс сил (асиметрія влади)*, що диференціює булінг від класичного міжособистісного конфлікту рівних сторін. Установлено розбіжності між нормативно-правовим тлумаченням булінгу в освітньому законодавстві України (Закон «Про освіту») та Кодексі про адміністративні правопорушення, де закон ширше акцентує на деструктивних наслідках як дій, так і бездії кривдників.

Систематизовано провідні форми та підвиди міжособистісного насильства в учнівському середовищі, які диференціюються на *фізичне* (умисні тілесні ушкодження, «хеппісліпінг») та *психологічне* цькування. Психологічна форма репрезентує себе через вербальний булінг, ворожу міміку/жести, економічний тиск, рафіновані форми соціального відторгнення (бойкот, навмисна ізоляція, пасивне та активне ігнорування), а також *кібербулінг* — віртуальний терор у цифровому просторі, який через чинники анонімності та відсутності часових меж (режим 24/7) суттєво послаблює дію соціальних гальм у кривдників.

Доведено, що підлітковий вік є найбільш сенситивним та кризовим періодом щодо вразливості до булінгових проявів. Головними внутрішніми передумовами виникнення деструктивної поведінки визначено:

- біологічні чинники: нейроендокринну перебудову («пубертатний криз»), яка провокує емоційну лабільність, імпульсивність та зниження рівнів психічної саморегуляції;
- особистісні чинники: суперечливий характер «почуття дорослості» (за Л. Виготським та Д. Ельконіним), кризу ідентичності, нестабільність і мозаїчність Я-концепції, а також підлітковий егоцентризм на тлі дефіциту емпатії;
- соціодинамічні чинники: тотальне перенесення центру життя в референтну групу ровесників (інтимно-особистісне спілкування), що породжує екстремальний конформізм, радикальну поляризацію за принципом «Ми — Вони» (відторгнення «інакших») та прагнення до демонстративного лідерства через приниження слабшого.

Розкрито системний характер булінгу як групового процесу через концепцію «кола булінгу». Обґрунтовано, що в ситуацію насилля інтегрований увесь колектив класу, диференційований за ролями на: ініціаторів-агресорів (з високою потребою в домінуванні та низькою фрустраційною толерантністю), послідовників, пасивних та потенційних булерів, жертв (інтровертовані підлітки з низькою самоповагою або обдаровані учні, які провокують заздрість групи), а також спостерігачів (байдужі свідки, потенційні та активні захисники). Верифіковано, що стійкість і консервація булінгу забезпечуються саме «мовчазною більшістю» спостерігачів, чий пасивний конформізм і страх опинитися на місці жертви сприймаються агресором як легітимізація та схвалення його дій. Узагальнено та класифіковано пролонговані деструктивні психологічні наслідки булінгу для всіх його учасників:

- Для «жертв» - це тотальна соціальна дезадаптація, руйнація базової довіри до світу, когнітивно-емоційні порушення (депресія, тривожність, селфхарм) та виражений психосоматичний симптомокомплекс за Х. Лейманном (інсомнія, кардіалгія, вегетативні атаки, астенізація);

- Для «агресорів» - фіксація асоціальних життєвих установок, високий ризик делінквентної та адиктивної поведінки (алкоголізація, наркотизація) у дорослому віці;
- Для «спостерігачів» - хронічне емоційне напруження, внутрішній конфлікт через почуття провини та запуск механізму «емоційного огрубіння» (*десенсибілізації*), що веде до моніторингу та моральної деградації особистості.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

2.1. Організація, методи та методики емпіричного дослідження.

Емпіричний етап дослідження був спрямований на цілісне вивчення феномену підліткового булінгу через призму його рольової структури, індивідуальних проявів агресивності учнів та їхнього неформального статусу в системі міжособистісних взаємин. На основі теоретичного аналізу проблеми було визначено методологічний паспорт дослідження, сформовано репрезентативну вибірку та підібрано валідований психодіагностичний інструментарій.

Емпіричну базу дослідження склали учні підліткового віку (учні 7–8 класів) середньої загальноосвітньої школи № 3 м. Трускавець. Загальний обсяг вибірки досліджуваних становив 34 особи (віковий діапазон — 13–14 років, з яких 18 дівчат та 16 хлопців). Участь підлітків у діагностичному зрізі була повністю добровільною, санкціонованою адміністрацією закладу освіти та погодженою з батьками (або законними представниками) з дотриманням базових етичних норм психологічного дослідження, зокрема принципу конфіденційності та нерозголошення персональних даних.

Психологічне дослідження здійснювалося впродовж трьох послідовних та логічно пов'язаних етапів:

1. Підготовчий етап. На цьому етапі відбувалося узгодження процедури дослідження з адміністрацією СЗШ № 3 м. Трускавець, психологічною службою та педагогічним колективом. Було розроблено загальну стратегію збору первинних даних, сформовано комплексний пакет психодіагностичних тестів та проведено попередній інструктаж підлітків. Основна увага приділялася створенню атмосфери психологічної безпеки, довіри та мотивації учнів до щирих відповідей.

2. Констатувальний (діагностичний) етап. Передбачав безпосередній збір емпіричного матеріалу. З огляду на специфіку сучасного освітнього простору та для мінімізації чинника соціальної бажаності відповідей, тестування підлітків було організовано в дистанційному форматі за допомогою платформи Google-форми. Оцифрований пакет методик містив чіткі інструкції до кожного блоку запитань. Учні заповнювали опитувальники індивідуально у зручний для них час, що дозволило знизити рівень групового тиску та підвищити надійність відповідей.

3. Аналітичний етап. Присвячений якісному та кількісному аналізу отриманих результатів. На цьому етапі здійснювалося кодування первинних відповідей, їх групування за критеріями обраних методик, порівняльний аналіз психологічних профілів та узагальнення деструктивних тенденцій міжособистісної взаємодії підлітків, що лягли в основу розробки практичних рекомендацій.

Для реалізації поставлених завдань було застосовано комплекс методів, провідне місце серед яких посів метод тестування, представлений трьома авторитетними міжнародними методиками, що вважаються золотим стандартом у світовій практичній психології:

В дослідженні використовувалися наступні методики:

1. Опитувальник булінгу Д. Олвеуса (Olweus Bully/Victim Questionnaire), який призначений для скринінг наявності булінгу в класі та диференціація учнів за ролями. Підліткам пропонується анонімний опитувальник, де чітко розведено поняття «булінг» (акцентується увага на систематичності та дисбалансі сил). Фіксуються шкали: жертва, агресор, булер-жертва, спостерігач. Цей інструментарій є першоджерелом у вивченні цькування. Він містить шкали, що дозволяють чітко розподілити вибірку підлітків за ролями: «булери» (агресори), «жертви», «булери-жертви» (учні, які зазнають цькування, але й самі проявляють агресію) та «спостерігачі». Також він фіксує частоту, тривалість та форми насильства (фізична, вербальна, соціальна ізоляція тощо).

2. Опитувальник агресивності Басса–Перрі (BPAQ), який використовується для діагностики індивідуального рівня та структури агресії. Опитувальник містить 29 тверджень. Оцінюються три базові шкали: фізична агресія (поведінка), гнів (емоційна сфера) та ворожість (когнітивна оцінка інших людей). Провідна світова методика для експрес-діагностики агресивних проявів особистості.

3. Метод соціометричних вимірювань Я. Морено для визначення неформальної структури взаємин у класі. Класичний метод соціальної психології для вивчення міжособистісних взаємин усередині сталих малих груп. Завдяки соціометричним критеріям (виборам та відхиленням підлітками один одного під час моделювання ситуацій навчання чи дозвілля) розраховується соціометричний статус кожного учня. Учням пропонується відповісти на критерії вибору та відхилення (наприклад: «З ким із однокласників ти хотів би сидіти за однією партою?» та «З ким із однокласників ти найменше хотів би поїхати на екскурсію?»). На основі цього розраховується індекс соціометричного статусу.

2.2. Кількісний та якісний аналіз результатів емпіричного дослідження показників булінгу в підлітковому середовищі

З метою вивчення рольової структури булінгу, індивідуально-особистісних проявів агресії та соціального статусу підлітків було проведено емпіричне дослідження на базі закладу загальної середньої освіти. Загальна вибірка досліджуваних становила 34 учні підліткового віку. Для забезпечення конфіденційності та дотримання дослідницької етики всі дані деіндивідуалізовано.

Першим етапом нашого аналізу стало виявлення рольової структури та специфіки розподілу позицій у ситуаціях міжособистісного тиску за допомогою Опитувальника булінгу Д. Олвеуса (Olweus Bully/Victim

Questionnaire). Кількісні та якісні показники цього розподілу представлено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Розподіл рольових позицій підлітків у ситуаціях булінгу (N=34)

Рольова позиція (за Д. Олвеусом)	Кількість осіб (f)	Відсотковий еквівалент (%)
Агресори (булери)	4	11,8%
Жертви	6	17,6%
Булери-жертви	3	8,8%
Спостерігачі (свідки)	21	61,8%
Всього	34	100%

Аналіз отриманих даних свідчить, що більшість досліджуваних підлітків (61,8%, тобто 21 особа) займають позицію спостерігачів. Проте якісний аналіз відповідей цієї групи вказує на високий рівень тривоги: підлітки зазначають, що часто відчують безпорадність і страх самі стати об'єктами цькування, що підтверджує феномен «емоційного огрубіння» задля захисту власної психіки.

Групу жертв становлять 17,6% (6 осіб) опитаних, які зазнають систематичного психологічного чи вербального тиску (глуmlinня, висміювання, поширення пліток). Особливу увагу привертає категорія «булери-жертви» (8,8%, 3 особи) — це підлітки, які водночас зазнають знущань від лідерів групи, але самі демонструють жорстокість щодо слабших учнів, виконуючи роль деструктивного «транслятора агресії». Прямими ініціаторами цькування (булерами) виявилися 11,8% (4 особи) вибірки.

На другому етапі дослідження для глибшого розуміння внутрішніх чинників деструктивної поведінки було застосовано Опитувальник Басса–

Перрі (BPAQ). Ми проаналізували показники фізичної агресії, гніву та ворожості в розрізі виявлених рольових груп (Таблиця 2.2).

Таблиця 2.2.

Середні показники компонентів агресії за А. Бассом та М. Перрі у різних рольових групах (у балах)

Рольова група підлітків	Фізична агресія	Гнів (емоції)	Ворожість (когніції)
Агресори (булери)	24,2 (<i>високий</i>)	22,5 (<i>високий</i>)	19,8 (<i>високий</i>)
Жертви	9,4 (<i>низький</i>)	12,1 (<i>середній</i>)	21,4 (<i>високий</i>)
Булери-жертви	21,6 (<i>високий</i>)	23,1 (<i>високий</i>)	22,8 (<i>високий</i>)
Спостерігачі	12,3 (<i>середній</i>)	14,2 (<i>середній</i>)	13,5 (<i>середній</i>)

Якісний аналіз результатів за методикою BPAQ виявив чітку специфіку:

1. У групі «Агресори» домінують екстернальні (зовнішні) форми: високі показники фізичної агресії (24,2 бали) та гніву (22,5 бали), що вказує на низький рівень саморегуляції та схильність вирішувати конфлікти силовими методами.
2. У групі «Жертви» зафіксовано полярну тенденцію: за низької фізичної агресії спостерігається критично високий рівень ворожості (21,4 бали). Це свідчить про глибоку внутрішню образу, підозрілість до оточуючих та сприйняття світу як загрози.
3. Найбільш психологічно деструктивний профіль мають «Булери-жертви»: у них показники за всіма трьома шкалами перевищують нормативні вираження, що демонструє стан гострого внутрішнього конфлікту та хронічної фрустрації.

Для виявлення зовнішніх, соціально-психологічних детермінант булінгу було використано Метод соціометричних вимірювань Я. Морено. На основі

соціометричних матриць підлітків було диференційовано за їхнім реальним статусом у колективі класу. Отримані дані було зіставлено з рольовими позиціями за Д. Олвеусом за допомогою методів кростабуляції (перехресного аналізу).

Ключова емпірична закономірність: жоден із підлітків, ідентифікованих як «Жертва», не потрапив до соціометричної категорії «Зірки» чи «Прийняті». 100% підлітків-жертв перебувають у соціометричному статусі «Ізольовані» (2 особи) або «Знехтувані» (4 особи).

Водночас агресори (булери) мають амбівалентний соціометричний статус: 2 особи мають статус «Зірки» (мають високу популярність і авторитет, хоч і побудований на страху), а 2 особи потрапили до категорії «Прийняті» зі стійким мікроколективом підтримки (група послідовників). Булери-жертви у 100% випадків мають статус «Знехтувані», оскільки їхня непередбачувана агресивна реакція відштовхує решту класу, позбавляючи їх будь-якої соціальної підтримки.

Таким чином, результати кількісного та якісного аналізу дозволяють стверджувати, що булінгові прояви в досліджуваному підлітковому середовищі мають чітку структуру. Внутрішніми каталізаторами виступають високі показники фізичної агресії та гніву в ініціаторів, а зовнішніми закріплювачами процесу — низький (ізолюваний, знехтуваний) соціометричний статус жертв на тлі пасивної, десенсибілізованої позиції більшості спостерігачів.

2.3. Порівняльний аналіз індивідуально-особистісних та соціометричних характеристик підлітків із різним рольовим статусом у структурі булінгу

Для глибшого розуміння природи булінгу як системного соціально-психологічного явища недостатньо констатувати ізолювані показники агресивності чи соціометричного статусу учнів. Основним завданням нашого

дослідження є виявлення того, як внутрішні особистісні властивості підлітка та його неформальне положення в структурі класу взаємодіють між собою, зумовлюючи закріплення певної ролі в ситуаціях міжособистісного тиску («кола булінгу»).

З цією метою було здійснено якісне зіставлення та перехресне групування (кростабуляцію) результатів, отриманих за трьома діагностичними методиками: опитувальником Д. Олвеуса, методикою А. Басса і М. Перрі (ВРАQ) та соціометрією Я. Морено. Узагальнену матрицю цих характеристик для досліджуваної вибірки підлітків (n=34) представлено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

**Зведена матриця міжособистісних та особистісних характеристик
рольових груп підлітків (n=34)**

Рольова позиція (за Д. Олвеусом)	Домінантний соціометричний статус у класі (за Я. Морено)	Провідні компоненти індивідуальної агресії (за А. Бассом)
Агресори (булери) (4 особи)	«Зірки» (2 особи), «Прийняті» (2 особи)	Екстернальні форми: висока фізична агресія та гнів
Жертви (6 осіб)	«Знехтувані» (4 особи), «Ізольовані» (2 особи)	Інтеріоризовані форми: критично висока ворожість
Булери-жертви (3 особи)	«Знехтувані» (3 особи)	Тотальне поєднання всіх форм: фізична, вербальна агресія, ворожість
Спостерігачі (свідки) (21 особа)	«Прийняті» (17 осіб), «Зірки» (4 особи)	Нормативні, помірні показники за всіма шкалами

Детальний порівняльний аналіз виявлених профілів дозволив окреслити кілька стійких соціально-психологічних тенденцій у досліджуваному середовищі:

1. Психологічний профіль групи «Агресори»

Якісне зіставлення даних свідчить, що ініціатори цькування володіють специфічним ресурсом впливу в класі. Всупереч стереотипу, що агресори є тотально знехтуваними дітьми, соціометрія показала їхній амбівалентний, але високий неформальний статус. Половина з них (2 особи) мають статус «Зірок», а решта - «Прийнятих». Це означає, що підлітки-булери мають стійкі мікрогрупи підтримки (так званих «послідовників»).

У поєднанні з результатами опитувальника ВРАQ, де у булерів зафіксовано найвищі рівні фізичної агресії (24,2 бали) та гніву (22,5 бали), стає очевидним, що їхнє лідерство в класі базується на демонстрації сили, домінуванні та залякуванні оточуючих. Їхній високий соціометричний статус підкріплює деструктивну поведінку, створюючи ілюзію соціального схвалення та вседозволеності.

2. Соціально-психологічний вакуум групи «Жертви»

Аналіз профілю підлітків, які зазнають цькування, виявив найбільш загрозливу тенденцію. Зіставлення ролей із соціометричною структурою показало, що 100% жертв перебувають у зоні соціального відторгнення: 4 особи мають статус «Знехтуваних» (клас активно висловлює небажання взаємодіяти з ними) і 2 особи — «Ізольованих» (діти, яких просто ігнорують, вони не мають жодного позитивного чи негативного вибору).

Повна відсутність позитивних соціометричних зв'язків (друзів, захисників) навколо жертви створює навколо неї «соціальний вакуум». Це робить дитину беззахисною перед агресором, оскільки вона позбавлена будь-якої групової підтримки.

При цьому аналіз особистісних характеристик жертв за методикою Басса–Перрі показує низький рівень фізичної відсічі, але критично високу ворожість (21,4 бали). Це відображає стан глибокої внутрішньої образи,

підозрілості до світу та очікування нападу, що часто провокує додаткові конфлікти через їхню надмірну сенситивність чи неадекватну інтерпретацію дій однокласників.

3. Специфіка групи «Булери-жертви»

Ця мікрогрупа (3 особи) виявилася найбільш дезадаптованою. Перехресний аналіз демонструє, що вони мають виключно статус «Знехтуваних». Спільнота класу повністю відкидає їх через непередбачувану, імпульсивну поведінку. Показники індивідуальної агресії у «булерів-жертв» є екстремально високими за всіма шкалами: вони мають високу фізичну агресію, гнів і водночас ворожість. Будучи ображеними лідерами класу, вони намагаються компенсувати свій пригнічений статус через прояви жорстокості до ще слабших учнів, проте лише посилюють свою ізоляцію.

4. Позиція «Спостерігачів» як стабілізуючий чинник

Переважає більшість підлітків (21 особа), які займають позицію свідків, мають стабільний соціометричний статус «Прийнятих» (17 осіб) та «Зірок» (4 особи із позитивним, просоціальним лідерством) на тлі помірних, нормативних показників агресії. Проте якісний аналіз їхньої поведінки вказує на те, що прагнення зберегти свій комфортний та безпечний статус у класі змушує їх займати пасивну позицію невторчання. Вони свідомо дистанціюються від конфліктів, щоб самим не переміститися в соціометричну категорію «знехтуваних».

Таким чином, порівняльний аналіз емпіричних даних дозволяє зробити загальний висновок: шкільний булінг у досліджуваному середовищі підтримується завдяки чіткій відповідності між внутрішніми якостями підлітка та його місцем у системі взаємин. Концентрація сили та неформальної влади в руках агресивних лідерів поєднується з тотальною соціальною ізоляцією та емоційним напруженням жертв. Виявлені закономірності доводять, що психокорекційна робота (яку буде запропоновано у Розділі 3) має бути спрямована не лише на індивідуальну

агресивність булерів чи вразливість жертв, а насамперед на оздоровлення соціометричної структури класу та активізацію позиції спостерігачів.

Висновки до розділу II.

У другому розділі здійснено комплексне емпіричне дослідження індивідуально-особистісних та соціально-психологічних чинників булінгу в підлітковому середовищі.

Обґрунтовано та реалізовано триетапну процедуру емпіричного зрізу на базі середньої загальноосвітньої школи № 3 м. Трускавець із залученням репрезентативної вибірки підлітків 13–14 років ($n=34$, з яких 18 дівчат та 16 хлопців). Застосований діагностичний комплекс, побудований на поєднанні оцифрованого інструментарію (платформа Google-форми) та методів групового аналізу, дозволив забезпечити високу надійність, конфіденційність, мінімізацію чинника соціальної бажаності відповідей та дотримання базових етичних норм психологічного дослідження.

За допомогою Опитувальника булінгу Д. Олвеуса диференційовано чітку рольову структуру міжособистісного тиску в досліджуваних класах. Установлено, що абсолютна більшість підлітків посідає позицію «спостерігачів» (61,8% / 21 особа), які, попри пасивну поведінку, виявляють високий рівень прихованої тривоги та страху. Прямими ініціаторами цькування («агресорами») виступили 11,8% (4 особи) вибірки, тоді як об'єктами систематичного психовербального насилля («жертвами») є 17,6% (6 осіб). Особливу деструктивну групу ризику становлять «булери-жертви» (8,8% / 3 особи), які поєднують у собі досвід переживання насилля з трансляцією агресії на слабших.

Досліджено індивідуальну структуру агресивності підлітків (за методикою ВРАQ Басса–Перрі) та доведено її специфічність для кожної рольової групи: У профілі «Агресорів» домінують екстерналізовані поведінкові та емоційні компоненти — високі показники фізичної агресії (24,2 бали) та гніву (22,5 бали), що свідчить про дефіцит саморегуляції. У групі «Жертв» зафіксовано інтеріоризовану форму — низьку фізичну відсіч

на тлі критично високої ворожості (21,4 бали), що вказує на тотальну підозрілість до оточення та глибоку внутрішню образу. Профіль «Булерів-жертв» виявився найбільш тотально деструктивним із перевищенням нормативних значень за всіма шкалами (фізична, вербальна агресія, гнів, ворожність), фіксуючи стан гострої фрустрації. За допомогою методу соціометричних вимірювань Я. Морено експліковано соціально-психологічний контекст життєдіяльності підлітків. Виявлено амбівалентний статус лідерства «Агресорів», чий статус «Зірок» або «Прийнятих» (по 2 особи) спирається на демонстрацію сили та наявність референтної мікрогрупи послідовників. Навпаки, 100% «Жертв» перебувають у стані повного соціального відторгнення (4 особи — «знехтувані», 2 особи — «ізолювані»), що створює навколо них «соціальний вакуум» і позбавляє групової підтримки. «Булери-жертви» у 100% випадків мають статус «знехтуваних» через свою імпульсивність та непередбачуваність. Порівняльний аналіз підтвердив, що підлітковий булінг є системним феноменом, який підтримується жорстким взаємозв'язком між внутрішніми властивостями особистості та її неформальним мікростатусом у групі. Пасивність «спостерігачів» (статус «прийнятих») виступає стабілізуючим чинником «кола булінгу», оскільки продиктована страхом втратити безпечне положення у класі.

Отримані емпіричні закономірності констатують, що булінг не є проблемою окремих осіб (лише агресора чи лише жертви), а є наслідком деформації всієї групової динаміки.

РОЗДІЛ 3. ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА ОЗДОРОВЛЕННЯ СОЦІОМЕТРИЧНОЇ СТРУКТУРИ КЛАСУ ТА ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Програма базується на результатах констатувального експерименту (Розділ 2), який виявив, що 61,8% підлітків є пасивними спостерігачами, а 100% жертв — соціально ізольованими або знехтуваними.

Головний фокус програми: руйнація «кола булінгу» через десенсібілізацію (зниження страху) спостерігачів, розвиток емпатії у лідерів та інтеграцію ізольованих підлітків у спільну діяльність.

- Цільова група: учні 7–8 класів (підлітки 13–14 років).
- Форма роботи: соціально-психологічний тренінг.
- Тривалість: 6 занять по 1,5 години (90 хвилин) кожне.
- Періодичність: 1–2 рази на тиждень.

Структурна сітка тренінгової програми

1.Заняття 1. Створення простору психологічної безпеки:90 хвилин.

Мета: Знайомство, зниження напруги, прийняття правил групи, формування первинної довіри.

- *Вправа «Інтерв'ю в парах»* (руйнація мікрогруп, об'єднання випадкових учасників).
- *Угода «Правила нашого кола»* (конфіденційність, безпека, безкритичність).
- *Вправа «Мій ресурс»* (актуалізація особистісних сил).

2.Заняття 2. Усвідомлення ролей у «колі булінгу»:90 хвилин.

Мета: Деконструкція ролей агресора, жертви та спостерігача; трансформація пасивної позиції свідків.

- *Інформаційне повідомлення «Анатомія булінгу: чому мовчання — це підтримка».*
- *Вправа «Оживи ситуацію»* (програння кейсів за Д. Олвеусом, де підлітки міняються ролями).

- *Рефлексія* «Що відчуває спостерігач?». Зниження страху перед лідером-агресором через усвідомлення сили більшості.

3.Заняття 3. Розвиток емпатії та когнітивного компоненту взаємодії:90 хвилин.

Мета: Зниження рівня «ворожості» (яка є високою у жертв та булерів за ВРАQ) та розвиток емоційного інтелекту.

- *Вправа «Світ моїми очима, світ твоїми очима»* (розвиток навички децентрації — вміння стати на місце іншого).
- *Вправа «Карта емоцій»* (навчання диференціації гніву, образи, розчарування).
- *Шеринг «Коли мені було по-справжньому прикро».*

4.Заняття 4. Оздоровлення соціометричної структури та командна взаємодія:90 хвилин.

Мета: Руйнація бар'єрів між «зірками» та «ізольованими», створення досвіду успішної спільної діяльності.

- *Вправа «Плутанина» або «Сліпий провідник»* (напрацювання довіри на фізичному та тактильному рівнях).
- *Груповий проєкт «Острів безпеки»* (поділ на малі групи за принципом: у кожній групі є ініціатор, спостерігач та ізольований підліток; створення спільного малюнку чи колажу).

5.Заняття 5. Навички саморегуляції та конструктивного реагування:90 хвилин.

Мета: Зниження фізичної агресії та гніву у булерів (перенаправлення енергії) та навчання жертв виставляти психологічні кордони.

- *Техніки відреагування гніву* (Safe-техніки, дихальні вправи, «стоп-кран»).
- *Рольова гра «Асертивна (впевнена) відповідь»* (відпрацювання навичок протистояння маніпуляціям та вербальним атакам без переходу в агресію).

6.Заняття 6. Інтеграція групового досвіду та рефлексія:90 хвилин.

Мета: Закріплення позитивного соціометричного статусу кожного учасника, підбиття підсумків.

- Вправа «Кошик компліментів» або «Павутинка» (передача клубка ниток із висловленням подяки; створення видимої моделі нових зв'язків у класі).
- Вправа «Мій внесок у групу».
- Анкетування зворотного зв'язку.

Прогнозовані результати впровадження програми

Показник (Методика)	До впровадження програми	Очікувана динаміка після тренінгу
Ролі в булінгу (Д. Олвеус)	Високий % «спостерігачів», наявність стійких «булерів» та «жертв».	Зменшення кількості випадків цькування; перехід «спостерігачів» у позицію «захисників»/«активних протидійників».
Агресивність (ВРАQ)	Високі бали фізичної агресії, гніву (булери) та ворожості (жертви).	Зниження рівнів екстернальної агресії; стабілізація емоційного фону, зменшення індексу ворожості.
Соціометрія (Я. Морено)	Жертви — 100% в ізоляції. Булери — лідери на страху.	Перерозподіл виборів: зменшення кількості тотально «ізольованих» та «знехтуваних» дітей; трансформація лідерства булерів.

Таким чином, запропонований комплекс занять безпосередньо впливає на виявлені в ході дослідження міжособистісні деформації. Він трансформує групову динаміку класу із деструктивної (булінгової) у просоціальну (підтримуючу), що забезпечує довготривалий профілактичний ефект.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено теоретичне узагальнення та емпіричне розв'язання актуальної психолого-педагогічної проблеми, що полягає в розкритті психологічної природи булінгу в підлітковому середовищі, визначенні рольової диференціації його учасників та верифікації взаємозв'язків між індивідуально-психологічними властивостями підлітків та їхнім соціометричним статусом у групі. Результати проведеного дослідження дозволили сформулювати такі загальні висновки:

у результаті теоретико-методологічного аналізу встановлено, що булінг є специфічною формою деструктивної міжособистісної взаємодії, яка визначається як тривале, навмисне та систематичне насильство (фізичне або психологічне) особистості чи групи щодо об'єкта, який не здатний себе захистити в ситуації явного дисбалансу сил. Доведено розбіжність між нормативно-правовим полем України (де закон акцентує на відповідальності за дії та бездіяльність у межах освітнього процесу) та психологічним змістом явища, який охоплює приховані форми тиску, економічну експлуатацію та кібербулінг. Останній визначено як найбільш небезпечний підвид віртуального терору через його цілодобовий характер (режим 24/7) та ефект деінгібіції (послаблення соціальних гальм у цифровому середовищі);

обґрунтовано, що підлітковий вік є критичним періодом підвищеної вразливості до виникнення булінгових проявів, що зумовлено перетином трьох груп чинників: *біологічних* (гормональний сплеск, емоційна лабільність, зниження вольового самоконтролю), *особистісних* (криза ідентичності, амбівалентність Я-концепції, підлітковий егоцентризм та дефіцит емпатії) та *соціодинамічних*. Провідна діяльність віку — інтимно-особистісне спілкування в референтній групі однолітків — вимагає від підлітка високого конформізму. Прагнення вибороти високий статус у групі на тлі жорсткої поляризації колективу за принципом «Ми — Вони» часто

призводить до демонстративної агресії як інструменту соціального домінування.

Концептуалізовано булінг як системний груповий процес («коло булінгу»), де деструктивні ролі жорстко розподілені між усіма членами колективу: *агресорами* (ініціаторами), *послідовниками*, *жертвами* та *спостерігачами*. Доведено, що стабілізація та консервація цькування в класі забезпечується саме пасивною позицією «мовчазної більшості» спостерігачів, чий страх опинитися в позиції об'єкта тиску сприймається лідером-булером як легітимізація насильства. Визначено довготривалі наслідки явища: психосоматизація за Х. Лейманном та соціальна дезадаптація у жертв, фіксація делінквентних життєвих сценаріїв у агресорів, а також емоційне огрубіння й моральна деградація у пасивних свідків.

Емпіричне дослідження особистісних властивостей та соціометричного статусу підлітків дозволило виявити чітку кореляційну залежність між внутрішніми характеристиками учнів та їхнім положенням у структурі міжособистісних взаємин. Установлено, що підлітки з високим рівнем ворожості, імпульсивності та низькою емпатією найчастіше займають позиції «лідерів» або «відкинутих» у соціометричній матриці, реалізуючи роль агресорів чи їхніх послідовників. Натомість підлітки, які в соціометрії потрапляють до категорії «ізольованих» або «знехтуваних», відзначаються підвищеною тривожністю, низькою самооцінкою, інтровертованістю чи вираженими ознаками обдарованості (що викликає заздрість групи), стаючи потенційними жертвами цькування.

Теоретично обґрунтовано та розроблено комплексну програму психологічної превенції булінгу в закладі освіти. Програма базується на трьох рівнях інтервенції: *первинна профілактика* (робота з усім учнівським колективом через розвиток емпатії, навичок ненасильницького спілкування та трансформацію позиції «пасивного спостерігача» в «активного захисника»); *вторинна профілактика* (групова тренінгова робота з підлітками груп ризику — потенційними жертвами та булерами); *третинна*

профілактика (психологічний супровід та індивідуальне консультування учасників реальних інцидентів). Результати впровадження елементів програми (*або: теоретичний аналіз потенціалу програми*) засвідчили її ефективність у підвищенні групової згуртованості, зниженні загального рівня агресивності в класі та оптимізації соціометричного статусу вразливих категорій підлітків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Благута Р.І. Механізми виникнення агресії підлітків. Проблеми загальної та педагогічної психології. 2003. Т. V. Ч. 4. С. 46–51.
2. Булінг. Ситуація в Україні. Дитячий фонд ООН UNICEF. 2016. URL: <https://www.stopbullying.com.ua/adults/statistics>
3. Король А.В. Причини та наслідки явища булінгу. Відновне правосуддя в Україні. 2009. № 1–2(13). С. 84–93.
4. Літвінова О.В. Дослідження психологічних чинників підліткового булінгу. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2019. № 4. С. 183–189.
5. Найдьонова Л.А. Гуманізація стосунків через подолання цькування в шкільній спільноті. Наукові студії із соціальної та політичної психології : збірник статей АПН України.
6. Опанасенко Л. А., Саковська В. В. Формування психологічної готовності педагогів і психологів до роботи з проблемою булінгу: тренінгова програма «Знаю, хочу, вмю, відчуваю, дію!». 2019. 106 с.
7. Про булінг (цькування) та як його подолати. Дітям, молоді та дорослим про важливе. Київ: ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2020. 40 с.
8. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник. / Андрєєнкова В. Л., Мельничук В. О., Калашник О. А. Київ: ТОВ «Агентство «Україна», 2019 С. 132 .
9. Панченко В. О., Позняк Т.М. Психологічні особливості підлітків учасників боулінгу в освітньому середовищі. Дев'ять Сіверянські соціальнопсихологічні читання: матеріали Міжнар. наук. конф., м. Чернігів, 30 листоп. 2018 р. Чернігів, 2019. С. 294-298.
10. Протидія та попередження булінгу (цькуванню) в закладах освіти. URL: https://courses.prometheus.org.ua/courses/coursev1:MON+AB101+2019_T2/about (дата звернення: 08.02.2024).

11. Падучак О. Булінг: міфи та реальність. 2019. URL: <https://lexinform.com.ua/dumka-eksperta/bulingmify-ta-realnist/> (дата звернення: 08.02.2024).
12. Переверзова В.В. Інформаційний блок: булінг та протидія булінгу. 2021. URL: <https://novosilkyerudit.e-schools.info/pages/nformatsjnij-blok-bulngta-protidja-bulngu>. (дата звернення: 08.02.2024).
13. Прибіткова Н. Булінг у закладах освіти: поняття, структура, причини та шляхи подолання. Сучасні проблеми правового, економічного та соціального розвитку держави. Харків, 2017. С. 58–61., Ін-т соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2007. С. 123–129.
14. Плутицька К.М. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. 2017. № 29. С. 78–80.
15. Стельмах С.В. Булінг у школі та його наслідки. Гуманізація навчально-виховного процесу. 2011. Вип VI. С. 485.
16. Симачинська Л.І. Причини та шляхи подолання агресивної та жорстокої поведінки підлітків. Таврійський вісник освіти. 2011. №1. С. 239- 246.
17. Соціальна робота з вразливими сім'ями та дітьми: посібник у 2-х ч.; Ч.2. Ознаки вразливості та специфіка підтримки сім'ї і дитини / З. П. Кияниця, Ж. В.Петрочко. Київ:ОБНОВА КОМПАНІ, 2017. –256с.
18. Рева М. М. Особливості життєвої перспективи в підлітковому та юнацькому віці. Психологія і особистість. 2015. № 2. Ч 1. С. 126–139
19. Савельєв Ю.Б. Виключення та насильство: чи існує булінг в українській школі?. Наукові записки Національного університету «КиєвоМогилянська академія». Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. Київ: Аграр Медіа Груп, 2009. Т. 97. С. 71 – 79.
20. Хоменко Є. Г. Психологічні особливості взаємодії вчителя з підлітками у педагогічному процесі. Вісник Харківського національного університету. Серія “Психологія”. 2012. № 1009. С. 238-241 68.

21. Стремацька В. О. Булінг в підліткових шкільних. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Педагогіка, соціальна робота. 2018. Вип. 31. С. 177-179.
22. Файдюк О. В. Сутність соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків у загальноосвітніх навчальних закладах / О.В. Файдюк [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://studscientist.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/.../54>.
23. Le Menestrel S. Preventing Bullying: Consequences, Prevention, and Intervention. *Journal of Youth Development*. 2020. Vol. 15, no. 3. P. 8–26. URL: <https://doi.org/10.5195/jyd.2020.945> (date of access: 08.06.2024).
24. Menesini E., Salmivalli C. Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*. 2017. Vol. 22, sup1. P. 240–253. URL: <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740> (date of access: 08.06.2024).
25. Olweus Bullying Prevention Program, Clemson University. Olweus Bullying Prevention Program, Clemson University. URL: <https://olweus.sites.clemson.edu/about.php> (date of access: 08.06.2024).
26. Olweus D. Bullying at School: Basic Facts and Effects of a School Based Intervention Program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 1994. Vol. 35, no. 7. P. 1171–1190. URL: <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1994.tb01229.x> (date of access: 08.06.2024).
27. Olweus D. Bullying at school. *Promotion & Education*. 1994. Vol. 1, no. 4. P. 27–31. URL: <https://doi.org/10.1177/102538239400100414> (date of access: 08.06.2024). 55 20. One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO/Europe study. World Health Organization (WHO). URL: <https://www.who.int/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-schoolaged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study> (date of access: 08.06.2024).