

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
Кафедра практичної психології та психодіагностики**

На правах рукопису

**ХОМ'ЯК ПАВЛО ПАВЛОВИЧ
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ БУЛІНГУ СЕРЕД
МОЛОДІ ТА ШЛЯХИ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

Спеціальність: 053 «Психологія»
Освітньо-професійна програма «Практична психологія (психологічне
консультування та психотерапія)»
Робота на здобуття освітнього ступеня «Магістр»

Науковий керівник:
МАГДИСЮК ЛЮДМИЛА ІВАНІВНА,
кандидат психологічних наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ
Протокол №
засідання кафедри практичної психології
та психодіагностики
від _____ 2025 р.
Завідувач кафедри Магдисюк Л. І.
Прізвище, ініціали _____
(ПІДПИС)

ЛУЦЬК – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	10
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	14
1.1. Теоретичні підходи щодо вивчення явища булінгу	14
1.2. Особливості групової взаємодії студентів у навчальному колективі	18
1.3. Напрями реабілітаційної роботи з наслідками булінгу серед студентів.....	23
Висновки до першого розділу.....	27
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ У СТУДЕНТСЬКИХ ГРУПАХ.....	29
2.1. Загальна характеристика емпіричного дослідження	29
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження булінгу у студентських групах	32
Висновки до другого розділу.....	61
РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЙНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНА ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ У СТУДЕНТСЬКИХ ГРУПАХ.....	63
3.1. Психолого-корекційна програма щодо профілактики та реабілітації булінгу серед молоді.....	63
3.2. Практичні рекомендації щодо зниження рівня булінгу у студентських колективах.....	71
Висновки до третього розділу	75
ВИСНОВКИ	77
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	80
ДОДАТКИ.....	86

ВСТУП

Актуальність дослідження. Свобода, права людини та солідарність становлять фундаментальні цінності сучасного світу. Розвиток суспільства можливий лише тоді, коли його громадяни не лише усвідомлюють важливість законів, але й дотримуються їх, проявляють повагу до різноманітності думок і позицій, а також беруть активну участь у громадських процесах. Булінг – це поширена проблема сучасного суспільства, яка серйозно ускладнює взаємодію між людьми. Його причини мають складний характер, часто базуючись на нерівності, що породжує соціальні стереотипи, що закріплюють несправедливі уявлення, які важко змінити, створюючи замкнене коло негативних впливів.

Булінг зазвичай асоціюється з підлітковим віком, однак численні наукові дослідження показують, що ця проблема існує не лише в школах, а й у вищих навчальних закладах, робочих колективах та навіть у військових структурах. Університети та професійні середовища часто стають аренами для булінгу, де стрес і тиск можуть призводити до агресивної поведінки. Такі ситуації можуть негативно впливати на психологічний стан жертв, їх академічні досягнення та загальну атмосферу в колективі.

Вступ до вищого навчального закладу для студентів стає переломним моментом, який супроводжується зміною соціального оточення та необхідністю будувати нові зв'язки. Уже з перших днів навчання молодь занурюється в інтелектуально насичене та динамічне середовище, де формуються нові взаємини, змінюється ставлення до майбутньої професії, цінностей та оточення. Водночас студенти активно досліджують себе, шукаючи власну ідентичність та місце в соціально-психологічних структурах групи й університетської спільноти.

Дослідженням проблеми булінгу в освітньому середовищі займалися такі дослідники як І. Бердишев, Л. Кішлі, І. Кон, Д. Лейн, К. Лоренц, Е. Міллер, Д. Ольвеус, С. Пінкер, Е. Роланд. Серед українських науковців, які зверталися до вивчення цієї теми: З. Болюк, Т. Дзюба, М. Кириленко, І. Луценко, Л. Найдьонова, Т. Соколенко.

Аналіз проблеми булінгу в студентських групах набуває все більшої актуальності, оскільки у сучасному суспільстві спостерігається зростання кількості таких випадків серед молоді. Період вступу до університету супроводжується адаптацією до нової соціальної системи, що робить цей етап особливо вразливим. У цей час булінг може стати серйозним міжособистісним стресором, який негативно впливає на психосоціальне функціонування, академічну мотивацію та емоційний стан студентів. Поширення цього явища у вищих навчальних закладах визначило актуальність обраної теми дослідження – «Булінг у студентських групах: критерії прояву та шляхи реабілітації».

Об’єкт дослідження: міжособистісна взаємодія у студентських групах.

Предмет дослідження: критерії прояву та напрями реабілітації булінгу у студентських групах.

Мета дослідження: визначити основні особливості булінгу у студентських групах, проаналізувати їх критерії прояву та розробити рекомендації щодо реабілітації постраждалих.

Відповідно до поставленої мети, нами було визначено такі **основні завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз психологічної літератури з проблематики булінгу, особливостей його прояву у студентській групі та шляхів його реабілітації.
2. Здійснити та обґрунтувати підбір психодіагностичних методик щодо вивчення наявності булінгу серед студентів.
3. Здійснити аналіз отриманих результатів емпіричного дослідження та провести їх інтерпретацію.
4. Розробити корекційну програму та практичні рекомендації щодо запобігання ситуації булінгу в студентській групі.

Для успішного виконання поставлених нами завдань, було використано такі **методи дослідження:**

теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, класифікація, систематизація та узагальнення теоретичних даних дослідження; *емпіричні*: психодіагностичні методики: опитувальник Д. Ольвеуса для оцінки рівня булінгу і ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти (адаптація Л. Найдьоновой, Н. Дятел); методика для виявлення «Булінг структури» в адаптації К. Гордієнко; методика «САН»; методика «Індекс групової згуртованості» Сішора; методика «Оцінка психологічного клімату в колективі»; *методи статистично-математичної обробки даних*: коефіцієнт кореляції Пірсона.

База дослідження. Факультет психології Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Наукова новизна дослідження полягає у комплексному аналізі булінгу у студентських групах, окресленні нових критеріїв його визначення та пошуку підходів до реабілітації постраждалих.

Практичне значення отриманих результатів полягає у розробці практичних рекомендацій щодо запобігання ситуації булінгу в студентських групах, а також результати отриманих результатів дослідження можуть бути використані для розробки програм профілактики булінгу у закладах вищої освіти.

Апробація результатів дослідження. Основні положення магістерської роботи, її результати та висновки знайшли своє відображення в публікаціях, доповідях. Результати дослідження були представлені на таких міжнародних та всеукраїнських науково-практичних конференціях: XVIII міжнародний науково-практичний семінар «Актуальні проблеми практичної психології у Волинському регіоні» (18-25 жовтня 2024 року, м. Луцьк); міжнародна науково-практична конференція «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості: клієнт-центрований підхід» (м. Луцьк, 16-29 березня 2025 р.); XX міжнародний науково-практичний семінар «Актуальні проблеми практичної психології у Волинському регіоні» (10-31 жовтня 2025 року, м. Луцьк).

Основні положення роботи викладені у таких публікаціях:

Хом'як П., Магдисюк Л. Особливості групової взаємодії здобувачів у колективі. *Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості: клієнт-центрований підхід*. Луцьк: Вежа-Друк, 2025. С. 186-190.

Магдисюк Л. І., Хом'як П. П. Вплив булінгу на розвиток Я-концепції та психічне здоров'я сучасної молоді у воєнний час. *Психологічні студії*. Видавничий дім «Гельветика», 2025. № 2. С. 111-117.

Структура та обсяг роботи. Робота складається з вступу, трьох розділів та додатків. Містить 7 рисунків та 11 таблиці. Список рекомендованих джерел налічує 91 найменування.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

1.1. Теоретичні підходи щодо вивчення явища булінгу

Існують проблеми, які невидимими тінями закрадаються в освітній процес і заважають повноцінному розвитку особистості. Глобалізація освіти, інновації, реформи, різноманітні зміни в освітньому середовищі змушують нас адаптуватися та розвиватися в ногу з часом. У цьому випадку ми говоримо про булінг, який є актуальною проблемою сучасного освітнього середовища [8].

Англійський термін «булінг» означає фізичний або психологічний терор, спрямований на залякування та підкорення інших. «Булінг» – це безперервний процес навмисного насильства (фізичного або психологічного) з боку дитини або групи дітей щодо інших [25]. Спочатку лише звичайне буденне поняття, за останні два десятиліття воно стало міжнародним соціально-психологічним і педагогічним терміном, що охоплює всі соціальні, психологічні та педагогічні питання [19].

Вперше до проблеми булінгу звернувся на початку сімдесятих років минулого століття професор психології Д. Ольвеус. Він був дослідником, який вивчав серйозні конфліктні ситуації у спілкуванні між однолітками, що виникають у шкільному середовищі, антисоціальну поведінку учнів, що призводить до самогубств, і запропонував власну профілактичну програму для подолання булінгу в шкільному середовищі. Його дослідження, опубліковане наприкінці 70-х років, «Агресія у школі: булери та хлопчики для побиття», спонукало парламенти багатьох країн у 1990-х роках запропонувати закони проти булінгу [3].

Проблематику насильства та булінгу серед учнів детально досліджували зарубіжні науковці, зокрема І. Бердишев, І. Кон, Х. Лейманн, Д. Лейн, К. Лоренц, Д. Ольвеус. В українському науковому просторі ця тема здебільшого висвітлюється узагальнено. Наприклад, питання проявів насильства в освітньому середовищі розглядали у своїх працях З. Болук, Т. Дзюба, М. Кириленко, І. Луценко, Л. Найдьонова та Т. Соколенко. Водночас теоретико-методологічні основи, а також причини й наслідки цього явища залишаються недостатньо розробленими [5].

Д. Ольвеус пропонує таке визначення цього поняття [25, с. 5]: «Булінг – це ситуація, в якій учень піддається повторюваній негативній поведінці з боку іншого учня». Термін «негативна поведінка» включає в себе широкий спектр поведінкових проявів – від невербальних проявів агресії (ворожі погляди і дотики) до серйозних фізичних нападів. Д. Ольвеус розрізняє булінг і поодинокі незначні напади, підкреслюючи «повторювану негативну поведінку» як основну характеристику булінгу [25].

Психотерапевт І. Бердишев характеризує булінг як форму насильства, яка здійснюється свідомо та систематично однією або кількома особами без будь-якої мети самозахисту. Соціолог І. Кон розглядає булінг як акт залякування, що може набувати форм фізичного чи психологічного тиску, спрямованого на підкорення іншої людини через страх [12].

Британські дослідники Д. Лейн і Е. Міллер вважають булінг тривалим процесом навмисного фізичного чи психологічного насильства, що здійснюється однією особою або групою осіб стосовно тих, хто не здатний себе захистити. Е. Роланд доповнює це визначення, описуючи булінг як соціальне явище зі складною системою, яка включає не лише жертву і агресора, а й спостерігачів, що опосередковано впливають на динаміку ситуації [25].

Л. Кішлі розглядає булінг як агресивну поведінку, спрямовану на приниження, вираження негативних емоцій та оцінювання інших у принизливий спосіб. При цьому головною ознакою булінгу є емоційне

приниження, образа почуттів інших та виключення їх з групи [28]. Дослідницею було виділено сім ознак булінгу [25]:

- 1) емоційне приниження, включаючи вербальні та невербальні вирази;
- 2) емоційно образлива та принизлива поведінка протягом тривалого періоду часу;
- 3) недружня та небезпечна поведінка;
- 4) втручання в особисте життя людини;
- 5) погіршення психологічного або фізичного стану особи, яка зазнала нападу;
- 6) намір завдати шкоди іншій особі, тим самим сприяючи переживанню особою травматичної події;
- 7) кривдник має вищий статус, ніж жертва, і тому дозволяє собі та іншим поводитися з нею таким чином, що це принижує її честь і завдає моральної або фізичної шкоди [25].

Булінг, як соціально-психологічне явище, впливає на всіх членів групи, де відбувається цькування, створюючи багаторівневу рольову систему. Д. Ольвеус виокремлює такі основні ролі в цій структурі [25]:

- жертва булінгу – особа, яка піддається насильству та є об'єктом цькування;
- булери (агресори) – ініціатори булінгу, які відіграють провідну роль у насильницькому процесі та здійснюють основний тиск на жертву;
- послідовники – ті, хто підтримують булінг і беруть у ньому активну участь, хоча й не виступають його ініціаторами;
- пасивні булери – учасники, які відкрито заохочують цькування, наприклад, сміються чи звертають увагу інших на ситуацію, але без прямої участі;
- потенційні булери – ті, хто отримують задоволення від цькування, але залишаються нейтральними зовні;

– «спостерігачі» (байдужі свідки) – особи, які не втручаються у ситуацію та сприймають її як чужу проблему;

– «потенційні захисники» – ті, хто засуджує булінг і має намір допомогти жертві, але з різних причин не наважується діяти [25].

Важливим аспектом поглиблення булінгу є реакція інших спостерігачів. Коли утворюється коло булінгу, інші приєднуються до дій кривдника своїми діями. Навіть якщо свідки не беруть участі, вони сприяють булінгу тим, що мовчки не втручаються, дозволяють булеру знущатися, підтримують булера та схвалюють його дії. Тому можливі змови з метою приховування випадків булінгу, як свідомі, так і опосередковано спонтанні. Також можлива ідентифікація ініціаторів, організаторів та підбурювачів булінгу [17].

На думку Д. Ольвеуса, існують чотири механізми, за допомогою яких відбувається поширення булінгу [25]:

1. Процес булінгу передбачає соціальну імітацію. Тобто спостереження за агресивною поведінкою однієї людини по відношенню до іншої, особливо якщо булеру «вдається» знайти жертву, призведе до того, що інші будуть поводитися подібним чином.

2. Послаблення заборон проти агресивних тенденцій. Люди, які бачать, що булери отримують винагороду за свою агресивну поведінку, послаблюють свої власні заборони проти участі в агресивних нападах.

3. Дифузія відповідальності. Коли в булінгу беруть участь кілька людей, почуття провини та відповідальності кожної з них зменшується.

4. Повторювана агресія. Внаслідок повторюваної агресивної поведінки інших учнів по відношенню до одного учня, той починає думати, що він/вона заслуговує на таке ставлення до себе [25].

В основі булінгу лежать статус, влада, конкуренція та лідерство. Булінг – це соціальна поведінка, яка проявляється у відносно стабільних групах і має потенціал для залучення інших. Булінг передбачає нерівність влади та авторитету і ставить жертв у становище, коли вони не можуть ефективно захистити себе від негативної поведінки. Саме це відрізняє булінг від простого

конфлікту. У конфлікті учасники рівні, тоді як при булінгу жертва завжди вразлива, їй важко захистити себе і вона може бути протиставлена групі. Ще однією особливістю булінгу є те, що він передбачає навмисну поведінку, спрямовану на заподіяння шкоди та страждань іншим. Причинами виникнення булінгу в колективах є боротьба за лідерство, конфлікти між різними субкультурами, цінностями та думками, нетерпимість, агресія та віктимність, психічні та фізичні вади, заздрість та відсутність дозволів [7].

Психологічні наслідки булінгу можуть призвести до цілої низки проблем, включаючи негативне сприйняття себе, низьку самооцінку, соціальну дезадаптацію, депресію, розлади харчової поведінки, самоушкодження, вживання алкоголю та інших наркотиків, ризиковану сексуальну поведінку та передчасну смерть від суїциду. Довгострокові наслідки булінгу включають труднощі у спілкуванні та близьких стосунках з протилежною статтю, соціальну та загальну тривожність, безсоння та порушення концентрації уваги [33].

Таким чином, явище булінгу широко розповсюджене в суспільстві, має складну рольову структуру та різноманітні форми прояву. Булінг – це явище, яке може виникати в більш-менш організованих і стабільних групах дітей, підлітків та навіть дорослих. Цей феномен впливає на всіх учасників, порушує навчально-виховний процес у закладах освіти, спричиняє довготривалі наслідки для окремих осіб, а іноді, з часом, призводить до їх відчуження.

1.2. Критерії прояву та особливості булінг-структури у студентських групах

Студентське життя включає не лише яскраві моменти та здобуття нових знань, але й чимало викликів. Взаємні конфлікти в межах групи можуть значно впливати на ефективність навчання, емоційний стан студентів і загальну

атмосферу в колективі. Як основна одиниця соціальної взаємодії та спільної діяльності у закладі вищої освіти, студентська група нерідко стає джерелом напруги, що негативно позначається на навчальному процесі та психологічному кліматі [24].

Серед студентів нерідко формуються деструктивні зразки міжособистісних взаємин. Поширене переконання, що булінг є характерним переважно для західних країн, не відповідає дійсності. У контексті сучасних суспільних змін насильство слід розглядати не лише як прояв девіантної поведінки, а й як психологічне явище, що певною мірою присутнє у повсякденному житті людей [14]. Вступ до закладу вищої освіти означає для молоді не лише адаптацію до нових умов навчання, а й інтеграцію в нове соціальне середовище. У процесі цього деякі студенти прагнуть самоствердитися у своїй групі, що іноді проявляється через приниження або створення дискомфортних ситуацій для інших [27].

За результатами досліджень, проведених у різних країнах, у закладах вищої освіти найпоширенішими формами булінгу є [31]:

- вербальні прояви – образливі, принизливі чи ворожі висловлювання, грубі жарти, обзивання, насмішки;
- психологічний тиск, що проявляється у висміюванні або критиці особистісних рис, маніпулюванні міжособистісними стосунками, соціальній ізоляції;
- поширення зловмисних чуток і пліток, навмисне порушення взаємин з однолітками [31].

Основною причиною цього явища є проблеми психологічного та емоційного розвитку усіх людей, незалежно від того, чи є вони кривдниками, жертвами чи просто свідками. Навіть поодинокі випадки булінгу залишають глибокі психологічні шрами на душі людини [1].

Ознаки булінгу чітко проявляються в поведінці людини, і важливо не залишати їх без уваги. Така поведінка потребує негайного психолого-педагогічного втручання, корекції та підтримки. Ігнорування цих симптомів

може призвести до негативних наслідків для психологічного та емоційного стану як жертви, так і всього колективу. До маркерів булінгу належать [25]:

- різке небажання студента відвідувати навчальний заклад (студент називає різні причини);
- ознаки фізичного насилля (наприклад, синці, подряпини, пошкодження майна та ін.);
- зміни в поведінці студента (наприклад, дуже спокійний, не бажає розмовляти, сумний, пригнічений, незацікавлений у стосунках або навпаки має підвищену агресивність, імпульсивність та ін.);
- різні соматичні нездужання, студент скаржиться на біль в животі, голові або інших органах;
- депресія;
- розлади сну (наприклад, труднощі із засинанням, нездатність заснути, розмови уві сні, крики);
- агресивна мова та поведінка [25].

Якщо під час спостереження виявлено будь-яку з перерахованих вище ознак, можна припустити, що булінг має місце, навіть якщо ніхто не скаржиться. Було б корисно помістити студентів з вищезазначеними ознаками в спеціальну групу за інтересами та уважно спостерігати за ними протягом певного часу [17].

В основі булінгу в групах студентів лежить неповага та презирство до іншого, неприязнь до жертви, прагнення до лідерства, бажання влади та незадоволеність соціальним становищем. У навчальних закладах, коли булінг відбувається в групі, неминуче з'являється ініціатор жорстокості та інші, які наслідують його поведінку і є співучасниками знущань над жертвою [1].

Для глибшого розуміння індивідуально-психологічних особливостей учасників булінгу важливо визначити їхню позицію та роль у груповій взаємодії, тобто проаналізувати структуру булінгу [39]. Зарубіжні науковці по-різному трактують поняття «булінг-структури». Так, Е. Роланд уперше представив її як соціальну систему, до складу якої входять кривдники, жертви

та спостерігачі. Згодом з'явилася розширена модель, у якій до цієї системи додано нові ролі – захисника жертви та помічника кривдника [15].

Варто зазначити, що соціальні ролі учасників булінгу не є сталими й можуть змінюватися залежно від конкретної ситуації або складу групи. Водночас між особистісними рисами, поведінковими особливостями людини та її позицією в структурі булінгу існує тісний взаємозв'язок [41].

Молоді люди з високим рівнем особистої незахищеності та низькою самооцінкою часто піддаються ризику стати жертвою булінгу. Такі студенти часто хворіють, мають надмірну вагу, фізичні або розумові вади, а також можуть мати вже існуючі захворювання. Здобувачі освіти, які можуть стати жертвами, мають мало друзів, замкнуті, не ініціативні та інтровертовані. Сором'язливий студент з поведінковими розладами та невпевненістю в собі є «ідеальною жертвою булінгу» [27].

Варто пам'ятати, що жертвами булінгу можуть бути як сором'язливі, замкнуті, невпевнені в собі студенти з низькою самооцінкою, так і успішні, сильні та талановиті особистості. Успішні, допитливі та вмотивовані студенти можуть викликати заздрість та обурення серед одногрупників і запускати механізми булінгу [26].

Сучасні науковці виділяють кілька типів жертв булінгу залежно від їхніх реакцій на цькування [15]:

1) Пасивні – характеризуються схвильованістю і тривогою, реагують на булінг плачем. Вони постійно замикаються в собі, уникають кривдника і стають «слухняними». Така реакція з боку жертви фактично стає своєрідною винагородою для кривдника, оскільки вона підтверджує його домінування і дає відчуття влади. Це, в свою чергу, стимулює агресора до подальших актів насильства, що сприяє продовженню циклу булінгу.

2) Провокаційні – зазвичай викликають обурення, привертають увагу кривдника та однолітків, отримують певний контроль над ситуацією і реагують агресією, тривогою та збудженням. Цей тип більш схильний до конфронтації з кривдником. Однак, як і пасивні жертви, вони мало

контролюють свої емоції, і це є сигналом для кривдника, що вони, ймовірно, є легкою мішенню

3) Хронічні жертви булінгу – це люди, які систематично піддаються насильству і часто повертаються до кривдника, підтримуючи патологічні стосунки, що запускають новий цикл насильства. Така поведінка зберігається навіть у випадку зміни навчального закладу чи місця проживання. Хронічні жертви часто відчують глибоке почуття безнадії та безвиході, що робить їх схильними до суїцидальних думок та спроб [15].

«Агресори» часто імпульсивні та мають проблеми з контролем гніву. Ці молоді люди мають низький рівень емпатії та не підкоряються авторитетам. Їм притаманне бажання домінувати над іншими, показувати свою значущість і легко маніпулювати іншими для досягнення своїх цілей. Незважаючи на протиправну поведінку, такі студенти часто користуються високим соціальним статусом у групі [6].

Роль «спостерігача» виконують студенти, які є свідками булінгу, але не вживають заходів для його припинення. Молоді люди цієї групи зазвичай демонструють високий рівень толерантності, що призводить до їхньої пасивності в ситуаціях булінгу [44]. Студентам, які грають роль свідків, притаманне почуття провини, безпорадності та страху опинитися на місці жертви. Коли булінг повторюється, емпатія «нейтральних учасників» знижується, що заохочує так звану «мовчазну більшість» [32].

«Захисники жертви», як правило, користуються найбільшим авторитетом серед однолітків. Вони найменше схильні до булінгу та знущань з боку однолітків. Ці студенти задоволені своїм становищем у колективі та мають високий рівень емпатії та емоційного інтелекту. Захисники загалом задоволені спілкуванням з однолітками і мають високу самооцінку [48].

«Помічники кривдників» мають середній рівень самооцінки та мотивації досягнення. Ці студенти прагнуть наслідувати та допомагати ініціатору, який знущається над їхніми однолітками, що призводить до їхньої низької прихильності до колективу. Для них характерний високий рівень

авторитарності, але при цьому вони змушені підкорятися волі кривдника, що часто призводить до внутрішніх конфліктів у помічників [27].

Проблема насильства у закладах вищої освіти часто стає серйозною перешкодою для гармонійного розвитку студентів, оскільки агресивна поведінка кривдників завдає значної шкоди їхньому фізичному та психологічному здоров'ю [49]. Вищі навчальні заклади відіграють ключову роль у забезпеченні безпечного освітнього середовища, формуванні позитивних цінностей і розвитку навичок мирного спілкування, ненасильницької взаємодії та профілактики насильства. Для ефективного розв'язання цієї проблеми необхідний комплексний підхід, що включає підтримку адміністрації закладу, активну участь студентів і роботу органів студентського самоврядування [26].

Отже, можна зробити висновок, що булінг є серйозним насильницьким явищем, яке може виникнути в будь-якому колективі і мати негативний вплив на всіх його учасників. Різноманітне студентське життя часто супроводжується конфліктами, які можуть погіршувати навчальний процес та психологічний та емоційний стан студентів. Булінг у вищих навчальних закладах є нагальною проблемою, що потребує уваги та ефективних заходів. Дослідження вказують на різноманітні форми булінгу, його причини та наслідки, включаючи вплив на жертв, агресорів і спостерігачів. Розуміння соціальних ролей у конфліктних ситуаціях є важливим кроком до запобігання булінгу та створення безпечного освітнього середовища.

1.3. Напрями реабілітаційної роботи з наслідками булінгу серед студентів

Історично реабілітація визначалася як відновлення попереднього статусу або втраченої гідності людини, або відновлення прав несправедливо

звинуваченої особи. Друге значення терміну охоплювало медичні, педагогічні, психологічні та правові заходи, спрямовані на відновлення фізичного і психічного здоров'я людини та її здатності до нормальної діяльності. Сьогодні реабілітація – це комплексна професійна допомога, спрямована не лише на компенсацію втрати працездатності, а й на реінтеграцію постраждалої особи в суспільство та її якомога повнішу інтеграцію, як в особистісному, так і в професійному плані [29].

Психологічна реабілітація – це система заходів, орієнтованих на відновлення та корекцію психологічних функцій, якостей і властивостей особистості, а також на забезпечення умов для її подальшого розвитку та самоствердження. Акцент робиться на відновленні психічних станів, які були порушені внаслідок травматичного впливу різних факторів. Сфера впливу психолога обмежується впливом на внутрішню сферу життя особистості. У центрі цієї внутрішньої сфери знаходиться самопізнання. Психологи допомагають людині усвідомити свою соціальну цінність, подолати внутрішні комплекси неповноцінності і реалізувати свій «особистий життєвий план» [2].

Психологічна реабілітація – це не пасивна реадаптація, тобто повернення до дотравматичного життя. Це скоріше активізація здатності до життєтворчості, тобто перепроєктування власного життя та реалізація нових проєктів у сімейній, особистій, професійній та інших сферах [43]. Зрештою, творче ставлення людини до свого життя передбачає нове прагнення до самоперетворення, підготовку до несподіваних ситуацій, переорієнтацію цінностей, зміну характеру діяльності, сфер спілкування та форм самореалізації [29].

Соціально-психологічна реабілітація осіб розглядається як поступовий процес, спрямований на зменшення негативних наслідків впливу травматичних подій та ситуацій підвищеного ризику. Серед основних шляхів покращення психологічного здоров'я осіб, які пережили наслідки травматичних подій, є відновлення життєздатних ресурсів та реалізація реабілітаційного потенціалу особистості [13].

Соціально-психологічна реабілітація характеризується розробкою та застосуванням відновлювальних заходів, що діють у чотирьох напрямках [29]:

1. Особистісний вектор – спрямований на відновлення частково втраченої цілісності, рівноваги та самоконтролю особистості.
2. Інструментальний – спрямований на відновлення зниженого почуття самоефективності та здатності до самореалізації в різних видах діяльності.
3. Просторовий – відповідає за розвиток здатності особистості до спілкування, побудови стосунків, подолання відчуження від оточення та конструктивного розв'язання конфліктів.
4. Часовий – відповідає за зміцнення ціннісно-смыслового поля особистості, переоцінка цінностей, нові життєві орієнтири та пошук нових смислів [29].

Основні переживання психологічної травми від булінгу – це втрата влади над собою та своїм життям, а також відчуття ізоляції від інших. Тому основою для зцілення є набуття жертвою сили та встановлення нових зв'язків. Зцілення можливе лише в контексті стосунків. Відновлюючи стосунки з іншими, жертви відновлюють психологічні функції, які були пошкоджені або деформовані травматичним досвідом: довіру, автономію, спонтанність, компетентність, ідентичність та приватність [9].

Соціально-педагогічна реабілітація спрямована не тільки на припинення репресій, нападів, випадків насильства з боку однолітків, соціальної дискримінації, а й на зміну самооцінки людини. Вона проводиться на особистісному рівні з урахуванням індивідуальних психологічних особливостей особистості [11]

Серед заходів, які використовуються під час психологічної реабілітації виділяють основні та додаткові методи. Основними методами є психологічне консультування, психокорекція та психотерапія. До додаткових методів реабілітації належать арт-терапія, КПТ, техніки сімейної терапії, психоедукація, тренінг з розвитку соціальних навичок тощо [52].

Провідну роль у психологічній реабілітації відіграє такий метод як психотерапія. Мета такого втручання – заспокоїти людину, показати тимчасовий характер змін у її стані, вказати шляхи виходу з травмуючих ситуацій, пояснити механізми психічних розладів і переконати людину в реальній можливості саморегуляції певних нервових процесів [9].

В основі допомоги жертвам психологічного насильства лежить роз'яснення їхніх основних прав: право на недоторканність; право на гідність; право довіряти своїм почуттям; право сказати «ні»; право розповісти близьким, коли їм соромно або коли їх відкидають; право на отримання допомоги [4].

Припинення булінгу у студентському колективі має вирішальне значення. Однак цькування, яке досі існує в студентських групах, швидше за все, буде підживлювати соціальну та психологічну динаміку і продовжуватиметься приховано навіть після того, як успішні втручання зупинять відкриту поведінку. Іншими словами, зупинити булінг недостатньо. Проблема постає в тому, як можна покращити екологію серед однолітків через посилення просоціальної взаємодії після припинення булінгу [36].

Реабілітація жертв булінгу у студентському середовищі вимагає комплексного підходу, що включає як індивідуальну, так і групову допомогу. В індивідуальному плані психолог працює над підвищенням самооцінки жертви. Основна мета – допомогти студенту прийняти свої особливості і навчити його говорити «ні», адже це може стати рішучою відповіддю на агресію. Важливо навчити студента впевнено пересуватися і залишатися в компанії однолітків, щоб уникнути ізоляції. Також необхідно підтримувати його в комунікації з іншими, залучаючи до позашкільних активностей, де він зможе знайти нових друзів. Психолог повинен допомогти жертві усвідомити, що вона не винна в цькуванні, і що завжди є інші люди, до яких можна звернутися за допомогою [51].

Робота у групі передбачає активну взаємодію між студентами, куратором групи та викладачами. Важливо відразу реагувати на глузування та

зневажливі зауваження, створюючи безпечне середовище для всіх здобувачів освіти. Викладачі повинні знаходити можливості для жертви проявити свої здібності, доручаючи відповідальні завдання і залучаючи до спільних проектів. Бесіди з агресорами також є важливим елементом роботи: вони повинні усвідомити, як їхні дії впливають на почуття жертви. Крім того, варто проводити інтерактивні заняття, які сприяють формуванню доброзичливого ставлення та толерантності. Цей комплексний підхід не лише підтримує жертв, а й допомагає запобігти насильству в студентському середовищі, формуючи здорові стосунки серед усіх здобувачів освіти [15].

Таким чином, реабілітація жертв булінгу в студентському середовищі є складним і багатогранним процесом, що вимагає поєднання індивідуальних і групових підходів. Психологічна реабілітація фокусується на відновленні самооцінки, соціальних зв'язків і особистісної цілісності постраждалих, допомагаючи їм адаптуватися до змін і усвідомити свої права. Успіх реабілітаційних заходів залежить від комплексного підходу, що передбачає не лише лікування наслідків булінгу, а й формування культури підтримки й толерантності серед учнів.

Висновки до першого розділу

Булінг є серйозним насильницьким явищем, яке може виникати в будь-якому колективі, впливаючи на всіх учасників – жертв, агресорів та спостерігачів. Це явище має довготривалі наслідки, які можуть порушити навчальний процес, призводячи до відчуження та ізоляції постраждалих. У студентських групах, де взаємопов'язаність і співпраця є ключовими для успішного навчання та особистісного розвитку, булінг може суттєво знизити якість освітнього процесу і негативно вплинути на психоемоційний стан студентів.

Реабілітація жертв булінгу в студентському середовищі є складним і багатогранним процесом, що вимагає комплексного підходу, поєднуючи індивідуальну і групову допомогу. Психологічна реабілітація фокусується на

відновленні самооцінки, соціальних зв'язків і особистісної цілісності постраждалих, допомагаючи їм адаптуватися до змін і усвідомити свої права. Це включає в себе навчання навичкам асертивності, розвитку комунікаційних здібностей і формування позитивних відносин з однолітками.

Успіх реабілітаційних заходів залежить від створення безпечного середовища, де жертви можуть відчувати підтримку і прийняття. Важливо також залучати агресорів до процесу, щоб вони усвідомили негативний вплив своїх дій. Формування культури підтримки і толерантності серед студентів є ключовим аспектом у запобіганні булінгу.

Загалом, розуміння соціальних ролей у конфліктних ситуаціях та впровадження адекватних заходів є необхідними для створення безпечного освітнього середовища. Психологічна реабілітація сприяє не лише відновленню постраждалих, а й покращенню соціальної атмосфери в навчальному закладі, що є важливим для всіх учасників освітнього процесу. Комплексний підхід до реабілітації жертв булінгу має значний потенціал для позитивних змін у студентських колективах.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ У СТУДЕНТСЬКИХ ГРУПАХ

2.1. Загальна характеристика емпіричного дослідження

Метою роботи нашого дослідження було визначення основних проявів булінгу у студентських групах та аналіз їх критеріїв для подальшого створення практичних рекомендацій. Відповідно до проаналізованої літератури, булінг може бути пов'язаний із такими характеристиками як загальне самопочуття особистості, рівень її активності, настрою, а також може залежати від групової згуртованості та психологічного клімату у колективі.

Процедура дослідження наявності булінгу у студентських групах передбачала виконання таких етапів:

1. Підбір та обґрунтування застосування психодіагностичних методик щодо вивчення наявності булінгу серед студентів.
2. Проведення діагностики наявності булінгу серед студентських груп.
3. Аналіз та інтерпретація отриманих даних емпіричного дослідження.
4. Розробка практичних рекомендацій щодо запобігання ситуації булінгу в студентських групах.

У ході виконання першого завдання нами було здійснено всебічний аналіз психодіагностичних методик, що дозволяють виявити прояви булінгу у студентському колективі. З них були відібрані ті, що найбільш точно відповідають меті та завданням емпіричного дослідження.

Для діагностики наявності булінгу у студентських колективах було обрано такий методичний інструментарій:

1. Опитувальник Д. Ольвеуса для оцінювання рівня булінгу та ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти (адаптація Л. Найдьонової, Н. Дятел).

2. Методика для виявлення «Булінг-структури» в адаптації К. Гордієнко.
3. Методика «САН».
4. Методика «Індекс групової згуртованості» Сішора.
5. Методика «Оцінка психологічного клімату в колективі».

Дослідження, присвячене вивченню критеріїв прояву булінгу та напрямів його реабілітації у студентському середовищі, проводилося на факультеті психології Волинського національного університету імені Лесі Українки. У вибірку увійшли студенти другого курсу трьох академічних груп. Загалом участь у дослідженні взяли 32 респонденти віком від 17 до 19 років, серед яких – 30 дівчат і 2 хлопці.

1. Для оцінювання рівня булінгу та ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти було використано **опитувальник Д. Ольвеуса** (адаптація Л. Найдьонової, Н. Дятел). Опитувальник налічує 40 питань та умовно складається з двох блоків. Перший блок «Загальна інформація» необхідний для того, щоб налати чітке пояснення того, що саме мається на увазі в запитаннях. Без цього роз'яснення можна буде отримати недостовірні результати. Другий блок «Оцінка булінгу» надає опис проблеми булінгу та дозволяє визначити особливості його проявів. Окрім загальних запитань про булінг, в цьому блоці містяться питання, що охоплюють різні форми і прояви цькування, які найпоширеніші в освітніх закладах.

Оцінка об'єктивної повторюваності випадків булінгу здійснюється шляхом вибору учасниками опитування чітких варіантів відповідей, таких як «раз на тиждень», «один-два рази на місяць». Суб'єктивна оцінка повторюваності надає інформацію про психологічний стан людини та її сприйняття булінгу.

2. Методика для виявлення «Булінг структури» в адаптації К. Гордієнко була використана для визначення структури булінгу у студентській групі. Опитувальник складається з 25 запитань, 3 з яких дозволяють встановити прояви насильства у групі. Методика заснована на рольовій структурі булінгу Д. Ольвеуса і відповідно складається з 5 шкал, які допомагають ідентифікувати таких учасників насилля як ініціатор, помічник

ініціатора, захисник, жертва, спостерігач. У ході обробки результатів встановлюється, які позиції займає особистість у ситуації булінгу.

3. Для оцінювання рівня самооцінки самопочуття, активності та настрою було застосовано **методику «САН»**. Ця шкала складається з індексів (3 2 1 0 1 2 3), розміщених між тридцятьма парами слів-антонімів, які відображають такі аспекти психофізичного стану: активність (рухливість, швидкість, темп діяльності), самопочуття (сила, енергійність, відсутність втоми) та настроїв (емоційне самопочуття, позитивність).

Під час обробки результатів числові значення перекодовуються: найменш сприятливі стани отримують 1 бал, наступні за інтенсивністю – 2 бали і так далі. Важливо, що полюси шкали змінюються залежно від змісту пари слів: позитивні характеристики завжди оцінюються вищими балами, а негативні – нижчими. За підсумками розраховується середнє арифметичне значення як загальне, так і окремо для кожної складової – самопочуття, активності та настрою.

4. Для оцінювання рівня групової згуртованості було застосовано **методику «Індекс групової згуртованості» Сішора**. Опитувальник містить п'ять запитань, кожне з яких має кілька варіантів відповідей. Вибрані респондентами відповіді переводяться у бали згідно з установленими значеннями, зазначеними в дужках. Максимальний можливий результат становить +19 балів, мінімальний – -5 балів.

Отримані результати дозволяють визначити рівень згуртованості групи за такими показниками: низький (4 бали і менше), нижче середнього (4–6,9 бала), середній (7–11,5 бала), вище середнього (11,6–15 балів) та високий (понад 15 балів).

5. Для дослідження психологічної атмосфери в студентських групах застосовувалася методика «Оцінка психологічного клімату в колективі». Тестова шкала побудована на індексах (+3 +2 +1 0 -1 -2 -3), які розміщені між парами протилежних тверджень, що відображають основні характеристики психологічного клімату колективу.

Респондентам пропонувалося оцінити прояв кожної з наведених властивостей за такою шкалою:

3 – властивість проявляється завжди;

2 – проявляється у більшості ситуацій;

1 – проявляється рідко;

0 – обидві протилежні властивості проявляються приблизно однаково.

Знаки «+» або «-» присвоюються залежно від того, чи є певна характеристика позитивною або негативною для психологічного клімату. Для визначення загального рівня психологічного клімату (С) підраховують суму балів лівої частини шкали (А) та правої (В), після чого обчислюють різницю за формулою: $C = A - B$. Якщо значення С дорівнює нулю або має від'ємний показник, це свідчить про несприятливу атмосферу в групі; позитивне значення, навпаки, вказує на сприятливий психологічний клімат.

Отже, нами було підібрано психодіагностичний інструментарій, що відповідає поставленим меті та завданням дослідження проявів булінгу у студентських групах. Обрані методики дозволили повноцінно дослідити та проаналізувати результати стосовно наявності та особливостей прояву булінгу серед студентів, їхній стан і загальний психологічний клімат у колективі.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження булінгу у студентських групах

Згідно з поставленими нами завданнями, було проведено аналіз та інтерпретацію отриманих даних емпіричного дослідження наявності булінгу у студентських групах. Для оцінювання рівня булінгу та ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти ми використали опитувальник Д. Ольвеуса (в адаптації Л. Найдьонової, Н. Дятел). Відповідно до аналізу літератури [1; 15; 17; 25], було здійснено поділ запитань на блоки, що дозволило структурувати

дані для глибшого розуміння та оцінки наявності булінгу у вищому навчальному закладі:

1. Імовірність стати жертвою булінгу (питання 4-19а, 22).
2. Місця здійснення булінгу (питання 12а, 12б, 18)
3. Реакції інших учасників навчального процесу на булінг (питання 20, 21, 37).

Це розділення ґрунтується на існуючих підходах і методах, описаних у наукових працях, що дозволило ефективно організувати інформацію та провести її подальший статистичний аналіз. Розглянемо детальніше кожен із цих блоків.

До блоку 1 «Імовірність стати жертвою булінгу» увійшли запитання, які стосуються досвіду знущань у здобувачів освіти вищого навчального закладу. Результати отримані за основним запитанням «Як часто тобі доводилося переживати знущання над собою в університеті за останні кілька місяців?» представлені на рис. 2.1.

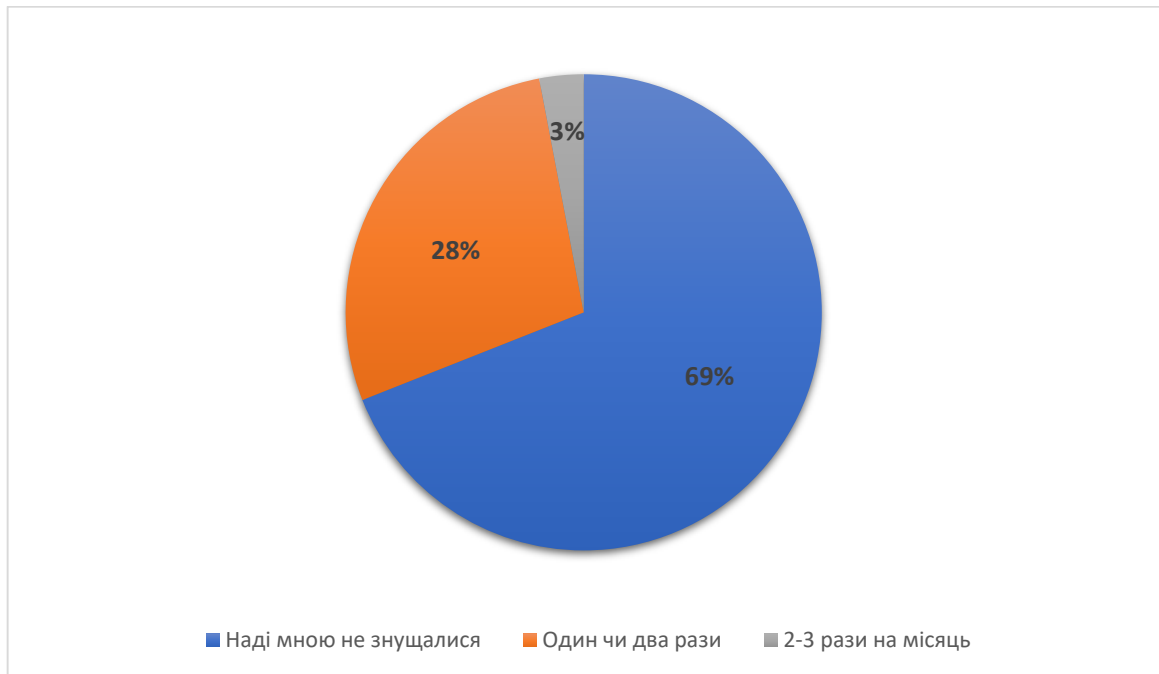


Рис. 2.1. Відсоткове співвідношення відповідей респондентів на запитання «Як часто тобі доводилося переживати знущання над собою в університеті за останні кілька місяців?», %

За даними з рис. 2.1., можемо стверджувати, що над 69% респондентів не знущалися у вищому навчальному закладі. Це вказує на те, що більшість учасників опитування не стикалися з булінгом або іншими формами агресії в університеті, що може бути показником здорового соціального клімату в навчальній установі.

28% опитуваних стверджують, що стикалися зі знущаннями у вищому навчальному закладі один чи два рази у загальному. Це може свідчити про те, що явище булінг або агресії не є систематичним або поширеним серед більшості студентів. Однак такі одиничні випадки можуть бути показниками того, що деякі студенти можуть бути більш вразливими до негативних соціальних явищ.

3 % студентів стверджують, що зазнають знущань 2-3 рази на місяць. Це може свідчити про наявність регулярних випадків агресії або булінгу серед певної частини студентів. Хоч відсоток і невеликий, проте він вказує на те, що проблема знущань все ж існує та потребує певного втручання.

Проаналізувавши окремо відповіді на це запитанням серед трьох навчальних груп студентів, нами було отримано такі результати (табл. 2.1.).

Таблиця 2.1

Відсоткове співвідношення відповідей студентів трьох навчальних груп на запитання «Як часто тобі доводилося переживати знущання над собою в університеті за останні кілька місяців?»

Відповідь на запитання	1 група	2 група	3 група
Наді мною не знущалися	64%	70%	75%
Один чи два рази	29%	30%	25%
2-3 рази на місяць	7%	0%	0%

Згідно з даними таблиці 2.1, найчастіше з проявами булінгу стикалися студенти першої групи. Зокрема, 7% респондентів зазначили, що переживали знущання 2–3 рази на місяць, а 29% – один чи два рази на місяць. Водночас більшість студентів другої (70%) та третьої (75%) груп повідомили, що не

стикалися з булінгом у закладі вищої освіти; 30% і 25% відповідно зазначили, що такі випадки траплялися один чи два рази. Отже, можна зробити висновок, що серед студентів другого курсу факультету психології мають місце поодинокі випадки цькування, проте системного характеру це явище не набуває.

Додатковий аналіз відповідей на окремі запитання показав такі тенденції:

- на твердження «Мені давали образливі прізвиська, насміхалися або дражнили так, що мене це зачіпало» 78% студентів відповіли, що такого не було; 16% – раз чи двічі; 3% – 2–3 рази на місяць; 3% – приблизно раз на тиждень;

- твердження «Інші учні навмисно не залучали мене у спільні події, виключали зі свого кола або ігнорували» заперечили 75% опитаних; 19% визнали, що таке траплялося раз чи двічі; 3% – 2–3 рази на місяць; 3% – кілька разів на тиждень;

- твердження «Мене штовхали, лупцювали або залишали у закритому приміщенні» заперечили 94% студентів, а 6% зазначили, що це траплялося один чи два рази;

- на питання «Мене залякували або змушували робити речі, яких я не хотів(ла)» 81% відповіли, що подібних випадків не було; 13% – раз чи двічі; 6% – 2–3 рази на місяць;

- твердження «З мене знущалися, використовуючи образливі прізвиська, насмішки або жести сексуального характеру» заперечили 84% респондентів; 9% повідомили, що це траплялося один чи два рази; 3% – раз на тиждень; 3% – кілька разів на тиждень.

Результати опитування свідчать, що у студентському середовищі факультету психології випадки булінгу носять поодинокий, локальний характер і, ймовірно, зумовлені окремими міжособистісними конфліктами, а не системними процесами в колективі.

До блоку 2 «Місця здійснення булінгу» належать запитання, які допомагають виявити місця підвищеного ризику. Відповідно до відповідей респондентів було отримано інформацію стосовно місць, де здобувачі освіти зазнавали знущань (табл. 2.2.)

Таблиця 2.2

**Розподіл досліджуваних відповідно до місць, де вони зазнавали
знущань, у %**

Місце знущань	1 група	2 група	3 група	Загалом
У коридорах та сходах	0%	10%	0%	3%
В аудиторії (за відсутності викладача)	7%	0%	0%	3%
У їдальні	7%	0%	0%	3%
На шляху до університету або з нього	0%	10%	0%	3%
В автобусі	7%	0%	0%	3%
Через інтернет або телефон	80%	30%	75%	53%

Так, із табл. 2.2. бачимо, що загалом 53% студентів другого курсу найчастіше зазнавали знущань через інтернет або телефон. Проаналізувавши окремо результати кожної групи за поширеністю кібербулінгу, отримали такі результати: 1 група – 80% студентів, 2 група – 30%, 3 група – 75%. Це може свідчити про зростання булінгу в Інтернеті та через телефони, де зловмисники або ж однолітки часто відчують анонімність і безкарність. Також це може вказувати на проблеми в реальних соціальних взаємодіях студентів, що робить їх більш уразливими до знущань. Важливо звертати більше уваги на психологічну підтримку та боротьбу з онлайн-булінгом у навчальних закладах.

Усі інші місця, де студенти стикалися із ситуацією булінгу мають однакове відсоткове співвідношення: 3% – у коридорах та на сходах; 3% – в

аудиторії (за відсутності викладача); 3% – у їдальні; 3% – на шляху до університету або з нього; 3% – в автобусі. Аналізуючи результати окремо кожної групи, отримуємо такі висновки: у першій групі студенти зазнавали знущань в аудиторії за відсутності викладача (7%), у їдальні (7%) та в автобусі (7%); у другій групі – у коридорах та на сходах (10%) і на шляху до університету або з нього (10%); у третій групі здобувачі освіти не зазнавали знущань у перерахованих вище фізичних місцях. Отримані результати можуть свідчити про те, що булінг у фізичному середовищі навчального закладу все ще має місце, хоча й у меншій кількості випадків. Можливо, ці ситуації виникають через відсутність контролю або уваги з боку викладачів та адміністрації в місцях, де студенти часто залишаються без нагляду. Така статистика вказує на необхідність посилити моніторинг і підтримку учнів у таких просторах, а також на важливість створення безпечнішого середовища для всіх.

До блоку 3 «Реакції інших учасників навчального процесу на булінг» нами було віднесено запитання, які стосуються того, як студенти, викладачі та інші учасники навчального середовища реагують на прояви булінгу. За допомогою запитання «Як часто хтось із викладачів намагається втрутитись та зупинити це, якщо над студентом знущаються в університеті?», було проведено оцінку рівня втручання викладачів у ситуації булінгу серед студентів (рис. 2.2).

Так, 28% студентів зазначило, що викладачі іноді намагаються втрутитися, коли бачать ситуацію булінгу. Це може свідчити про те, що викладачі не завжди активно реагують на ситуації булінгу, навіть якщо вони їх помічають. Причини можуть бути різними: недостатня обізнаність про проблему, брак навичок або ресурсів для ефективного втручання, або страх бути залученими до конфлікту.

22% зазначають, що викладачі майже ніколи не втручаються та не зупиняють булінг, у випадку, якщо стали свідком того, що над студентом знущаються. Це може означати відсутність чіткої політики або механізмів

протидії булінгу в закладі освіти. Така ситуація може погіршувати моральний клімат у групі та сприяти подальшому поширенню булінгу, оскільки відсутність реакції з боку авторитетних осіб дозволяє агресорам відчувати безкарність.

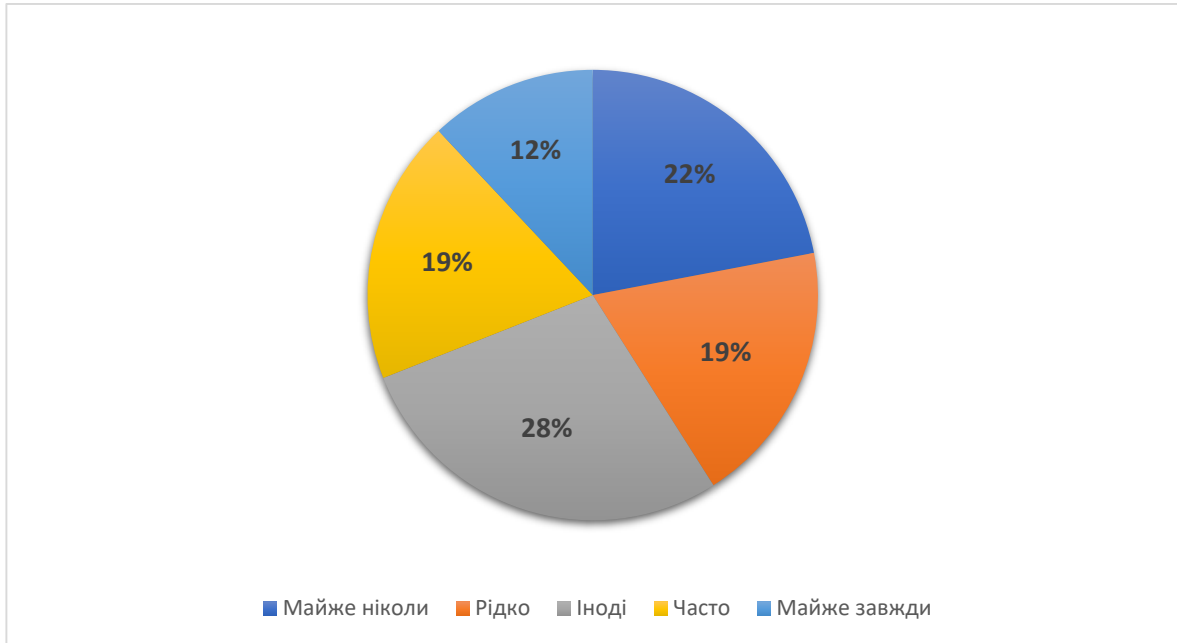


Рис. 2.2. Відсоткове співвідношення відповідей респондентів на запитання «Як часто хтось із викладачів намагається втрутитися та зупинити це, якщо над студентом знущаються в університеті?», %

19% здобувачів освіти стверджують, що викладачі рідко втручаються у ситуацію булінгу, якщо така виникає. Це може свідчити про те, що втручання викладачів є непослідовним або недостатньо систематичним. Така ситуація може дозволяти булінгу залишатися непоміченим або не зупинятися, що негативно впливає на психологічний клімат у навчальному закладі.

19% студентів другого курсу зазначають, що викладачі часто втручаються, якщо помічають булінг серед студентів. Це може свідчити про те, що певна кількість викладачів проявляють активну позицію та готовність втрутитися в ситуації булінгу, коли вони їх помічають. Хоча цей відсоток є позитивним, він також вказує на те, що більшість викладачів, ймовірно, не завжди реагують на булінг.

12% опитуваних стверджують, що викладачі майже завжди втручаються та намагаються зупинити цькування чи насильство. Такий низький відсоток може вказувати на те, що в закладі освіти недостатньо ефективних механізмів або політик, які б забезпечували постійну та систематичну реакцію на булінг з боку викладачів.

Проаналізувавши відповіді кожної окремої академічної групи щодо цього запитання, отримали результати, представлені у табл. 2.3.

Таблиця 2.3

Відсоткове співвідношення відповідей студентів трьох навчальних груп на запитання «Як часто хтось із викладачів намагається втрутитись та зупинити це, якщо над студентом знущаються в університеті?», %

Відповіді на запитання	1 група	2 група	3 група
Майже ніколи	29%	20%	12%
Рідко	14%	30%	12%
Іноді	29%	30%	25%
Часто	14%	20%	25%
Майже завжди	14%	0%	26%

З табл. 2.3 бачимо, що більшість студентів першої групи спостерігає, що викладачі або майже ніколи не втручаються у випадку булінгу (29%), або іноді намагаються зупинити прояви насильства (29%). Менша кількість здобувачів освіти вважає, що викладачі втручаються рідко (14%), часто (14%) та майже завжди (14%). Аналізуючи відповіді студентів другої групи, спостерігаємо такі результати: 30% вважає, що викладачі рідко втручаються у ситуації булінгу серед студентів; 30% – іноді; 20% – майже ніколи, 20% – часто, 0% – майже завжди. У студентів третьої групи відповіді дещо відрізняються. Так, 26% стверджують, що викладачі майже завжди втручаються, 25% – часто, 25% – іноді, 12% – рідко, 12% – майже ніколи.

З отриманих результатів можемо зробити висновок, що рівень втручання викладачів у ситуації булінгу варіюється залежно від групи студентів, що свідчить про різну ефективність або активність реакцій викладачів на цькування в різних групах. У студентів першої групи більшість відзначають, що викладачі або майже ніколи не втручаються, або лише іноді намагаються зупинити прояви насильства, що може вказувати на недостатню готовність викладачів до реагування або на відсутність ефективних механізмів втручання. У другій групі ситуація дещо краща, адже 40% студентів вважають, що викладачі хоча б іноді втручаються, але лише 20% відзначають, що втручання відбуваються часто або рідко. У третій групі спостерігається найбільша частка позитивних відповідей, де 26% студентів стверджують, що викладачі майже завжди втручаються, а ще 25% вважають, що втручання відбуваються часто.

Можно зробити висновок, що загалом викладачі в більшості випадків не проявляють достатньої активності в боротьбі з булінгом, хоча в окремих групах є більш позитивні результати. Це вказує на потребу в покращенні підготовки викладачів до ефективного реагування на булінг, а також на необхідність створення чітких механізмів для протидії цькуванню в навчальних закладах.

Для оцінки рівня втручання та залученості студентів до протидії булінгу серед інших студентів, досліджуваним було задано питання «Як часто інші студенти намагаються втрутитись та зупинити це, якщо над студентом знушаються в університеті?». Отримані результати продемонстровано на рис. 2.3.

Так, 31% студентів другого курсу зазначають, що інші студенти майже ніколи не намагаються втрутитися у ситуації булінгу над іншими. Це може свідчити про низький рівень взаємної підтримки серед студентів у випадках булінгу. Можливо, студенти не відчують себе відповідальними за допомогу постраждалим, або бояться бути залученими до конфлікту. Також це може бути результатом відсутності чіткої культури взаємодопомоги серед

студентів, що підкреслює необхідність формування більш дружнього і згуртованого середовища в навчальному закладі.

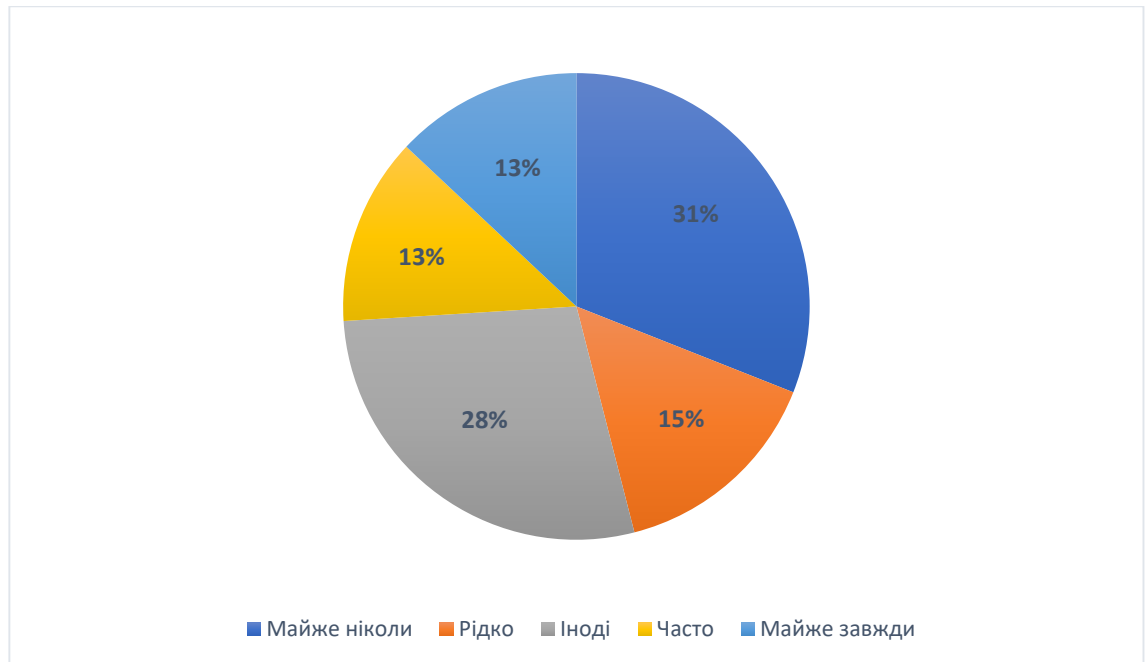


Рис. 2.3. Відсоткове співвідношення відповідей респондентів на запитання «Як часто інші студенти намагаються втрутитись та зупинити це, якщо над студентом знущаються в університеті?», %

28% опитуваних стверджують, що інші студенти іноді намагаються втрутитися та припинити знущання над іншими. Це може свідчити про те, що деякі студенти готові втручатися та допомагати в ситуаціях булінгу, але не завжди активно або систематично. Це може бути результатом страху, невпевненості чи недостатньої обізнаності про те, як правильно втручатися.

15% досліджуваних вважають, що інші студенти рідко втручаються та намагаються допомогти у ситуації булінгу. Така відповідь може вказувати на те, що хоча частина студентів розуміє важливість втручання в ситуації булінгу, більшість не готові активно діяти. Це може бути пов'язано з відсутністю впевненості у своїх силах або страхом перед можливими негативними наслідками для себе.

13% здобувачів освіти стверджують, що інші студенти часто допомагають іншим, якщо стають свідками ситуації булінгу. Це може

свідчити про те, що серед студентів є група, яка має необхідну готовність і впевненість для втручання в ситуації булінгу.

13% досліджуваних зазначають, що інші студенти майже завжди готові допомогти іншим у ситуації булінгу. Це може свідчити про те, що лише невелика частина студентів демонструє високу готовність до активної підтримки жертв булінгу.

Проаналізувавши відповіді кожної окремої академічної групи щодо цього запитання, отримали результати, представлені у табл. 2.4.

Таблиця 2.4

Відсоткове співвідношення відповідей студентів трьох навчальних груп на запитання «Як часто інші студенти намагаються втрутитися та зупинити це, якщо над студентом знущаються в університеті?», %

Відповіді на запитання	1 група	2 група	3 група
Майже ніколи	36%	40%	13%
Рідко	7%	30%	12%
Іноді	29%	10%	50%
Часто	14%	20%	0%
Майже завжди	14%	0%	25%

З табл. 2.4 спостерігаємо, що більшість студентів першої групи, а саме 36%, стверджують, що інші студенти майже ніколи не намагаються втрутитися та зупинити насильство, якщо стануть свідками такої ситуації. 29% з цієї групи вважають, що студенти іноді втручаються, 14% – часто, 14% – майже завжди, 7% – рідко. Аналізуючи відповіді опитуваних з другої групи, можемо помітити, що 40% зазначають, що інші студенти майже ніколи не намагаються втрутитися, 30% – рідко, 20% – часто, 10% – іноді, 0% – майже завжди. У здобувачів освіти з третьої групи бачимо такі відповіді: 50% стверджують, що інші студенти іноді можуть втручатися, якщо стають свідками булінгу, 25% – майже завжди, 13% – майже ніколи, 12% – рідко, 0% – часто.

З отриманих результатів можна зробити висновок, що в студентському середовищі є значний потенціал для покращення реакції на булінг з боку студентів. У всіх групах спостерігається пасивність або недостатня активність у втручанні в ситуації булінгу: більшість студентів або не втручаються, або роблять це рідко. Особливо це помітно в першій і другій групах, де значний відсоток студентів вважають, що інші студенти майже ніколи не втручаються або втручаються лише іноді. Третя група демонструє більш позитивні результати, де значна частина студентів зазначає, що втручання відбуваються хоча б іноді, а також є частина, яка вважає, що студенти майже завжди готові втрутитися. Однак навіть у третій групі є місце для поліпшення, оскільки 13% все ж вважають, що втручання відбуваються рідко або майже ніколи.

Це свідчить про те, що є потреба в підвищенні рівня обізнаності серед студентів щодо важливості активного втручання в ситуації булінгу, формуванні культури взаємодопомоги та взаємної підтримки, а також розробці чітких механізмів та інструментів для протидії булінгу в навчальному закладі.

Для оцінювання особистості залученості студентів до вирішення та протидії булінгу серед здобувачів освіти, нами було використано запитання: «Як ти зазвичай реагуєш, якщо бачиш чи дізнаєшся, що над студентом твого віку знущається інший студент чи група студентів?». Отримані результати наведені на рис. 2.4.

З рис. 2.4 можемо спостерігати, що 44% опитуваних хотіли б допомогти у ситуаціях, де зі студентів їхнього віку знущаються інші. Це може свідчити про те, що майже половина студентів усвідомлює важливість підтримки своїх однолітків у ситуаціях булінгу та має бажання діяти на захист постраждалих. Таке прагнення допомогти може бути проявом емпатії та соціальної відповідальності, що є позитивним знаком для створення здорового студентського середовища.



Рис. 2.4. Відсоткове співвідношення відповідей респондентів на запитання «Як ти зазвичай реагуєш, якщо бачиш чи дізнаєшся, що над студентом твого віку знущається інший студент чи група студентів?», %

25% досліджуваних стверджують, що ніколи не стикалися з подібними ситуаціями. Це може бути результатом того, що в їхньому середовищі булінг не є поширеним явищем або ж вони не звертали уваги на подібні інциденти. Однак цей показник також може вказувати на те, що деякі студенти можуть не виявляти проблеми булінгу, навіть якщо вони мають місце, через недостатню обізнаність або через те, що вони не помічають певних форм цькування.

22% здобувачів освіти у ситуаціях, коли спостерігають булінг намагаються допомогти іншим. Це може свідчити про те, що лише незначна частина студентів готова діяти в ситуаціях булінгу, коли вони стають свідками таких випадків. Вони намагаються допомогти, демонструють певну готовність до втручання, однак цей показник вказує на те, що більшість студентів або не втручаються, або не відчують себе достатньо впевненими, щоб діяти.

3% досліджуваних стверджують, що у таких ситуаціях вони просто спостерігають за тим, що відбувається. Така реакція може бути результатом страху, невпевненості або відсутності чіткої стратегії щодо того, як

правильно діяти в таких ситуаціях. Ці студенти можуть почуватися безсилими або не хочуть брати участь через побоювання негативних наслідків для себе.

3% студентів не долучаються до знущань, проте вважають їх нормою та не бачать нічого поганого у такій поведінці. Це може бути результатом нормалізації агресивної поведінки в їхньому середовищі або відсутності розуміння шкоди, яку булінг завдає жертвам.

3% опитуваних стверджують, що у ситуації булінгу над іншими, вони б долучились до знущань. Це може свідчити про наявність невеликої, але все ж частки студентів, які не тільки не готові допомогти постраждалим, а й можуть бути схильні долучитися до знущань. Цей показник вказує на важливість роботи з такими студентами, оскільки їхня поведінка може бути результатом соціального тиску, відсутності розуміння наслідків булінгу або наявності проблем у розвитку емпатії.

Проаналізувавши відповіді кожної окремої академічної групи щодо цього запитання, отримали результати, представлені у табл. 2.5.

Таблиця 2.5

Відсоткове співвідношення відповідей студентів трьох навчальних груп на запитання «Як ти зазвичай реагуєш, якщо бачиш чи дізнаєшся, що над студентом твого віку знущається інший студент чи група студентів?», %

Відповіді на запитання	1 група	2 група	3 група
Я такого не помічав (ла)	21%	30%	25%
Я намагаюсь допомогти	15%	30%	25%
Я хотів би допомогти	43%	40%	50%
Я просто спостерігаю	7%	0%	0%
Я такого не роблю, але вважаю це нормою	7%	0%	0%
Я долучаюсь до знущань	7%	0%	0%

Відповідно до табл. 2.5, 21% студентів першої групи стверджують, що не стикалися із ситуаціями булінгу у вищому навчальному закладі, 15% намагаються допомогти у таких випадках, 43% виражають бажання допомогти, 7% – просто спостерігають, 7% – не долучаються до знущань, проте вважають їх нормою, 7% – долучаються до знущань. У другій групі бачимо дещо іншу ситуацію: 40% хочуть допомогти жертвам булінгу у подібних ситуаціях, 30% намагаються допомогти, роблячи уже певні дії, 30% не були свідками булінгу. У третій групі бачимо схожі відповіді: 50% здобувачів освіти хотіли б допомогти, 25% намагаються допомогти, а інші 25% не стикалися з подібними ситуаціями.

З результатів можна зробити висновок, що більшість студентів висловлюють бажання допомогти постраждалим від булінгу, але лише частина з них реально намагається втрутитися. Це свідчить про розрив між бажанням і реальними діями, що може бути наслідком невпевненості чи страху. У деяких студентів спостерігається пасивність – вони просто спостерігають за ситуацією. У першій групі також є студенти, які не долучаються до знущань, але вважають їх нормою, що вказує на нормалізацію булінгу серед частини студентів. Найвищий рівень готовності допомогти спостерігається в третій групі, де 50% студентів хочуть допомогти, а 25% активно втручаються.

Загалом, результати вказують на важливість підвищення рівня обізнаності та навчання студентів про способи втручання в ситуації булінгу, а також на необхідність формування середовища, в якому допомога постраждалим стає нормою і підтримується всіма учасниками навчального процесу.

Для визначення структури булінгу у студентській групі нами була використана методика для виявлення «Булінг структури» в адаптації К. Гордієнко. Вона дає змогу зрозуміти, хто з студентів виконує роль ініціатора агресії (булера), хто підтримує агресора (помічник агресора), хто захищає жертву (захисник), хто є жертвою булінгу, а також хто виступає пасивним

спостерігачем без активної участі в конфлікті. Результати проведеного дослідження серед здобувачів другого курсу, а також окремо кожної академічної групи наведені у табл. 2.6.

Таблиця 2.6

**Розподіл досліджуваних за ролями, які вони займають у ситуації
булінгу, у %**

Роль	Загальна к-сть	1 група	2 група	3 група
Ініціатор	0%	0%	0%	0%
Помічник ініціатора	9%	7%	20%	0%
Захисник	81%	86%	60%	75%
Жертва	13%	29%	20%	25%
Спостерігач	0%	0%	0%	0%

З табл. 2.6 бачимо, що 81% здобувачів освіти другого курсу займають роль захисника. Це вказує на те, що студенти готові активно підтримувати одногрупників і протистояти булінгу, що створює позитивну атмосферу в колективі. Можливо, в групі культивується культура взаємопідтримки та допомоги, де кожен відчуває відповідальність за благополуччя інших. Однак така велика частка захисників також може означати, що студенти не завжди розпізнають булінг як серйозну проблему і можуть сприймати конфлікти як звичайні непорозуміння.

13% опитуваних у студентському колективі займають роль жертви. це вказує на те, що в студентському колективі існує певний рівень булінгу або агресії, хоча цей показник є відносно низьким. Такі студенти можуть відчувати себе уразливими або ізольованими через різні соціальні фактори, як-от недовіра до одногрупників, низький рівень соціальної підтримки чи особисті конфлікти. Також цей результат може означати, що не всі випадки булінгу помітні для інших членів групи, адже жертви можуть не завжди відкрито говорити про свої проблеми.

9% досліджуваних схильні займати роль помічника агресора. Це може бути пов'язано з бажанням відповідати соціальним стандартам групи або з тиском з боку більш впливових членів колективу. Вони можуть підтримувати агресора не через особисті переконання, а через страх чи прагнення бути прийнятими в групі. Такий результат також може вказувати на недостатню стійкість колективу перед негативними впливами.

Також у студентському колективі не виявлено осіб з ролями ініціаторів (булерів) та спостерігачів, що може свідчити про відсутність явних випадків булінгу чи агресії. Це може означати, що в групі панує здорове середовище, де студенти не займаються активним насильством, а конфлікти вирішуються мирним шляхом. Проте, відсутність спостерігачів і ініціаторів також може вказувати на те, що такі ролі не були чітко визначені або розпізнані під час дослідження. Можливо, студенти не усвідомлюють свою роль як спостерігачів, навіть якщо вони не втручаються в конфлікти або не підтримують жертву.

Проаналізувавши відповіді кожної окремої академічної групи щодо цього запитання, отримали такі результати: у першій групі виявлено 86% захисників, 29% жертв та 7% помічників ініціатора; у другій групі – 60% захисників, 20% жертв та 20% помічників; у третій групі – 75% захисників та 25% жертв. Результати свідчать про різні соціально-психологічні процеси в кожній групі. У першій групі домінує підтримка і захист між учасниками, але є й конфлікти, де деякі люди стають жертвами. Другу групу характеризує більша рівновага між ролями захисників і тих, хто потрапляє в складні ситуації. Тут також є група людей, яка підтримує ініціаторів конфліктів. Третя група проявляє високу солідарність, хоча й у ній є учасники, які опиняються в ролі жертв. Загалом, у всіх групах переважає підтримка, але водночас присутні конфлікти, що свідчить про складну динаміку взаємодій серед учасників.

Результати дослідження за цією методикою вказують на те, що в студентських групах переважає підтримка та готовність протистояти булінгу, що створює позитивну атмосферу. Однак існують також проблеми, такі як

наявність жертв агресії та студентів, які підтримують агресорів, що свідчить про соціальний тиск і недостатню емоційну стійкість деяких учасників. Відсутність ролей ініціаторів та спостерігачів може означати, що ці явища не завжди розпізнаються або усвідомлюються. Загалом, результати показують наявність підтримки в колективі, але й існування соціальних напружень.

Для вимірювання самооцінки самопочуття, активності та настрою нами була використана методика «САН». Результати проведеного дослідження за цією шкалою наведені на рис. 2.5.

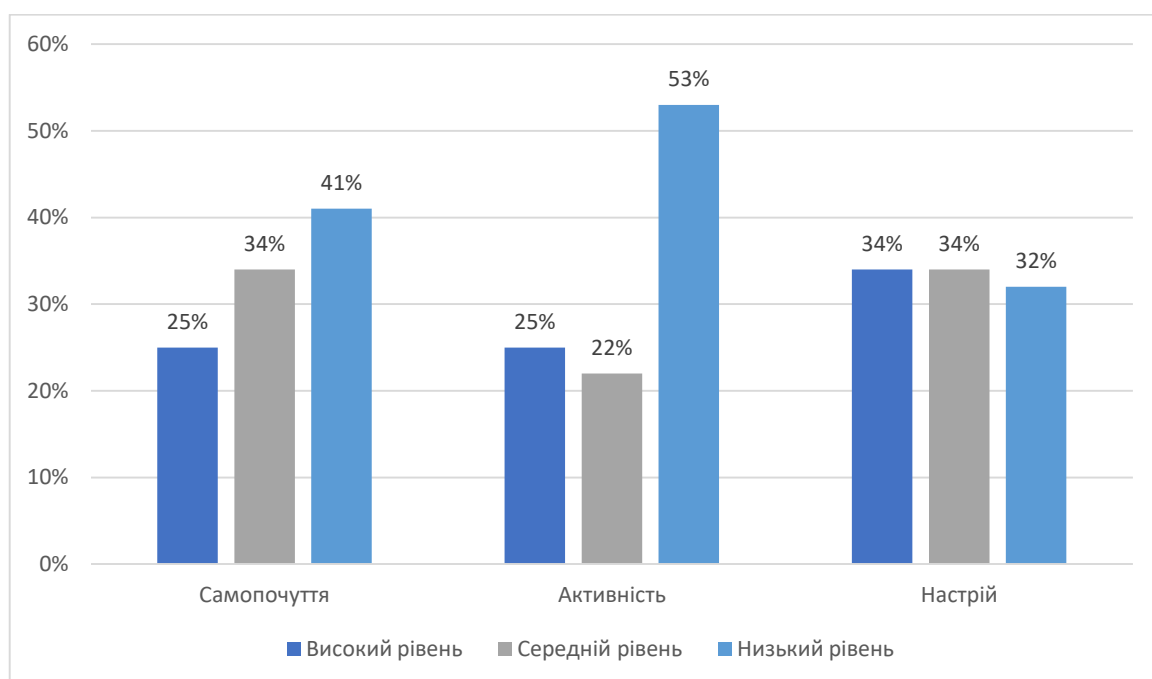


Рис. 2.5. Розподіл досліджуваних за рівнем вираженості показників самопочуття, активності та настрою, %

Відповідно до рис. 2.5, за шкалою «Самопочуття» у 41% опитуваних низький рівень. Це може свідчити про вплив стресу, тривоги чи депресії, які часто виникають через проблеми в навчальному середовищі. Це може бути пов'язано з академічними навантаженнями, соціальними труднощами чи іншими стресорами. Такі фактори можуть значно погіршувати фізичне і психологічне самопочуття студентів, створюючи додаткове навантаження на їхнє здоров'я та загальне благополуччя.

34% здобувачів освіти мають середній рівень за показником самопочуття. Це може вказувати на наявність певних труднощів, таких як стрес чи перевантаження, але при цьому студенти здатні справлятися з ними в межах своїх можливостей. Можливо, вони відчують періодичне зниження енергії або емоційну втомленість, проте загалом здатні підтримувати свій стан на прийнятному рівні.

25% досліджуваних мають високий рівень самопочуття. Це може означати те, що вони добре справляються з навчальними та особистими труднощами, мають підтримку в соціальному середовищі і здатні ефективно управляти стресом. Такий високий рівень самопочуття також може бути результатом активного способу життя, гармонії в особистих відносинах та здорового балансу між навчанням і відпочинком.

За шкалою «Активність» 53% студентів мають низький рівень. Такі результати можуть свідчити про зниження їхньої мотивації або енергії, що може бути наслідком стресу, перевантаження, соціальних труднощів чи відсутності зацікавленості в навчальному процесі. Такі студенти можуть мати проблеми з ініціативою, фізичною активністю або участю в позалекційних заходах. Це також може бути пов'язано з емоційним виснаженням, що ускладнює їх здатність бути активними як у навчанні, так і в особистому житті.

25% здобувачів освіти мають високий рівень активності. Вони, ймовірно, мають гарний баланс між навчанням, фізичною активністю та особистим життям, що сприяє їхньому загальному благополуччю та мотивації. Такий рівень активності може свідчити про високу мотивацію, позитивний настрій та здатність ефективно управляти своїм часом і ресурсами.

22% опитуваних мають середній рівень активності. Вони беруть участь у навчальному процесі та соціальних заходах, але не завжди проявляють ініціативу або постійну енергію. Такі студенти можуть мати деякі коливання у рівні активності залежно від зовнішніх обставин, емоційного стану чи навантаження. Вони, ймовірно, не відчують значного стресу або втоми, але

й не завжди активно шукають можливості для додаткової участі в різних активностях.

За шкалою «Настрій» 34% досліджуваних отримали високий рівень. Це може свідчити про те, що вони мають хорошу емоційну стабільність, задоволені своїми соціальними зв'язками та навчальним процесом, а також здатні долати труднощі з позитивним настроєм. Такі студенти, ймовірно, мають високу мотивацію та здатність зберігати внутрішній спокій навіть у стресових ситуаціях.

34% опитуваних мають середній рівень настрою. Це може свідчити про те, що вони не завжди мають стабільний або високий настрій, і іноді можуть відчувати втому чи стрес, але в цілому здатні підтримувати емоційну рівновагу. Такий рівень настрою часто характерний для студентів, які стикаються з навантаженням, але можуть знаходити способи справлятися з труднощами без значних перепадів емоцій.

32% здобувачів освіти мають низький рівень настрою. Це може бути результатом академічного навантаження, проблем у соціальних відносинах або інших зовнішніх факторів. Такі студенти можуть часто переживати негативні емоції, знижений настрій і втому, що може впливати на їх мотивацію та загальне самопочуття.

Аналіз результатів досліджуваних кожної окремої академічної групи представлено у табл. 2.7.

Таблиця 2.7

Розподіл досліджуваних кожної академічної групи за рівнем вираженості показників самопочуття, активності та настрою, у %

Шкала	Рівень	1 група	2 група	3 група
Самопочуття	Високий	29%	40%	0%
	Середній	42%	30%	25%
	Низький	29%	30%	75%

Продовження таблиці 2.7

Активність	Високий	42%	40%	0%
	Середній	29%	30%	0%
	Низький	29%	30%	100%
Настрій	Високий	36%	50%	43%
	Середній	29%	30%	50%
	Низький	35%	20%	7%

Так, у першій групі за шкалою «Самопочуття», більшість має середній рівень (42%), однак 29% мають високий і 29% – низький рівень, що свідчить про певну стабільність, але й наявність труднощів у деяких. За шкалою «Активність», 42% студентів активні та залучені, тоді як 29% мають низький рівень активності, що може свідчити про втомленість чи знижену мотивацію. Щодо шкали «Настрою», 36% студентів мають високий рівень настрою, 35% – низький, а 29% – середній, що означає наявність як позитивних, так і негативних емоцій.

У другій групі результати показують високий рівень благополуччя серед студентів. За шкалою «Самопочуття», 40% мають високий рівень, 30% – середній і 30% – низький, що вказує на загальну позитивну тенденцію, хоча частина студентів може мати певні труднощі. За шкалою «Активність» також 40% студентів демонструють високий рівень, 30% – середній, а 30% – низький, що може вказувати на вагому частину активних студентів, але й на наявність зниженого інтересу чи втоми у деяких. Щодо шкали «Настрою», 50% студентів мають високий рівень, що свідчить про оптимізм і позитивне ставлення до життя, 30% мають середній рівень і 20% – низький, що вказує на деяку кількість студентів, які можуть переживати стрес чи емоційне виснаження.

У третій групі результати свідчать про наявність суттєвих труднощів у сферах самопочуття та активності. За показником «Самопочуття» 75%

студентів мають низький рівень, що може вказувати на проблеми зі здоров'ям, підвищену втомлюваність або емоційне виснаження. Лише 25% продемонстрували середній рівень, тоді як високі показники відсутні.

За шкалою «Активність» усі опитані показали низький рівень, що може свідчити про відсутність внутрішньої мотивації, втрату енергії чи фізичне перевантаження. Водночас за шкалою «Настрій» 43% студентів мають високий рівень, що демонструє наявність оптимістичного та позитивного ставлення до навчання і життя у частини групи. Половина опитаних (50%) має середній рівень настрою, тоді як 7% – низький, що може вказувати на емоційне виснаження або переживання стресових станів.

Загалом можна зробити висновок, що ключовими проблемами групи є низький рівень активності та погіршене самопочуття, проте у частини студентів зберігається позитивний емоційний фон, який може слугувати ресурсом для покращення загального психологічного стану.

Результати дослідження показують, що серед студентів є різноманітні рівні самопочуття, активності та настрою. Більшість студентів мають середній рівень самопочуття, що вказує на загальну стабільність, хоча є й ті, хто відчуває труднощі зі здоров'ям або емоційним станом. Активність також варіюється: деякі студенти дуже енергійні та залучені до навчання, інші ж відчувають знижену мотивацію або втомленість. Щодо настрою, більшість має позитивне ставлення до життя, однак значна частина переживає стрес або негативні емоції. Загалом, результати вказують на необхідність уваги до психологічного благополуччя студентів, підтримки їхньої мотивації та зниження стресових факторів.

Для визначення рівня групової згуртованості у студентських колективах ми використали методику «Індекс групової згуртованості» Сішора. Отримані результати здобувачів освіти другого курсу продемонстровано на рис. 2.6.

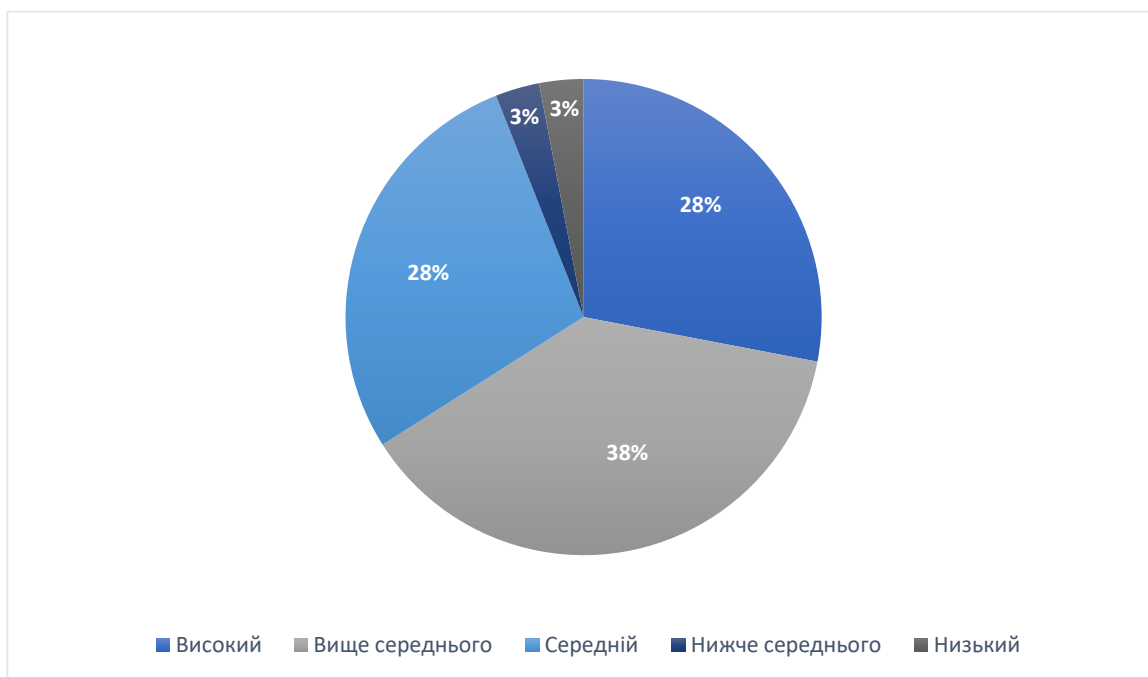


Рис. 2.6. Розподіл досліджуваних за рівнем групової згуртованості, у %

Згідно з результатами, поданими на рисунку 2.6, 38% респондентів оцінили рівень групової згуртованості у своїй студентській групі як вищий за середній. Це свідчить про наявність розвинених соціальних зв'язків, взаємоповаги та готовності до співпраці між студентами. Такий рівень згуртованості створює сприятливі умови для ефективної комунікації, взаємопідтримки та формування позитивного психологічного клімату, що підвищує комфортність навчального процесу.

Ще 28% студентів продемонстрували високий рівень згуртованості, що свідчить про міцні міжособистісні стосунки, довіру та взаєморозуміння в колективі. Такий показник означає, що значна частина студентів відчуває себе частиною згуртованої команди, що позитивно позначається не лише на емоційному стані, а й на загальній ефективності навчання та адаптації в освітньому середовищі.

28% здобувачів освіти отримали середній показник групової згуртованості, що вказує на помірний рівень взаємодії та підтримки в їхній студентській групі. Це означає, що хоча студенти відчувають певний рівень

єдності та співпраці, але ця згуртованість не є надто вираженою і може потребувати покращення для створення більш підтримуючого середовища.

3% опитуваних отримали показник нижче середнього стосовно рівня групової згуртованості. Це може вказувати на відсутність тісних соціальних зв'язків, труднощі у співпраці або недостатню комунікацію між членами групи. Такі студенти можуть відчувати ізолюваність або нестабільність у соціальному середовищі.

3% досліджуваних мають низький показник групової згуртованості, що вказує на значну відсутність єдності та підтримки в їхній студентській групі. Це може свідчити про ізоляцію цих студентів або про труднощі у взаємодії та співпраці з одногрупниками, що може негативно впливати на їхній емоційний стан та навчальний процес.

Аналіз відповідей учасників кожної академічної групи, поданий на рисунку 2.7, показав такі результати.

У першій групі 43% студентів оцінили рівень згуртованості як вищий за середній, ще 43% – як середній. Водночас 7% респондентів відзначили показники нижче середнього або низький рівень згуртованості. Це свідчить про загалом стабільну соціально-психологічну атмосферу, хоча в окремих випадках можуть виникати труднощі у взаємодії між членами групи.

У другій групі переважають високі показники згуртованості: 50% студентів продемонстрували високий рівень, 40% – рівень вище середнього, і лише 10% – середній. Такий розподіл відображає добре налагоджені міжособистісні стосунки, взаємоповагу та позитивний психологічний клімат, що сприяє ефективній спільній діяльності.

У третій групі також спостерігається високий рівень єдності: 50% опитаних мають високий показник згуртованості, 25% – вище середнього, а ще 25% – середній. Це свідчить про гармонійні соціальні зв'язки, доброзичливу атмосферу та відсутність значних проблем у взаємодії між студентами.

Отже, загальна тенденція демонструє достатньо високий рівень згуртованості у всіх трьох групах, що є важливим чинником позитивного психологічного клімату та успішної адаптації студентів у навчальному середовищі.

Загалом, результати вказують на різні рівні групової згуртованості в студентських колективах. Для поліпшення загального психологічного клімату в студентських групах важливо зосередитися на підтримці і розвитку згуртованості, зокрема у тих групах, де цей показник є низьким або середнім. Це можна досягти через покращення комунікації, організацію групових заходів, сприяння співпраці та підтримки між студентами.

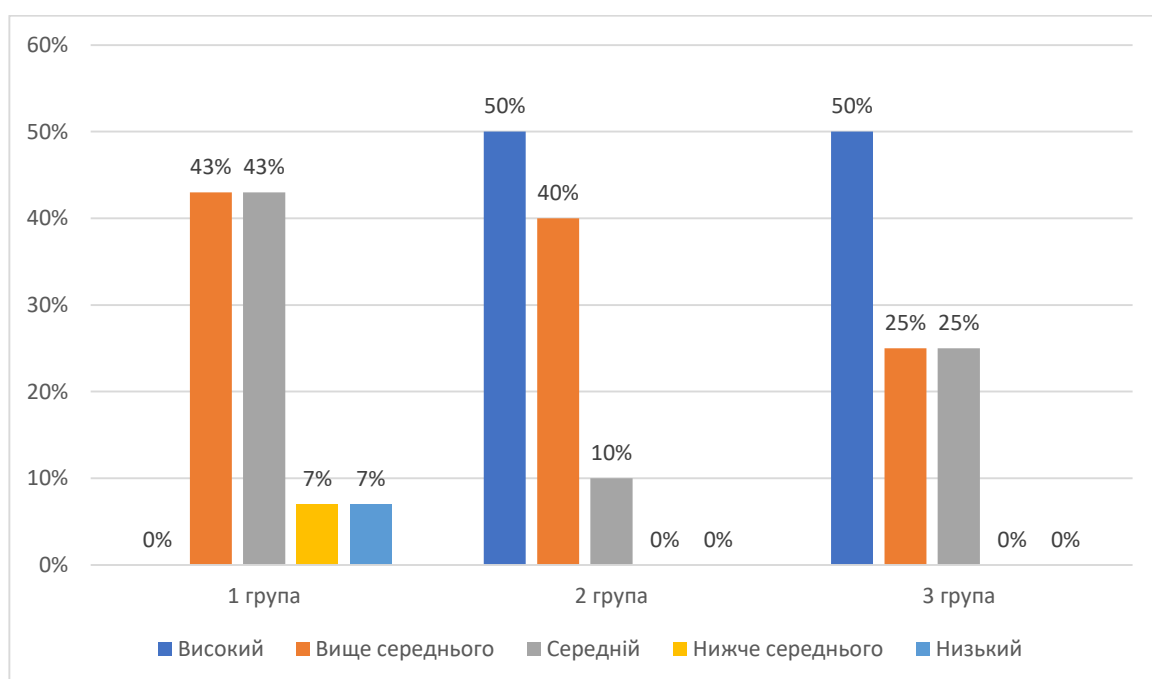


Рис. 2.7. Розподіл досліджуваних окремих академічних груп за рівнем групової згуртованості, у %

Для оцінки психологічної атмосфери у групах нами була використана методика «Оцінка психологічного клімату в колективі». Результати проведеного дослідження серед здобувачів другого курсу, а також окремо кожної академічної групи наведені у табл. 2.8.

Таблиця 2.8

Розподіл досліджуваних відповідно до оцінки психологічного клімату у колективі, у %

Вибірка	Оцінка психологічного клімату	
	Позитивний	Негативний
1 група	50%	50%
2 група	70%	30%
3 група	63%	37%
Загальна к-сть	59%	41%

З табл. 2.8 спостерігаємо, що загалом 59% здобувачів освіти оцінюють психологічний клімат у студентському колективі як позитивний, що свідчить про гармонійні стосунки та взаємопідтримку в групі. Однак 41% вважають його негативним, що може вказувати на конфлікти чи ізоляцію серед частини студентів. Це підкреслює необхідність уваги до покращення соціальних взаємодій і створення підтримуючої атмосфери для всіх членів колективу.

Результати оцінки психологічного клімату в окремих академічних групах показують різні рівні задоволення атмосферою в колективі. У першій групі 50% студентів оцінили психологічний клімат як позитивний, однак 50% вважають його негативним. Це вказує на значний розподіл думок серед студентів, що може свідчити про наявність конфліктів або нестабільність у соціальних взаєминах, що потребує уваги. У другій групі 70% студентів оцінюють клімат як позитивний, а лише 30% – як негативний. Це вказує на значно кращу атмосферу в колективі, де більшість студентів відчують підтримку та гармонію, хоча все ж є невелика частка студентів, які не задоволені кліматом. У третій групі 63% студентів вважають психологічний клімат позитивним, 37% – негативним. Це також свідчить про переважно позитивне сприйняття атмосфери в групі, але з певними проблемами, які можуть потребувати корекції для покращення загального емоційного стану колективу.

В загальному, результати показують, що в усіх групах є більшість студентів, які оцінюють психологічний клімат як позитивний, що вказує на наявність підтримки та гармонії в групах. Проте в кожній з груп є частина студентів, які відчувають негативний психологічний клімат. Це свідчить про необхідність приділити увагу поліпшенню соціальних зв'язків і комунікації серед студентів, зниженню рівня конфліктів, а також підтримці тих, хто відчуває ізоляцію або невдоволення. За допомогою спеціальних заходів, таких як групові обговорення, тренінги з командної роботи або інші ініціативи, можна покращити психологічний клімат і забезпечити рівні можливості для комфортного навчання та розвитку всіх студентів.

Для забезпечення якісної інтерпретації результатів була проведена статистична обробка даних за кожним з критеріїв із застосуванням коефіцієнту кореляції Пірсона. Під час кореляційного аналізу було встановлено взаємозв'язок між певними ролями у структурі булінгу та самопочуттям, активністю і настроєм. Отримані результати продемонстровано у табл. 2.9.

Таблиця 2.9

Результати кореляційного аналізу між показниками самопочуття, активності і настрою та ролями під час ситуації булінгу

Роль	Самопочуття	Активність	Настрій
Ініціатор	$r = 0,224735392$	$r = 0,199432747$	$r = 0,288853607$
Помічник	$r = 0,478375757$	$r = 0,360366338$	$r = 0,401826011$
Захисник	$r = -0,036980765$	$r = -0,080053891$	$r = -0,055356002$
Жертва	$r = -0,483464659$	$r = -0,518297701$	$r = -0,36823044$
Спостерігач	$r = 0,086811157$	$r = 0,404648362$	$r = -0,083469873$

Відповідно до табл. 2.9, було виявлено статистично значущі кореляційні зв'язки між роллю помічника та самопочуттям, активністю, настроєм; між роллю спостерігача та активністю. Також існує обернена кореляція між роллю жертви та самопочуттям, активністю і настроєм. Це свідчить про те, що певна роль студента в групі (помічник, спостерігач, жертва) впливає на його

самопочуття, активність і настрої. Позитивна кореляція між роллю помічника та самопочуттям, активністю і настроєм вказує на те, що допомога іншим сприяє кращому емоційному стану. Роль спостерігача пов'язана з підвищеною активністю, що може означати більшу участь у соціальних процесах. Однак обернена кореляція між роллю жертви та самопочуттям, активністю й настроєм вказує на те, що студенти в ролі жертви зазвичай мають погіршений емоційний стан.

Результати кореляційного аналізу щодо взаємозв'язку між роллю студента під час булінгу та рівнем згуртованості у колективі наведені у табл. 2.10.

Таблиця 2.10

Результати кореляційного аналізу між роллю студента у ситуації булінгу та рівнем згуртованості у колективі

Роль у ситуації булінгу	Коефіцієнт кореляції Пірсона
Ініціатор	$r = 0,384852355$
Помічник	$r = -0,304545503$
Захисник	$r = 0,21317265$
Жертва	$r = -0,06920759$
Спостерігач	$r = -0,146220089$

Було виявлено статистично значущий кореляційний зв'язок між роллю ініціатора та уявленням про рівень згуртованості у колективі. Агресор може вважати свою поведінку важливою для підтримки порядку або дисципліни в групі, сприймаючи це як фактор, що зміцнює згуртованість. Він може бути переконаним, що через агресію чи домінування група стає більш організованою або єдиною, хоча насправді це може створювати атмосферу страху та напруженості серед інших учасників.

Статистично значущих кореляційних зв'язків між роллю помічника, захисника, жертви, спостерігача і рівнем згуртованості у колективі не було виявлено.

Результати кореляційного аналізу щодо взаємозв'язку між роллю студента у ситуації булінгу та психологічним кліматом у колективі наведені у табл. 2.11.

Таблиця 2.11

Результати кореляційного аналізу між роллю студента у ситуації булінгу та оцінкою психологічного клімату у колективі

Роль у ситуації булінгу	Коефіцієнт кореляції Пірсона
Ініціатор	$r = 0,492295021$
Помічник	$r = -0,201718155$
Захисник	$r = 0,197815517$
Жертва	$r = -0,216180758$
Спостерігач	$r = -0,146220089$

У результаті аналізу було виявлено статистично значущий кореляційний зв'язок між роллю ініціатора та оцінкою психологічного клімату у колективі. Це може свідчити про те, що булер сприймає свою агресивну поведінку як норму або необхідність для підтримки порядку та дисципліни. Він може вважати, що його дії зміцнюють згуртованість, хоча насправді вони можуть шкодити атмосфері. Таке сприйняття може бути результатом відсутності усвідомлення негативних наслідків або викривленого сприйняття ситуації. Агресор може також відчувати контроль або лідерство, що дає йому позитивне враження про психологічний клімат, не помічаючи шкоди для інших.

Статистично значущих кореляційних зв'язків між роллю помічника, захисника, жертви, спостерігача та оцінкою психологічного клімату у колективі не було виявлено.

У результаті кореляційного аналізу між рівнем згуртованості та оцінкою психологічного клімату у колективі було отримано статистично значущий кореляційний зв'язок: $r = 0,538569077$. Це означає, що чим вищий рівень згуртованості в групі, тим позитивніше учасники оцінюють психологічний клімат, або навпаки – кращий психологічний клімат сприяє більшій

згуртованості. Такий зв'язок може вказувати на те, що коли люди в колективі відчують підтримку, довіру та співпрацю, вони сприймають атмосферу в групі як позитивну. Водночас, хороший психологічний клімат може сприяти зміцненню взаємодії та згуртованості серед учасників.

Отже, результати проведеного дослідження засвідчили наявність статистично значущих кореляцій між ролями учасників булінгу (ініціатора, помічника, спостерігача, жертви) та показниками їхнього самопочуття, активності й настрою. Це підтверджує, що соціальні ролі в ситуаціях булінгу безпосередньо впливають на психологічний клімат у студентському колективі. Також виявлено взаємозв'язок між рівнем групової згуртованості та загальною оцінкою психологічного клімату, що підкреслює важливість створення сприятливого соціально-психологічного середовища у навчальній групі. Попри загалом позитивну атмосферу, результати дослідження вказують на потребу приділяти більше уваги профілактиці булінгу, запобіганню соціальній ізоляції та впровадженню заходів, спрямованих на зміцнення згуртованості, підтримку взаємоповаги та розвиток здорових міжособистісних стосунків серед студентів.

Висновки до другого розділу

У ході емпіричного дослідження проявів булінгу серед студентів було використано психодіагностичний інструментарій, що дозволив глибоко проаналізувати наявність та особливості булінгу, а також загальний психологічний клімат у студентських групах. Були виявлено значущі кореляції між ролями учасників булінгу (ініціатора, помічника, спостерігача, жертви) та їхнім самопочуттям, активністю і настроєм, що підкреслює вплив цих ролей на атмосферу в групі. Водночас було встановлено зв'язок між рівнем згуртованості в групі та оцінкою психологічного клімату, що підтверджує важливість створення сприятливого середовища для навчання та розвитку.

Не зважаючи на загалом позитивний психологічний клімат, проблема булінгу та соціальної ізоляції потребує більшої уваги та активних заходів для

підвищення рівня згуртованості та підтримки здорових стосунків серед студентів. Тому було запропоновано ряд рекомендацій, які включають підвищення обізнаності про булінг, розробку чітких політик і процедур, активну роль викладачів і адміністрації, а також формування культури взаємопідтримки. Реалізація цих заходів дозволить значно знизити рівень булінгу, покращить психологічний клімат у навчальних закладах і створить безпечне, підтримуюче середовище, що сприятиме розвитку здорових міжособистісних стосунків серед студентів.

РОЗДІЛ 3

КОРЕКЦІЙНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНА ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ У СТУДЕНТСЬКИХ ГРУПАХ

3.1. Психолого-корекційна програма щодо профілактики та реабілітації булінгу серед молоді

Програма запобігання булінгу в студентському середовищі спрямована на покращення міжособистісних стосунків серед здобувачів вищої освіти та зниження рівня психологічної напруги як у межах академічної групи, так і в навчальному закладі загалом. Її головна мета полягає у попередженні проявів булінгу, створенні безпечного, доброзичливого та сприятливого простору для всебічного розвитку кожного студента, а також у підтриманні фізичного, емоційного та психологічного благополуччя.

Основні завдання програми охоплюють зменшення проявів агресії та ворожості між студентами, покращення комунікації як на рівні індивідуальних взаємин, так і між академічними групами. Важливою складовою є розвиток комунікативної компетентності, що сприяє ефективній взаємодії, емпатії та взаєморозумінню в колективі. Програма також акцентує увагу на формуванні у студентів відповідальності за власну поведінку, розвитку навичок мирного розв'язання конфліктів і конструктивного реагування на напружені ситуації. Окремо підкреслюється значення виховання толерантності, емпатійності та поваги до індивідуальних відмінностей, що сприятиме формуванню безпечної й дружньої атмосфери у студентському середовищі.

Програма має двокомпонентну структуру, що включає первинну та вторинну профілактику булінгу.

Первинна профілактика спрямована на виявлення факторів ризику, з'ясування причин та основних форм прояву булінгу. Вона передбачає

комплексну роботу з кураторами академічних груп, науково-педагогічними працівниками, сім'ями студентів і самими здобувачами. Для цього використовуються анкетування, опитування, аналіз наукових джерел і тематичних відеоматеріалів, спрямованих на підвищення обізнаності про проблему насильства в університетському середовищі.

Вторинна профілактика передбачає поглиблену діагностику, повторне дослідження студентів із метою виявлення динаміки розвитку булінгу та причин його виникнення. Ця частина програми включає реалізацію корекційно-відновлювальних заходів, індивідуальні та групові заняття, тренінги й консультації, спрямовані на подолання наслідків булінгу, відновлення довіри та формування здорової комунікації в студентських колективах.

Програма ґрунтується переважно на груповій роботі, що сприяє розвитку соціальних навичок та згуртованості здобувачів. Індивідуальні завдання також відіграють важливу роль, зокрема у вигляді домашніх завдань, які допомагають закріпити отримані знання та навички. При розробці програми враховано вікові особливості молоді, що дозволяє зробити її ефективною та адаптованою до потреб студентів.

Основні принципи профілактики та реабілітації булінгу в ЗВО включають:

- спирання на внутрішній потенціал студента та його можливості саморозвитку;
- важливість колективної взаємодії та спільного руху вперед;
- побудову атмосфери співпраці, взаємопідтримки та толерантності;
- розвиток навичок самостійного подолання труднощів;
- забезпечення безпеки, збереження здоров'я, прав та людської гідності кожного здобувача;
- застосування принципу паралельної дії, що передбачає одночасний вплив на різні рівні взаємодії в студентському середовищі.

Наша програма включає кілька ключових напрямків, спрямованих на ефективну профілактику булінгу та створення безпечного середовища в університеті. Перш за все, вона передбачає нормативно-правове та інформаційне забезпечення заходів, спрямованих на запобігання випадкам та реабілітацію тих, хто постраждав від булінгу.

Важливим компонентом є організаційно-педагогічна та науково-методична робота з колективом НПП, що допомагає викладачам формувати культуру ненасильницької взаємодії серед студентів. Окремий напрямок стосується роботи кураторів з батьками, оскільки їхня підтримка та обізнаність відіграють важливу роль у запобіганні конфліктним ситуаціям.

Також програма передбачає комплексне забезпечення заходів профілактики булінгу та кібербулінгу серед студентів, яке охоплює інформаційну, організаційну, кадрову та психолого-педагогічну підтримку, спрямовану на створення безпечного та комфортного середовища для всіх учасників освітнього процесу в університеті.

Перший напрямок програми зосереджений на вдосконаленні методичної підготовки викладачів шляхом впровадження сучасних методик профілактики та запобігання булінгу й кібербулінгу в навчальному закладі. Важливим аспектом є підвищення обізнаності НПП і всіх працівників навчального закладу щодо проявів булінгу, його впливу на освітній процес, а також формування практичних навичок для ефективної роботи з студентами у напрямку запобігання насильницькій поведінці.

Другий напрямок передбачає організаційно-педагогічну та науково-методичну роботу з колективом факультету, що включає комплекс із різноманітних заходів. Вони спрямовані на підвищення професійної компетентності викладачів, вдосконалення підходів до виховання та формування безпечного освітнього середовища.

Протягом навчального року в університеті систематично організовуються наради та засідання, присвячені питанням профілактики булінгу. Їх основна мета полягає у підвищенні рівня обізнаності науково-

педагогічних працівників, обговоренні сучасних і ефективних підходів до запобігання проявам насильства в студентському середовищі, а також у вдосконаленні методів роботи зі здобувачами вищої освіти. Такі заходи сприяють формуванню єдиної системи профілактичних дій та підвищують ефективність комунікації між усіма учасниками освітнього процесу.

Серед основних тем таких заходів:

- поширеність булінгу в малих групах та його характерні прояви;
- студенський булінг: сучасний стан проблеми, актуальність питання та особливості психологічної підтримки жертв булінгу;
- роль куратора у формуванні безпечного середовища та запобіганні булінгу в студентських колективах;
- аналіз роботи кураторів у напрямку профілактики насильства та булінгу за підсумками навчального року;
- ефективні методи допомоги молоді у подоланні агресії та запобіганні повторним випадкам булінгу;
- рефлексія булінгу як спосіб осмислення та подальшого вдосконалення профілактичних заходів.

Третій напрям програми спрямований на роботу з батьками здобувачів освіти, адже їхня участь відіграє ключову роль у запобіганні булінгу. Батьки мають бути поінформовані про сутність цього явища, його наслідки та можливі способи реагування. У межах цього напрямку передбачено проведення батьківських зборів, тренінгів та консультацій, під час яких обговорюються теми «Як пережити наслідки булінгу», «Як запобігти і подолати булінг?», «До чого може призвести булінг?» та інші важливі аспекти взаємодії батьків із дітьми, які можуть бути залучені до таких ситуацій. Це сприяє налагодженню партнерських відносин між родиною та університетом і підвищує ефективність профілактичних заходів.

Наступний напрям програми орієнтований безпосередньо на студентів і має на меті профілактику булінгу та кібербулінгу. У його межах проводяться тематичні заняття, години куратора та інтерактивні зустрічі, розподілені

рівномірно протягом навчального року. Ці заходи спрямовані на підвищення рівня обізнаності студентів щодо проблеми булінгу, розвиток навичок емоційної саморегуляції, емпатії та конструктивного спілкування.

Тематика занять охоплює важливі питання, зокрема: «Вчися керувати своїми емоціями», «Як подолати студентський булінг?», «Доброта та милосердя», «Життя як пізнання добра», «Як боротися з конфліктами?» та інші. Реалізація цього напряму сприяє формуванню толерантності, розвитку емоційного інтелекту та створенню безпечного, підтримувального освітнього середовища.

Очікувані результати реалізації програми:

- Формування дружніх та доброзичливих стосунків серед молоді, що сприятиме зниженню рівня конфліктності та покращенню атмосфери у студентському середовищі.
- Розвиток навичок конструктивного реагування на конфлікти, зменшення рівня агресії та покращення самосприйняття студентів, що допоможе їм більш впевнено та спокійно вирішувати складні ситуації.
- Підвищення рівня соціального комфорту серед усіх учасників навчального процесу, що сприятиме загальному поліпшенню психологічного клімату в навчальному закладі та зниженню випадків булінгу.

Структура заняття

Кожне заняття програми складається з трьох основних етапів:

1. **Вступна частина** – серія інтерактивних вправ, спрямованих на активізацію учасників, створення комфортної та довірливої атмосфери, а також зміцнення згуртованості групи.
2. **Основний етап** – включає бесіди, тематичні ігри та практичні вправи, які допомагають учасникам глибше зрозуміти тему заняття, розвинути навички конструктивної комунікації та навчитися ефективно вирішувати конфлікти.
3. **Рефлексія** – завершальний етап заняття, під час якого учасники діляться своїми почуттями та враженнями, обговорюють, що їм сподобалося,

які висновки вони зробили та як можуть застосувати отримані знання у повсякденному житті.

Методичне наповнення програми

Основу занять складають різноманітні ігри та вправи, спрямовані на розвиток комунікативних здібностей і навичок саморефлексії. Велика увага приділяється вправам для:

- формування навичок вирішення конфліктних ситуацій;
- зниження рівня агресії та ворожості серед молоді;
- розвитку конструктивних стратегій поведінки в конфліктах;
- зміцнення згуртованості колективу та покращення міжособистісних стосунків;
- виховання толерантності та емпатії.

Психолог може варіювати та комбінувати вправи залежно від цілей конкретного заняття та специфіки групи, з якою проводиться робота.

Додаткові елементи програми

- **Домашні завдання** – після кожного заняття учасники отримують завдання для самостійного опрацювання, яке відповідає темі тренінгу та обговорюється на початку наступного заняття.
- **Діагностика** – перед початком і після завершення програми проводяться психологічні дослідження, які допомагають оцінити наявність булінгу в студентському колективі та виміряти ефективність заходів, що були впроваджені.

Таблиця 3.1

Психолого-корекційна програма щодо профілактики та реабілітації булінгу серед молоді

№	Тема	Мета	Зміст роботи
1	«Командоутворення»	Оптимізація міжособистісних та міжгрупових відносин	Вправа «Пересядьте ті, хто...», Вправа «Дім». Домашнє завдання

Продовження таблиці 3.1

2	«Особистісні якості»	Розвиток навичок саморефлексії	Гра «Плутанина», Вправа «Мої сильні сторони». Домашнє завдання
3	«Комунікації»	Розвиток комунікативних навичок	Вправа «Хочу сказати приємне іншій людині», Вправа «Тонкі нитки». Домашнє завдання
4	«Мій вибір»	Розвиток толерантності, емпатії	Вправа «Улюблений фільм», Вправа «У нас є вибір». Домашнє завдання
5	«Вихід з проблемної ситуації»	Розвиток навичок рішення проблемних ситуацій	Вправа «Одна ситуація – три виходи», Вправа «Іншими словами». Домашнє завдання
6	«Вирішення конфліктів»	Формування навичок конструктивного реагування в конфлікті	Вправа «Його сильна сторона», Вправа «Лукас, де ти?». Домашнє завдання
7	«Протилежності»	Розвиток комунікативних навичок	Вправа «Пара протилежностей», Вправа «Відношення до світу». Домашнє завдання
8	«Килим світу»	Розвиток навичок рішення проблемних ситуацій	Вправа «Любов та злість», Вправа «Килим світу». Домашнє завдання
9	«Довіра»	Формування довірливих відносин в колективі	Вправа «Тест на довіру», гра «Князь». Домашнє завдання
10	«Агресія»	Зниження агресивних та ворожих реакцій	Вправа «Агресивна поведінка», Вправа «Жартівливий лист». Домашнє завдання
11	«Єдина команда»	Згуртування колективу	Гра «Звивистий маршрут», Вправа «Я до вас пишу...» Домашнє завдання

Продовження таблиці 3.1

12	«Боротьба конфліктами»	Розвиток навичок конструктивного реагування в конфлікті	Вправа «Безмовний крик», Вправа «Люди стають самотніми, якщо замість мостів вони будують стіни». Домашнє завдання
13	«Способи боротьби з агресією»	Зниження агресивних та ворожих реакцій	Гра «Випустити пар», Вправа «Нешкідливі способи розрядки гніву та агресивності», Вправа «Дім моєї душі». Домашнє завдання
14	«Мої почуття»	Розвиток толерантності та емпатії	Вправа «Карта бажаних почуттів», Вправа-релаксація «Пурхання метелика» Домашнє завдання
15	«Конфліктні ситуації»	Розвиток навичок конструктивного реагування в конфлікті	Вправа «Покажи ситуацію», Вправа «Самий-самий» Домашнє завдання
16	«Команда»	Згуртування колективу	Вправа «Маленькі зелені людинки», Вправа «Аварія корабля на місяці», Вправа «Вузлики» Домашнє завдання

Таким чином, протягом усього навчального року студенти активно залучені до теми булінгу, що дозволяє їм не лише краще розуміти цю проблему, а й навчитися правильно діяти у відповідних ситуаціях. Здобувачі отримують знання про те, як реагувати на випадки булінгу, незалежно від своєї ролі – свідка, потерпілого чи навіть учасника конфлікту. Завдяки програмі вони зможуть без страху звертатися за допомогою до дорослих, які здатні ефективно вирішити проблему, – кураторів, психологів, завідувача кафедри,

декана чи батьків, оскільки самотійно впоратися з булінгом буває надзвичайно складно.

Профілактична та реабілітаційна робота з студентами, які стають жертвами булінгу, повинна бути спрямована на посилення їхніх особистісних ресурсів, що допоможе їм справлятися з непростими ситуаціями. Особливий акцент робиться на розвитку життєстійкості, зокрема на формуванні почуття залученості до соціального середовища та відчуття контролю над власним життям.

Ключовою стратегією програми запобігання булінгу в освітньому середовищі є залучення до процесу всіх зацікавлених сторін – викладачів, університетських працівників, здобувачів та їхніх батьків. Спільна робота спрямована на підвищення рівня обізнаності щодо проблеми булінгу, формування навичок його запобігання та створення безпечної атмосфери у навчальному закладі, де кожна молода людина почуватиметься захищеною та підтриманою.

3.2. Практичні рекомендації щодо зниження рівня булінгу у студентських колективах

Проблема булінгу серед студентів у навчальних закладах стає все більш актуальною та потребує всебічного підходу для його запобігання і подолання. Враховуючи це, рекомендації щодо боротьби з булінгом в освітньому середовищі є надзвичайно важливими і повинні базуватися на різноманітних методах і стратегіях. Збільшення уваги до цієї проблеми не тільки сприяє зниженню випадків булінгу, але й створює безпечне, підтримуюче і дружнє середовище для розвитку кожного студента [30].

Аналіз проведеного дослідження показав, що існує низка основних проблем, що були виявлені у контексті булінгу та психологічного клімату в студентських групах:

1) Поодинокі випадки булінгу. Булінг у закладі вищої освіти трапляється не часто, однак випадки агресії є, що свідчить про наявність індивідуальних або локалізованих проблем. Ці випадки можуть бути результатом конфліктів між окремими студентами або групами, що може вказувати на відсутність належного контролю з боку викладачів та адміністрації.

2) Низький рівень активності викладачів у боротьбі з булінгом. Викладачі, як правило, не проявляють достатньої активності щодо запобігання або реагування на булінг у студентських групах. Хоча в деяких групах ситуація покращена, це вказує на потребу в кращій підготовці викладачів для ефективного реагування на булінг.

3) Недостатня обізнаність студентів щодо булінгу та важливості втручання. Результати дослідження показують, що необхідно підвищити обізнаність студентів про важливість активного втручання в ситуації булінгу. Множинні ситуації булінгу залишаються непоміченими, особливо коли є відсутність ролей спостерігачів або ініціаторів у цих ситуаціях.

4) Низька згуртованість в окремих студентських групах. Існують групи студентів із низьким рівнем групової згуртованості, що свідчить про недостатній рівень комунікації, співпраці та підтримки між студентами в цих групах. Це може сприяти виникненню конфліктів і проблем у колективі.

5) Негативний психологічний клімат в деяких групах. Хоча в більшості студентських груп спостерігається позитивний психологічний клімат, є і ті, хто відчуває ізоляцію або незадоволення. Це свідчить про існування проблем у соціальних зв'язках і комунікації, що можуть призводити до стресу і невдоволення серед студентів [54].

Хоч явище булінгу і не є надто вираженим, проте, проаналізувавши результати дослідження, спостерігаємо, що воно може мати серйозні наслідки для психологічного благополуччя здобувачів освіти та загального клімату в

колективі. Зважаючи на важливість створення безпечного середовища для навчання та розвитку, ми пропонуємо такі практичні рекомендації для зниження рівня булінгу у студентських колективах [4]:

1. Підвищення обізнаності про булінг. Реалізація програми підвищення обізнаності серед студентів та викладачів сприятиме зниженню рівня булінгу, адже всі учасники навчального процесу будуть краще поінформовані про можливості боротьби з цим явищем і засоби втручання.

2. Розробка чітких політик і процедур. У кожному навчальному закладі повинні бути встановлені чіткі правила, що регулюють питання булінгу. Вони повинні визначати, як можна повідомити про випадок булінгу, як буде здійснюватися розслідування, які санкції передбачаються для порушників і яка підтримка буде надаватися постраждалим.

Для реалізації цієї практичної рекомендації можуть бути використані такі варіанти:

- розробити політику нульової толерантності до булінгу, яка включатиме правила для всіх учасників навчального процесу;
- створити механізми для анонімного повідомлення про булінг (гарячі лінії, електронні Google-форми, тощо);
- розробити процедури для швидкого реагування на випадки булінгу та їх обговорення на рівні адміністрації та студентських груп.

3. Підтримка постраждалих від булінгу. Необхідно створити систему підтримки для студентів, які стали жертвами булінгу. Важливо, щоб постраждалі могли отримати психологічну допомогу, а також підтримку для повернення до нормального соціального середовища. Дану рекомендацію можна реалізувати за допомогою організації психологічних консультацій для жертв булінгу та створення спеціальних груп підтримки.

4. Підвищення активної ролі викладачів, кураторів та адміністрації у ситуації булінгу. Викладачі, куратори груп та адміністрація повинні бути активними учасниками процесу запобігання булінгу. Вони мають не лише реагувати на випадки булінгу, а й активно сприяти створенню безпечного

середовища у навчальних групах. Підвищити активну роль викладачів та адміністрації вищого навчального закладу можна за допомогою створення регулярних тренінгів з теми виявлення та запобігання булінгу, включаючи у їх програму також і навчання стратегіям вирішення конфліктів, емоційного інтелекту та активного слухання [44].

5. Створення культури взаємопідтримки. Формування культури взаємопідтримки та поваги у студентських колективах допоможе зменшити рівень булінгу. Важливо, щоб студенти були готові не лише до взаємодопомоги, але й активно протистояли агресії та булінгу з боку одногрупників. Реалізація цієї рекомендації можлива за допомогою проведення спеціальних командних тренінгів, де студенти матимуть змогу розвивати навички співпраці, підтримки та взаємоповаги; впровадження програм «менторства», де старші студенти допомагатимуть новачкам адаптуватися до вимог вищого навчального закладу та нового студентського колективу.

6. Розвиток командної роботи та співпраці серед студентів. Однією з основних причин низької згуртованості є відсутність належної комунікації та співпраці серед студентів. Регулярні спільні активності допоможуть налагодити зв'язки між учасниками групи, покращити взаєморозуміння і сприятимуть розвитку колективного духу. Для успішної реалізації цієї рекомендації можна організувати регулярні тренінги для розвитку навичок командної роботи, міжособистісної комунікації та емоційного інтелекту; запровадити проєктну роботу, де здобувачі освіти працюватимуть над вирішенням спільних завдань, що сприятиме покращенню міжособистісних стосунків та взаємодії.

7. Створення позитивного психологічного клімату через соціальні ініціативи. Позитивна атмосфера в групі сприяє розвитку довіри та взаємопідтримки. Студентам потрібно надати можливість для соціальної взаємодії поза навчальним процесом, щоб вони могли краще пізнати один одного і створити доброзичливу атмосферу. Дану рекомендацію можна

реалізувати організовуючи неформальні зустрічі, вечірки, пікніки, екскурсії та інші соціальні заходи для студентів, аби зміцнити їхні соціальні зв'язки. Також ефективним може бути створення різних студентських організацій, які об'єднуюватимуть людей за інтересами, що сприятиме формуванню більш згуртованих груп.

Запровадження запропонованих рекомендацій дозволить значно знизити рівень булінгу в студентських колективах, створить умови для розвитку атмосфери підтримки та взаємоповаги серед студентів, що в свою чергу сприятиме покращенню психологічного клімату у навчальних закладах [34].

Отже, проблема булінгу серед студентів є важливою і вимагає комплексного підходу для свого подолання. Нами були запропоновані рекомендації, що включають підвищення обізнаності про булінг, розробку чітких політик і процедур, підтримку постраждалих, активну роль викладачів та адміністрації, а також формування культури взаємопідтримки, сприятимуть створенню безпечного та підтримуючого середовища для студентів. Реалізація цих заходів допоможе зменшити випадки булінгу, поліпшить психологічний клімат в навчальних закладах та сприятиме розвитку здорових міжособистісних стосунків у студентських колективах.

Висновки до третього розділу

Профілактика булінгу передбачає комплекс заходів, спрямованих на створення безпечного середовища у навчальному закладі та запобігання агресивній поведінці серед студентів.

Одним із ключових напрямків нашої програми є освітня робота, яка включає тренінги та лекції для здобувачів, викладачів, кураторів і батьків. Важливо, щоб усі розуміли, що таке булінг, які його наслідки та як на нього правильно реагувати. Крім того, навчальні програми мають сприяти розвитку емпатії, комунікативних навичок та здатності мирно вирішувати конфлікти.

Встановлення чітких правил в академічних групах також відіграє важливу роль. Вони мають містити конкретні вимоги до поведінки студентів і

передбачати відповідальність за прояви булінгу. Окремо варто наголосити на політиці ненасильства, яка повинна заохочувати дружню атмосферу та взаємоповагу. Постраждалі здобувачі вищої освіти потребують психологічної допомоги та реабілітації, щоб відновити впевненість у собі та навчитися захищати свої кордони. Для цього можна проводити зустрічі, тренінги та інформаційні заходи. Співпраця навчального закладу з громадськими організаціями також може бути корисною, оскільки вони допомагають розширити інформаційну кампанію та залучити більше ресурсів для боротьби з проблемою. Спільні заходи, такі як командні ігри, творчі конкурси та соціальні ініціативи, допомагають зміцнювати зв'язки між студентами та запобігати конфліктам. Створення анонімних платформ для повідомлення про випадки булінгу дає можливість здобувачам без страху звертатися по допомогу. Також важливі інформаційні кампанії у соціальних мережах, які популяризують культуру ненасильницького спілкування та взаємоповаги.

Комплексний підхід у нашій програмі, що поєднує всі ці заходи, дозволяє ефективно боротися з булінгом, роблячи університет безпечним і комфортним місцем для кожного здобувача.

ВИСНОВКИ

Таким чином, відповідно до поставлених нами завдань щодо дослідження булінгу у студентських групах, можемо зробити такі висновки:

1. Теоретичний аналіз літератури з проблематики булінгу в студентських групах показав, що це явище є серйозним соціальним і психологічним викликом, яке може виникати в будь-якому колективі, впливаючи на всіх учасників – жертв, агресорів, помічників, захисників і спостерігачів. Булінг має довготривалі наслідки, які не тільки порушують навчальний процес, але й спричиняють ізоляцію та відчуження постраждалих, що в свою чергу знижує ефективність освітнього середовища та впливає на психоемоційний стан студентів. Особливо критичним є цей вплив в умовах студентських груп, де взаємопідтримка і співпраця є необхідними для успіху в навчанні та розвитку особистості.

Процес реабілітації жертв булінгу є складним і багатогранним. Для його ефективності важливий комплексний підхід, який поєднує індивідуальну та групову психологічну допомогу. Реабілітація спрямована на відновлення самооцінки постраждалих, покращення соціальних зв'язків та відновлення цілісності особистості, що дозволяє адаптуватися до змін і усвідомити свої права. Ключовим фактором для успіху реабілітації є створення безпечного і підтримуючого середовища, де жертви можуть відчувати підтримку і прийняття. Водночас важливо залучати агресорів до процесу, щоб вони усвідомили негативний вплив своїх дій на оточуючих.

2. Для виявлення та діагностики булінгу було застосовано низку психодіагностичних методик, що дозволило не тільки оцінити наявність булінгу, але й визначити його структуру, а також оцінити рівень групової згуртованості та психологічного клімату в студентських групах. Нами було обрано такі методики: опитувальник Д. Ольвеуса (адаптація Л. Найдьонової, Н. Дятел) для оцінювання рівня булінгу та ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти; методика «Булінг-структура» в адаптації К. Гордієнко для

визначення структури булінгу у студентській групі; методика «САН» для вимірювання самооцінки самопочуття, активності та настрою; «Індекс групової згуртованості» Сішора для визначення рівня групової згуртованості; методика «Оцінка психологічного клімату в колективі» для оцінки психологічної атмосфери у групах.

3. Аналіз результатів дослідження свідчить про існування поодиноких випадків булінгу в студентському середовищі, що має локалізований або індивідуальний характер. Це може бути пов'язано з конфліктами між окремими студентами чи групами, а також недостатнім контролем з боку викладачів та адміністрації у місцях, де студенти залишаються без нагляду. Рівень самопочуття, активності та настрою студентів загалом перебуває на середньому рівні, проте окремі студенти стикаються із труднощами, можливо, стресом чи низькою мотивацією. Результати також показали різний рівень згуртованості в студентських групах. У більшості випадків психологічний клімат є позитивним, але окремі студенти відчують ізоляцію або дискомфорт.

Кореляційний аналіз виявив важливі взаємозв'язки між психологічними показниками, соціальними ролями та рівнем згуртованості. Зокрема, роль активного учасника позитивно впливає на сприйняття згуртованості й психологічного клімату, тоді як роль жертви має зворотний вплив на самопочуття, активність і настрій. Це підтверджує значення соціальної динаміки в створенні гармонійного середовища.

4. Для подолання виявлених проблем нами було запропоновано корекційно-реабілітаційну програму профілактики булінгу серед студенської молоді та розроблені практичні рекомендації щодо зниження рівня булінгу серед студентів, зокрема підвищувати рівень обізнаності про булінг, запроваджувати чіткі політики й процедури для його попередження, забезпечувати підтримку постраждалим, активізувати роль викладачів та адміністрації, а також формувати культуру взаємодопомоги. Такі кроки сприятимуть створенню безпечного та комфортного середовища для

студентів, зменшенню кількості випадків булінгу, покращенню психологічного клімату та розвитку здорових взаємин у студентських колективах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Берегова Н. П., Вольська В. С. Психологічна профілактика булінгу в студентських колективах. *Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі неперервної освіти*. Вінниця: КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти», 2020, №3 (29). С. 32-36.
2. Борщевська А. В. Булінг у школах як чинник психічного нездоров'я. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Вип. 6. 2014. С. 48-52.
3. Буковська О. О. Гірченко О. Л. Сучасні напрями психологічної реабілітації кризових станів викликаних екстремальними ситуаціями. *Актуальні проблеми психології. Екологічна психологія*. 2018. Том. VII. Вип. 45. С. 19-27.
4. Вакулик І. Студіювання досліджень щодо поняття «булінгу» та його видів. *International Science Journal of Education & Linguistics*. № 1 (5), 2022. С. 21-27.
5. Вахоцька І. О. Психологічна допомога жертвам психологічного насилля у сучасній сім'ї. *Вісник Національного університету оборони України*. № 57 (4), 2021. С. 23-31.
6. Вовк Г. А. Характеристика видів булінгу та його прояви серед старшокласників. *Актуальні проблеми природничих і гуманітарних наук у дослідженнях молодих учених «Родзинка–2019»*. 2019. С. 359-360.
7. Воронцова, Т.В., Пономаренко, В.С. Вчимося жити разом. Посібник для вчителя з розвитку соціальних навичок у курсі «Основи здоров'я» (початкова школа): Київ : Видавництво «Алатон», 2016 с. 26-33.
8. Гончар Л. В. До проблеми запобігання і подолання булінгу серед підлітків. *Зростаюча особистість у смислоціннісних обрисах*. Івано-Франківськ: «НАІР», 2023. С. 56-59.
9. Гуцуляк М. Профілактика булінгу в студентському середовищі. *Фахова передвища освіта: сучасні виклики та перспективи розвитку*. Київ: ІПТО НАПН України, 2021. С. 30-32.

10. Данько, Г.А. Як боротися з мобінгом і булінгом. *Охорона праці*. 2016. № 4. С. 18-20.
11. Дорожко І. І., Довженко О. О. Булінг в освітньому просторі: реалії сьогодення. *Харківський осінній марафон психотехнологій*. Харків: Діса плюс, 2019. С. 117-121.
12. Дроздов О.Ю. Проблеми агресивної поведінки особистості: навчальний посібник Чернігів: ЧДПУ ім. Т.Г. Шевченка, 2000. 156 с. 67.
13. Дуб В. Реабілітаційна психологія: методичні матеріали до семінарських занять. Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2017. 92 с.
14. Єрошкіна Т. В., Борисенко С. С., Макеєнко Д. С. Соціально-психологічні особливості студентської групи. *The 4 th International scientific and practical conference – Modern science: problems and innovations*. SSPG Publish, Stockholm, Sweden. 2020. P. 215-222.
15. Животова В. В. Соціально-педагогічна реабілітація дітей, які постраждали від насилля: кваліфікаційна робота магістра спеціальності 231 «Соціальна робота: соціальна педагогіка» / наук. керівник М. О. Гладиш. Запоріжжя: ЗНУ, 2021. 89 с.
16. Закусило О. Явище булінгу у студентському середовищі. *Актуальні проблеми сучасної освіти та науки в контексті євроінтеграційного поступу*. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. С. 90-92.
17. Кормило О.Ю. Явище боулінгу в освітньому просторі. Проблеми гуманітарних наук. 2015. № 35. С. 174–187.
18. Ларіна Т. О. Соціально-психологічна реабілітація особистості: покрокове набуття життєздатності. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. № 42 (45), 2020. С. 139-147.
19. Лендел Н. С. Булінг в студентських групах: критерії прояву та напрями профілактики. *«Актуальні проблеми освіти в умовах євроінтеграції»*. Мукачево: ГПК МДУ, 2020. С. 187-192.

20. Лісовець О. В. Дитина – жертва булінгу як об’єкт соціально-педагогічної допомоги. *Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя. Психолого-педагогічні науки*. 2022, № 2. С. 18-26.

21. Лушпай Л. І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. *Наукові записки. Серія : Філологічна*. 2013. Вип. 33. С. 85. URL : http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nznuoaf_2013_33_28.pdf.

22. Маршаленко М., Нікітіна І. Розвиток студентської групи. Теорія та реалії. «*Наукові здобутки молоді – вирішенню проблем харчування людства у XXI столітті*». Київ: Національний університет харчових технологій, 2019. С. 508.

23. Молчанова А.Д. Зупинити жорстокість: Соціально-етичні проблеми відносин підлітків: психологічний супровід. Профтехосвіта. 2019. № 3. С. 2-6.

24. Найдьонова Л. А. Діагностика булінгу і кібербулінгу: методичні рекомендації. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. 2019. 94 с.

25. Нікітіна І. В. Життєвий цикл розвитку студентської групи як команди фахівців. *Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання*. № 23, 2018. С. 181-187.

26. Овчиник Т. А. Превентивна робота щодо запобігання булінгу в освітньому середовищі. *Соціально-педагогічні основи розвитку особистості в сучасних умовах комунікації: досвід, проблеми, перспективи*. Дніпро: Видавництво «ЖУРФОНД», 2019. С. 145-150.

27. Олінийченко О. Р. Молодь і студентство як соціальні групи. *Гуманітарний дискурс суспільних проблем: минуле, сучасне, майбутнє*. Черкаси: ЧПБ імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України, 2018. С. 153-156.

28. Оржеховська В.М. Профілактика правопорушень серед неповнолітніх: навчально-методичний посібник Київ: ВІАН, 1996. 352 с.

29. Поляруш С.І. Поняття та проблема правового захисту від шкільного булінгу. Харків : Світ книг, 2017. С. 211–213.

30. Полях О. І. До питання про розвиток навичок ефективної взаємодії в студентських групах. *Сучасна вища освіта: проблеми та перспективи*. Дніпро: Університет імені Альфреда Нобеля, 2019. С. 177-178.
31. Попович І. С. Психологія соціальних очікувань особистості: методологія, теорія і практика: навч.-метод. посіб. Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2019. 134 с.
32. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід Методичний посібник. Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. Київ: ТОВ «Агентство «Україна». 2019. 132 с.
33. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник / уклад.: М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород: Вид-во Олександра Гаркуші, 2012. 616 с.
34. Савельєв Ю.Б. Виключення та насильство: чи існує булінг в українській школі? Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. Національний університет «Києво-Могилянська академія». *Наукові записки*. Київ: Аграр Медіа Груп, 2009. Т. 97. С. 71-75.
35. Сидоренко О. Б. Практикум з вікової та педагогічної психології: навчальний посібник для студентів подвійних спеціальностей з психологією. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. 262.
36. Сидорук В. Причини конфліктів у студентській групі. *Актуальні проблеми сучасної іноземної філології*. Рівне, 2024. С. 82-85.
37. Скажемо булінгу ні!: метод. посіб. / уклад. Т. М. Соколенко. Слов'янськ: Вид-во Б.І. Маторіна, 2020. 62 с.
38. Скидан С.М. Стратегії під час вирішування конфліктів: формування безконфліктного середовища. *Соціальний педагог*. 2019. № 5. С. 34-36.
39. Спіріна Т. П., Лях Т. Л., Дуля А. В. До питання профілактики булінгу в закладах вищої освіти. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. № 2, 2024. С. 87-92.
40. Старенька Д. О. Індивідуально-психологічні особливості учасників булінгу у студентських групах. *Методи і технології загальної і соціальної*

психології та психотерапії в умовах сучасного суспільства. Київ: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2020. С. 207-210.

41. Столярова Н. Соціально-педагогічна діяльність з профілактики булінгу серед підлітків у закладах загальної середньої освіти. *Актуальні проблеми досліджень у галузі соціальної педагогіки і соціальної роботи*. Харків: ХНПУ імені Г.С. Сковороди, 2021 С. 70-72.

42. Титаренко Т. М. Соціально-психологічна реабілітація особистості: етапи, технології, техніки. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. № 41, 2018. С. 157-167.

43. Тілікіна Н. О. Особливості профілактики та подолання цькування (булінгу) в системі загальної середньої освіти. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. Кіровоград : КДПУ імені В. Винниченка, 2017. Вип. 146, т. 2. С. 204-208.

44. Туранська А. А. Булінг як соціально-психологічний феномен в освітньому середовищі закладів вищої освіти: кваліф. робота на здобуття освітнього ступеня «магістр: спец. 053 «Психологія». Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2023. 67 с.

45. Цись Я. В. Проблема розповсюдження булінгу у ЗВО. *The 5th International scientific and practical conference «Progressive research in the modern world»*. BoScience Publisher, Boston, USA. 2023. Р. 456-459.

46. Чорний М. В. Булінг як соціально-педагогічна та психологічна проблема. *Захист дитини від насильства та жорстокого поводження: сучасні виклики*. Київ: Нац. акад. внутр. справ, 2021 С. 172-177.

47. Шатирко Л. О., Мойзріст О. М. Психологічні засоби запобігання явищам залякування та цькування (булінгу) в шкільному середовищі: практикум. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 46 с.

48. Шуміло О.О. Щодо визначення видів насильства серед учнівської молоді. *Трибуна докторанта, аспіранта і здобувача*. 2014. № 27. С. 301-310.

49. Юрчик О.М. Гуманістичні засади психопрофілактики шкільного насильства. *Психологія особистості*. 2013. № 1(4). С. 194-203.

50. Яковлева С. Д. Соціально-психологічний клімат групи та його вплив на суб'єктивне благополуччя студентської молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. Випуск 1, 2022. С. 77-83.

51. Якшевич Ю. С. Теоретичний аналіз впливу студентської групи на саморегуляцію навчальної діяльності студентів. *Студентські наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Соціогуманітарні науки»*. Острог: Видавництво Національного університету «Острозька академія», Вип. 2, 2023. С. 123-129.

52. British Columbia Ministry of Education. Focus on bullying: A prevention program forel ementary school communities. Victoria: BC: British Columbia Ministry of Education, 1998. [URL:https://www.prevnet.ca/sites/prevnet.ca/files/Books-Focus-on-Bullying.pdf](https://www.prevnet.ca/sites/prevnet.ca/files/Books-Focus-on-Bullying.pdf).

53. Bullying and school transition: Context or development? / W. Wang, H. Brittain, P. Mc Dougall, T. Vaillancourt. *Child Abuse and Neglect*. 2016. № 51. P.237-248.

54. Finnea Johannes. Relational rehabilitation: Reducing harmful effects caused by bullying. *Moral cognition and social competence: Promotion and prevention in school*. 2018. 24 p.