

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра загальної та практичної психології

БУЛІНГ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН В ОСВІТНЬОМУ
СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Кваліфікаційна робота здобувача
освітнього ступеня бакалавр

(бакалавр, магістр)

спеціальності 053 Психологія.

(шифр і назва напрямку підготовки, спеціальності)

освітньої програми Психологія

(назва освітньої програми)

Кочергіної Яни Сергіївни

(прізвище, ім'я, по батькові здобувача вищої освіти)

Керівник к. пед. н., доцент кафедри
загальної та практичної психології,

ІДГУ Васильєва О.А.

(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали)

Рецензент Іванова Д. Г. доцент,
зав.кафедри дошкільної та початкової
освіти

(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали)

Робота допущена до захисту
на засіданні кафедри загальної та практичної психології

(назва випускової кафедри)

протокол № 14 від « 10 » червня 2025 р.

Завідувач кафедри

Меларчук Н.С.
(підпис) (прізвище, ініціали)

Робота пройшла публічний захист
на відкритому засіданні ЕК

« 25 » червня 2025 р.

Оцінка

(за стобальною

шкалою)

(за традиційною

шкалою)

Голова ЕК

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Меларчук Н.С.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ БУЛІНГУ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ	8
1.1. Поняття булінгу в психології: історія виникнення, ознаки, види.....	8
1.2. Психологічні чинники та механізми виникнення булінгу серед здобувачів вищої освіти	18
1.3. Соціально-психологічні наслідки булінгу в освітньому середовищі ЗВО. .	29
ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ	41
РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВУ БУЛІНГУ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ	42
2.1. Організація та методи експериментального дослідження	42
2.2. Аналіз результатів дослідження проявів булінгу в студентському середовищі	44
2.3. Психологічні рекомендації щодо профілактики та подолання булінгу ...	56
ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ	63
ВИСНОВКИ.....	64
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	67

ВСТУП

Актуальність теми. Проблема булінгу в сучасному освітньому просторі, зокрема в закладах вищої освіти, набуває дедалі більшої актуальності, зумовленої поширенням агресивних моделей поведінки, зниженням рівня психологічної культури молоді та трансформаціями соціальних норм. У закритому соціальному мікросередовищі закладу вищої освіти (ЗВО) прояви психологічного насильства нерідко залишаються непоміченими, однак мають суттєвий негативний вплив на психоемоційний стан, самооцінку та ментальне здоров'я студентів.

У наукових дослідженнях наголошується, що булінг є не просто формою міжособистісного конфлікту, а складним психологічним феноменом, який вимагає системного вивчення та професійної інтервенції (Л. Д. Зеленська, О. Ю. Дроздов, Л. М. Карамушка, Т. Б. Костєва, І. А. Левченко, С. Д. Максименко, К. В. Максьом, О. В. Олійник, В. Г. Панок, І. М. Періг, Ю. Ю. Руденко, С. К. Шандрук, Т. М. Титаренко, О. І. Хоріна та ін.)

До вивчення феномену булінгу в освітньому процесі активно долучаються й зарубіжні дослідники, зокрема Р. Дж. Гезлер, Б. Колоросо, В. Крейг, Д. Л. Еспеледж, Д. Ольвеус, Д. Пеплер, П. К. Сміт, С. М. Свірер, які наголошують на важливості системного підходу до профілактики, розвитку емоційної компетентності та формування безпечного освітнього середовища.

Більшість авторів зазначають, що систематичне насильство в освітньому середовищі може провокувати виникнення психологічної травми, знижувати академічну мотивацію, поглиблювати емоційні розлади, зокрема тривожність, депресивні стани, соціальну дезадаптацію.

Дослідження свідчать, що молодь у ЗВО часто залишається сам на сам зі складнощами, пов'язаними із цькуванням, що супроводжується почуттям сорому, страху, відчуженості та соціального виключення. В умовах воєнного стану та загальної напруги в суспільстві прояви агресії, як прихованої, так і відкритої, активізуються, що ще більше посилює проблему (І. В. Гаврилюк,

Н. О. Григоровська, Л. М. Карамушка, Т. Б. Костєва, О. В. Котлова, К. В. Максьом, С. М. Мартиненко, Ю. Ю. Руденко та ін.). Особливої уваги вимагає вивчення впливу булінгу на психологічну безпеку учасників навчального процесу та розробка ефективних заходів соціально-психологічної профілактики і корекції насильницької поведінки в студентському середовищі. Вчені підкреслюють необхідність формування емоційної компетентності, розвиток навичок ненасильницької комунікації та культури взаємоповаги як ключових чинників зменшення конфліктності та насильства в закладах вищої освіти.

Тема булінгу у вищій освіті досліджується вченими, однак вона залишається недостатньо вивченою, зокрема, в контексті її впливу на психічне здоров'я студентів, соціально-психологічні наслідки та їхній академічний успіх. Зокрема, існують роботи, що аналізують проблему булінгу в школах та серед молодших студентів (В. Бондар В., Н. О. Григоровська, Л. Д. Зеленська, О. В. Котлова, Т. Лях, К. В. Максьом, М. В. Мельниченко, І. С. Нохріна та ін.), але питання булінгу серед здобувачів, особливо в умовах закладів вищої освіти, ще потребує глибшого дослідження. Сучасні дослідження більше фокусуються на явищах булінгу в соціальних мережах або на агресії в школах (О. І. Бондарчук, В. П. Герасимчук, І. В. Козак, Л. М. Карамушка, Є. Ю. Соболь, А. В. Тарасенко), тоді як особливості цього явища серед студентів закладів вищої освіти все ще потребують глибокого аналізу.

Необхідність глибшого дослідження цієї теми обумовлена ще й тим, що булінг у ЗВО має суттєвий вплив на соціальну адаптацію студентів, їх психологічний стан і, як наслідок, академічну успішність. Булінг може призвести до значних порушень у психоемоційному розвитку, знижуючи мотивацію до навчання, спричиняючи стрес, депресію та зниження самооцінки, що в свою чергу негативно позначається на учбовій діяльності студентів. Більш того, на сьогоднішній день існує потреба в розробці та впровадженні ефективних превентивних та корекційних програм,

спрямованих на боротьбу з булінгом у ЗВО, оскільки цей аспект ще недостатньо враховується в освітній політиці і практиці вищої школи.

Таким чином, дослідження булінгу в контексті ЗВО є важливим для поглиблення розуміння цього явища на рівні вищої освіти, а також для розробки рекомендацій щодо формування психологічно комфортного освітнього простору для навчання й розвитку студентів.

Мета дослідження полягає в здійсненні теоретичного аналізу й емпіричного вивчення булінгу як психологічного феномена в освітньому процесі закладу вищої освіти.

Завдання дослідження:

- на основі теоретичного аналізу наукової літератури визначити сутність булінгу як соціально-психологічного феномену в освітньому середовищі закладу вищої освіти;
- визначити основні форми прояву булінгу, його причини та психологічні наслідки булінгу в закладах вищої освіти;
- проаналізувати соціально-психологічні чинники, що сприяють поширенню булінгу серед студентської молоді;
- здійснити емпіричний аналіз особливостей прояву булінгу серед здобувачів вищої освіти;
- розробити рекомендації щодо профілактики та подолання булінгу в студентському середовищі.

Об'єкт дослідження – булінг як форма міжособистісної агресії у закладі вищої освіти.

Предмет дослідження – психологічні особливості булінгу в закладі вищої освіти.

Комплекс методів кваліфікаційного дослідження, використаних у процесі розв'язання поставлених завдань бакалаврської роботи, включав:

- теоретичні: вивчення, аналіз і узагальнення психологічної літератури з теми дослідження; опис процесу дослідження та узагальнення результатів експерименту;

- емпіричні: методику «Булінг-структура» Є. Г. Норкіної (адаптація К. О. Гордієнко), тест «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка та опитувальник Д. Ольвеуса щодо рівня булінгу (адаптація Л. А. Найдьонової).

Експериментальну базу кваліфікаційної роботи становив Ізмаїльський державний гуманітарний університет.

Апробацію набутих результатів здійснено через участь в обговоренні базових положень у межах проблематики таких науково-практичних конференцій як, от XIII Всеукраїнській науково-практичній конференції «Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців», та VI Міжнародної науково-практичної конференції студентів та молодих вчених «Освітні і культурно-мистецькі практики в контексті інтеграції України в міжнародний науково-інноваційний простір в умовах військового часу».

Практичне значення дослідження полягає у виявленні факторів та специфіки проявів булінгу серед студентів, а також у розробці рекомендацій і програми заходів, спрямованих на запобігання та усунення проявів булінгу в студентському середовищі ЗВО.

Структура і обсяг кваліфікаційної роботи репрезентовано вступом, двома розділами, висновками до розділів, загальними висновками, списком використаних джерел. Основний зміст роботи викладено на **75 сторінках; у роботі вміщено 4 таблиці.**

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ БУЛІНГУ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

1.1. Поняття булінгу в психології: історія виникнення, ознаки, види

Проблема булінгу в освітньому процесі поступово стає сталою проблемою, що зумовлено зростанням агресивної поведінки серед здобувачів освіти, особливо в умовах соціальної напруги, стресових впливів і трансформаційних змін у суспільстві. Булінг є однією з форм психологічного насильства, яка виявляється через систематичне приниження, цькування, соціальну ізоляцію або агресію щодо окремої особи. На думку вчених О. Ю. Барліт [1], Н. А. Гаврилової [8], В. П. Герасимчук [10], Н. П. Гречаної [11], І. М. Лисенко [31], О. В. Мельник [40], О. В. Олійник [46], Є. Ю. Соболя [65], О. С. Шевчук [72], феномен охоплює не лише фізичну агресію, а й психологічну, а також кібербулінг, який активно поширюється в умовах цифровізації сучасного суспільства.

Дослідники Т. Б. Костєва [25], Н. А. Гаврилова [8], І. М. Лисенко [31], О. В. Мельник [40], С. М. Мартиненко [38], О. В. Олійник [46], В. О. Савченко [60], С. В. Смирнова [62], Є. Ю. Соболю [64] зазначають, що булінг у навчальних закладах спричиняє серйозні наслідки для психічного і фізичного здоров'я здобувачів освіти, погіршуючи їх соціальну адаптацію, впливаючи на емоційну стабільність і академічну успішність.

Особливе значення, на думку вчених (Ю. О. Власенко [7], Н. П. Гречана [11], І. В. Козак [23], Н. Б. Лигута [32], І. М. Лисенко [31], А. В. Литвиненко [33], Т. І. Мельник [40], І. І. Чередниченко [73]) має кібербулінг, оскільки з розвитком цифрових технологій він набуває нових форм і масштабів, що ставить під загрозу безпеку та психологічне благополуччя учасників освітнього процесу.

Науковці В. Байдик [56], Н. П. Гречана [11], О. В. Смирнова [62], С. К.

Шандрук [70], Є. Ю. Соболев [64], О. С. Шевчук [72] наголошують на важливості раннього виявлення та профілактики булінгу в освітніх установах, оскільки він є фактором, що значно знижує ефективність навчального процесу та створює негативний соціальний клімат в колективі.

Зазначимо, що саме поняття «булінг» отримало ширше наукове визнання у другій половині XX століття, однак агресивні прояви у дітей та підлітків вивчалися задовго до його формалізації. Перші згадки про систематичне цькування у шкільному середовищі можна знайти ще у працях Джона Локка та Жан-Жака Руссо, які звертали увагу на жорстоку поведінку дітей до однолітків в освітніх інституціях. Проте саме у XX столітті булінг став об'єктом емпіричних досліджень.

Історія вивчення феномену булінгу бере початок з другої половини XX століття. Уперше термін «bullying» був застосований у науковій літературі у 1970-х роках норвезьким психологом Даном Ольвеусом (Olweus, 1993), який вивчав проблеми агресивних проявів у дітей. Саме його роботи започаткували систематичне дослідження булінгу як соціально-психологічного явища. Д. Ольвеус [47] визначав булінг як форму навмисної, систематичної агресії, спрямованої на людину, яка не може ефективно себе захистити, а також вказував на три ключові характеристики булінгу: повторюваність, намір завдати шкоди та дисбаланс сил між ініціатором насильства та постраждалою стороною.

У 1980–1990-х роках феномен булінгу почав активно досліджуватися в країнах Західної Європи, США та Австралії. Наприклад, англійський дослідник П. К. Сміт [83] досліджував механізми соціальної взаємодії, які супроводжують шкільне цькування, підкреслюючи важливу роль колективної динаміки, участі спостерігачів та впливу соціальних норм.

П. К. Сміт, британський психолог, разом із колегами (Дж. Махдаві, М. Карвалью, С. Фішер, С. Рассел, Н. Тіппет) досліджував різні форми булінгу, зокрема кібербулінг. У своїй роботі П. К. Сміт та співавтори [83] зазначають, що булінг є соціальним явищем, тісно пов'язаним із нормами групової

взаємодії, а форма агресії може змінюватися відповідно до технологічного контексту, особливо в підлітковому середовищі.

Д. Л. Еспелаж та С. М. Свеєр, американські дослідники, запропонували розглядати булінг як модель поведінки, яка формується під впливом міжособистісних, сімейних і культурних чинників. Вони акцентують на ролі соціального навчання у виникненні агресивних патернів та підкреслюють важливість поведінки глядачів у підтримці або припиненні булінгу [76; 77].

Д. Пеплер та В. Крейг, канадські вчені, у своїх дослідженнях зосереджуються на динаміці міжособистісної взаємодії в контексті булінгу. Вони зазначають, що більшість випадків цькування відбувається у присутності спостерігачів, які відіграють ключову роль у розвитку або припиненні насильницької поведінки [80; 81].

Б. Колоросо запропонувала етико-гуманістичну модель інтерпретації булінгу. Вона розглядає це явище не лише як деструктивну поведінку, а як порушення морального порядку в суспільстві, що вимагає системного виховного втручання [75]. Р. Дж. Хазлер разом із колегами проаналізували досвід шкільного булінгу з позицій когнітивно-біхевіорального підходу. Вони підкреслюють, що ключовим чинником є саме інтерпретація ситуації потенційними агресорами та жертвами, а поведінкова реакція визначається суб'єктивним сприйняттям сили, загрози чи ймовірності покарання [78].

Зазначимо, що на пострадянському просторі науковий інтерес до теми булінгу почав активно формуватися лише у 2000-х роках. У вітчизняній науці це поняття стало набирати актуальності у зв'язку з поширенням проявів агресії у молоді та потребою адаптації до нових соціальних викликів. Українські дослідники, зокрема О. П. Гаврилова [8], В. П. Герасимчук [10], Н. П. Гречана [11], О. В. Литвиненко [34], О. С. Шевчук [72], розглядають булінг як різновид психологічного насильства, що охоплює фізичну, вербальну, соціальну та кіберформи агресії. Вони також підкреслюють соціально-культурну специфіку проявів булінгу в закладах освіти, зокрема у студентському середовищі.

Зокрема, І. С. Лисенко [34] підкреслює, що розвиток цифрових технологій призвів до виникнення нового різновиду – кібербулінгу, який виявляється у віртуальних середовищах, і часто є менш помітним, але не менш травматичним. У свою чергу, В. В. Степанюк [63] звертає увагу на складність ідентифікації булінгу в закладах вищої освіти, оскільки прояви цькування часто маскуються під конкуренцію або неформальні "ініціації". Також Т. І. Мельник [40], С. О. Седих [59], А. В. Тарасенко [65] відзначають поглиблення проблеми кібербулінгу й академічної агресії у студентському середовищі в умовах цифрової взаємодії.

Отже, еволюція розуміння булінгу в науці пройшла шлях від простого опису агресивної поведінки до комплексного багатовимірного феномена, що потребує міждисциплінарного аналізу та широкої профілактичної роботи в системі освіти.

У вітчизняній літературі булінг досліджується як систематичне приниження, негативний вплив на психологічний стан жертви, її самооцінку, соціальну адаптацію та академічну мотивацію. Зокрема, на це звертають увагу такі дослідники, як І. А. Левченко [30], М. В. Мельниченко [41], Ю. Ю. Руденко [58], О. В. Смирнова [62] та О. С. Шевчук [72], які аналізують психологічні чинники деструктивної взаємодії в освітньому середовищі, вказуючи на глибинні механізми формування агресивної поведінки, втрату соціальної довіри та порушення емоційної безпеки в академічних спільнотах.

Поняття булінгу (від англ. bullying – хуліганство, залякування) на сучасному етапі стало одним із ключових у контексті вивчення насильства у міжособистісних стосунках, зокрема у межах освітнього середовища. Започаткував систематичне дослідження явище булінгу норвезький психолог Д. Ольвеус [47; 79]; його підходи згодом були розвинуті у подальших дослідженнях шкільної віктимізації [76; 77]. Згодом дослідження булінгу поширилися на інші соціальні інститути, зокрема – заклади вищої освіти.

У психологічній літературі булінг розглядається як систематичне

агресивне переслідування однією особою або групою іншої особи, що супроводжується психологічним, фізичним, економічним чи кібернасильством з метою домінування, залякування або ізоляції. Науковці (О. А. Васильєва [3], І. О. Гайдай [9], І. В. Козак [23], І. О. Левченко [30], Л. М. Карамушка [20], Н. В. Зеленська [19], О. В. Смирнова [62], О. С. Шевчук [72], Н. Б. Лигута [32], Ю. Ю. Руденко [58]) підкреслюють соціально-психологічну природу цього явища, зосереджуючи увагу на його основних характеристиках: навмисності дії, повторюваності проявів та дисбалансі сил між кривдником та потерпілим. Такі ознаки дозволяють визначити булінг як форму деструктивної міжособистісної взаємодії, яка суттєво впливає на психологічне здоров'я і соціальну адаптацію особистості.

У науковій літературі існує значна кількість підходів до визначення поняття «булінг», що свідчить про його складність, багатовимірність та міждисциплінарний характер. У різних дослідницьких традиціях булінг інтерпретується як форма агресивної поведінки, що має стійку структуру, соціальні передумови та глибокі психологічні наслідки для особистості.

Нижче наведено основні визначення булінгу, сформульовані зарубіжними та вітчизняними вченими, які висвітлюють різні аспекти цього феномену:

- булінг — це систематичне насильство, вчинене окремою особою або групою осіб, які не перебувають у родинних зв'язках із потерпілим; проявляється у фізичній, вербальній або психологічній формі [74]);
- булінг як форма насильства, яка передбачає систематичне жорстоке поводження однієї або кількох осіб щодо іншої, слабшої і менш захищеної, з метою залякування, обмеження свободи дій та приниження гідності [47; 79];
- булінг як довготривалий процес свідомого навмисного фізичного або психологічного знущання індивідом чи групою над іншою особою, яка не здатна себе захистити в конкретній ситуації [82];
- емоційне приниження однієї людини іншою, що призводить до виключення жертви з групи, втрати соціальних зв'язків та посилення

психологічного тиску [85];

- свідомий процес тривалого агресивного ставлення (фізичного, психологічного тощо), яке здійснюється особою або групою до іншої особи чи групи з метою утиску, домінування або виключення [1];
- навмисна агресивна поведінка, яка повторюється у часі, спрямована на заподіяння шкоди особі, яка є менш захищеною, при цьому має ознаки дисбалансу сил [10];
- форма деструктивної взаємодії у студентському середовищі, що характеризується систематичним психологічним тиском, приниженням та агресією, яка впливає на емоційний стан, самооцінку та соціальну адаптацію здобувачів освіти [33];
- форма насильства, яка переноситься у віртуальний простір: через соціальні мережі, месенджери, онлайн-платформи. Може включати переслідування, знущання, погрози, приниження, фейкову інформацію [86];
- булінг як форма деструктивної соціальної взаємодії, у межах якої одна особа зазнає регулярних нападів (часто – щоденних) з боку іншої особи чи невеликої групи (зазвичай до чотирьох осіб) впродовж значного періоду часу. Така поведінка викликає у жертви почуття безсилля, соціальної ізоляції та виключення з групового середовища [85].
- булінг визначається як систематична агресивна поведінка, що має на меті приниження, залякування або соціальне виключення жертви, яка опиняється в нерівному становищі та не здатна себе захистити. Це явище може набувати вербальної, фізичної, психологічної або цифрової форми [11].

У сучасному дискурсі булінг розглядається як міжособистісне насильство, яке супроводжується дисбалансом сил між нападником і постраждалим, повторюваністю дій та негативним емоційним впливом на особистість, що потерпає [33].

Згідно з позицією Centers for Disease Control and Prevention [77], булінг – це навмисна агресивна поведінка, що повторюється та включає фізичний, психологічний або словесний тиск, здійснюється індивідом або групою з

метою завдати шкоди або домінувати над нею.

Булінг також описується як соціальне явище, пов'язане з культурою безкарності, коли агресивні дії виправдовуються або ігноруються соціальним середовищем, що підсилює їхню руйнівну дію на психіку жертви [8; 11; 35; 62; 65].

Кібербулінг як різновид булінгу у цифровому середовищі відзначається специфічними особливостями впливу: використанням месенджерів, соціальних мереж і форумів, що ускладнює ідентифікацію агресора, сприяє анонімності та поглиблює психологічний дискомфорт у потерпілої особи [7; 23; 34; 65; 83].

Аналіз літературних джерел свідчить, що у сучасних дослідженнях представлені наступні підходи до розуміння основних види булінгу, залежно від форми прояву:

- фізичний булінг – застосування фізичної сили, зокрема удари, поштовхи, спричинення тілесних ушкоджень;
- вербальний булінг – образи, погрози, приниження, висміювання;
- психологічний (емоційний) – ізоляція, ігнорування, соціальне виключення;
- кібербулінг – цькування за допомогою цифрових технологій (соціальні мережі, месенджери);
- сексуалізований булінг – коментарі, жарти, дії сексуального характеру [47; 74; 76].

Більшість дослідників стверджують, що булінг у закладах вищої освіти має свою специфіку, оскільки його прояви часто маскуються під жарти, ініціації, конкуренцію або академічну ієрархію. Такі особливості відзначають у своїх дослідженнях І. М. Лисенко, Т. І. Литвинова, О. В. Смирнова, які наголошують на впливі колективної динаміки, за якої студенти старших курсів або однокурсники можуть виступати в ролі агресорів, жертв або спостерігачів, не завжди усвідомлюючи руйнівні наслідки своїх дій [31; 33; 62].

Сучасні українські дослідники (Н. П. Гречана [11], В. П. Герасимчук [10], Л. В. Григоровська [12], О. В. Бондаренко [2], О. В. Смирнова [62], Ю. Ю. Руденко [58]) виділяють наступні ключові ознаки булінгу: повторюваність дій, дисбаланс сил між особою, що проявляє насильство, та її ціллю, спрямованість на приниження гідності, психологічний або фізичний тиск, наявність спостерігачів, які або підтримують, або замовчують агресію. На думку авторів, булінг поділяється на декілька видів: фізичний (удари, штовхання), вербальний (образи, приниження), соціальний (ізоляція, ігнорування), економічний (пошкодження чи привласнення майна) та кібербулінг (агресія через цифрові платформи) [2; 10; 11; 12; 58; 62].

Особливу небезпеку становить булінг у закладах вищої освіти, де прояви цькування часто набувають завуальованого характеру: поширення чуток, академічна дискримінація, групове бойкотування тощо. Дослідники (О. В. Смирнова, В. В. Степанюк [62; 63]) наголошують, що в умовах ЗВО булінг часто пов'язаний із конкурентністю, соціальним статусом, політичними чи ідеологічними переконаннями, що ускладнює його ідентифікацію й подолання.

Після здійсненого аналізу дефініцій поняття «булінг», запропонованих як зарубіжними, так і українськими дослідниками, доцільно виокремити низку узагальнюючих положень, які дають змогу поглиблено осмислити сутність цього соціально-психологічного феномена. Булінг є складним соціально-психологічним явищем, що має систематичний, тривалий і цілеспрямований характер. Його основною метою є домінування, приниження, контроль або ізоляція іншої особи, яка часто перебуває в уразливому становищі. Ключовими ознаками булінгу, згідно з більшістю визначень, є: повторюваність дій; дисбаланс сил між кривдником та постраждалим; навмисність агресивної поведінки; негативний вплив на психоемоційний стан жертви. Форми булінгу варіюються від фізичного та вербального до психологічного, економічного і цифрового насильства (кібербулінгу), що особливо актуально в умовах розвитку інформаційних

технологій.

У сучасному науковій літературі булінг розглядається не лише як окрема поведінкова форма агресії, але і як індикатор психологічного клімату у соціальних групах, зокрема в освітньому середовищі.

У зарубіжній науковій літературі, зокрема в працях Д. Ольвеуса, Дж. Лейна, П. К. Сміта та фахівців Центру з контролю і профілактики захворювань США (CDC), булінг визначається як цілеспрямована, систематична агресивна поведінка, що супроводжується дисбалансом сил між агресором і жертвою. У цих підходах наголос робиться на відповідальності освітніх інституцій для забезпечення психологічного комфорту та на важливості превентивних заходів [49; 77; 82]. Вітчизняні дослідники, зокрема Н. В. Гайдай, І. А. Левченко, О. В. Степанюк, акцентують увагу на психологічних наслідках булінгу, зокрема на зниженні самооцінки, розвитку тривожних і депресивних станів у жертв, а також підкреслюють специфіку проявів цькування в українських закладах вищої освіти [10; 30; 39; 65].

Отже, узагальнення літературних джерел дозволяє стверджувати, що булінг — це систематичний прояв агресивної, навмисної поведінки окремої особи або колективу, що має на меті приниження, домінування, ізоляцію чи заподіяння шкоди іншій особі, яка перебуває в уразливому становищі, неспроможна самотійно захистити себе в конкретній ситуації. Булінг може проявлятися у фізичній, психологічній, вербальній, соціальній, економічній чи цифровій формі, супроводжується дисбалансом сил, повторюваністю дій і викликає порушення психоемоційного стану жертви, її соціальної адаптації та самооцінки.

З урахуванням специфіки освітнього середовища, зокрема закладів вищої освіти, доцільно уточнити, що булінг у цьому контексті слід розглядати як багатоаспектне соціально-психологічне явище, що проявляється у систематичній агресивній поведінці одного чи кількох представників академічної спільноти щодо іншого, менш захищеного

суб'єкта, з метою домінування, приниження або соціальної ізоляції. Така поведінка, незалежно від її форми, суттєво впливає на емоційне благополуччя здобувачів освіти, їх академічну мотивацію, міжособистісні стосунки та загальну атмосферу у навчальному середовищі.

Серед основних типів булінгу, що досліджуються у сучасній психології та соціології, виокремлюють словесне, фізичне, соціальне та електронне (кібер) цькування (Н. В. Гайдай [9], І. А. Левченко [30], В. В. Степанюк [63]).

Емпіричні дослідження засвідчують, що найчастіше проявляється вербальна агресія — словесні образи, принизливі жарти, насмішки, провокації, що спрямовані на дискредитацію особистості в очах інших. Другою за частотою є соціальна ізоляція — ігнорування, виключення з групи, бойкот. Третє місце серед форм булінгу посідає фізичне насилля, далі — поширення чуток, пліток і дискредитаційної інформації, на п'ятому — пошкодження або викрадення особистих речей (І. С. Лисенко [31], Н. А. Гаврилова [8]).

Особливої уваги потребує кібербулінг — форма психологічного тиску, що реалізується за допомогою цифрових технологій: соціальних мереж, месенджерів, онлайн-форумів. Його особливістю є анонімність агресора, тривалість впливу, а також широкий розголос за рахунок публічності поширеної інформації (Д. Ольвеус [79], П. К. Сміт [83] та ін.).

Ключовою характеристикою булінгу є його систематичність, тобто повторюваність агресивних дій упродовж тривалого часу. Така форма насилля створює для жертви середовище хронічного психологічного тиску, що впливає на її самооцінку, емоційне благополуччя та соціальну поведінку (О. П. Гаврилова [8], Д. Ольвеус [79]).

На думку Л. О. Коваль [24], учасники ситуації булінгу — агресор, жертва та спостерігачі — поступово формують певні стійкі моделі соціальної взаємодії, де насилля починає розглядатися як прийнятний спосіб комунікації та досягнення цілей.

Зі зростанням віку прояви булінгу змінюються: фізичні форми знущання трансформуються у психологічні. Згідно з думкою Н. В. Гайдай [9], В. В. Степанюк [63], у молодіжному та студентському середовищі домінують приховані форми тиску — маніпуляції, ізоляція, приниження через словесні або цифрові канали, що часто не сприймаються як насилля, але мають глибокий вплив на психоемоційний стан жертви. Водночас суспільна свідомість ще недостатньо усвідомлює небезпеку психологічного насилля, хоча його наслідки можуть бути не менш руйнівними, ніж фізичні ушкодження.

Таким чином, булінг потребує комплексного підходу до вивчення, діагностики, профілактика і усунення, з урахуванням вікових, інституційних, культурних і цифрових чинників.

1.2. Психологічні чинники та механізми виникнення булінгу серед здобувачів вищої освіти

Проблема цькування серед студентів, зокрема в закладах вищої освіти, потребує всебічного аналізу з огляду на складну структуру соціально-психологічних процесів, що відбуваються у цьому віковому та соціальному контексті. Під час навчання відбувається формування особистісної та професійної ідентичності, переоцінкою життєвих цінностей, активним входженням у нові соціальні ролі. На думку Н. А. Гаврилової [8], Т. М. Титаренко [66] булінг може розглядатися як наслідок психоемоційної напруги, кризи самоідентифікації, а також боротьби за соціальний статус у новому середовищі. Науковці О. П. Гаврилова [8], О. В. Котлова [26], І. А. Левченко [30] зазначають, що психологічними передумовами виникнення булінгу часто виступають низький рівень емпатії, підвищена потреба в домінуванні, агресивні установки поведінки, сформовані ще у підлітковому віці й набувають нових форм реалізації в дорослому віці.

Особливу увагу дослідники О. В. Смирнова [62], О. В. Мельник [40], В.

В. Степанюк [63] та О. С. Шевчук [72] приділяють таким особистісним характеристикам потенційного агресора, як емоційна негнучкість, ригідність мислення, фрустраційна нетолерантність, низький рівень саморефлексії.

Проте соціальний контекст відіграє не менш значну роль: атмосфера в академічній групі, наявність чи брак підтримки викладачів, рівень соціального контролю та ціннісних орієнтирів у студентському колективі можуть як гальмувати, так і провокувати прояви насильницької поведінки. К. В. Максьом [39] підкреслює, що в умовах низького рівня сформованості психологічної культури у ЗВО, а також у ситуаціях прихованої або толерованої агресії, ризики булінгу зростають у рази.

С. Д. Максименко [40], М. В. Мельниченко [44], М. М. Слюсаревський [63] додатково до психодинамічних механізмів булінгової поведінки виділяють проєкцію власних страхів, агресії чи незадоволення на слабшого члена групи, відтворення ранніх травматичних сценаріїв, засвоєних у дитинстві, а також компенсація власного відчуття неповноцінності через приниження інших. В умовах соціальної нестабільності, зниження рівня безпеки, інформаційної перенасиченості та емоційної вразливості студентської молоді ці фактори набувають латентної форми і проявлятися у різних проявах психологічного тиску та соціального відторгнення.

Таким чином, механізми булінгової поведінки в студентському середовищі формуються під впливом як внутрішніх психологічних детермінант (емоційна нестабільність, фрустрація, ригідність), так і зовнішніх соціальних факторів (груповий тиск, деструктивна динаміка у колективі, відсутність ефективних механізмів профілактики насильства в освітньому середовищі). Врахування цих факторів є необхідним для розробки комплексних заходів профілактики і корекції булінгової поведінки у ЗВО.

У науковій літературі причини проявів насильства у закладі освіти розглядаються як багаторівнева система чинників, що охоплюють особистісну, міжособистісну та соціокультурну площини. Дослідники Н. О. Григоровська [12], І. А. Левченко [30], О. В. Смирнова [62], Є. Ю. Соболев

[64] підкреслюють, що булінг не виникає спонтанно, а формується під впливом стійких психологічних установок, соціального навчання та мікросоціального клімату.

Так Н. А. Гаврилова [8] виділяє низький рівень емоційної культури, зокрема емпатії, як одну з ключових джерел виникнення агресії у студентів. Вона підкреслює, що у молоді, яка зазнала емоційної депривації в дитинстві або мала досвід насильницької комунікації в родині, формується модель жорстокої взаємодії, яка реалізується в студентському середовищі.

На думку О. В. Смирнової [62], булінг виникає внаслідок психоемоційної нестабільності, низької самооцінки або, навпаки, гіпертрофованого почуття власної переваги. Вона зазначає, що агресори часто схильні до авторитарного стилю поведінки, що базується на прагненні до домінування й контролю.

Н. В. Гайдай [9] акцентує увагу на особливостях соціального мікросередовища як пусковому механізмі булінгу. Вказує, що в умовах відсутності адекватного контролю викладачів, толерантності до агресивних проявів у колективі та пасивності спостерігачів створюється сприятливе підґрунтя для розгортання булінгових ситуацій.

О. С. Шевчук [72] відносить до чинників булінгу незадоволеність базовими психологічними потребами студентів – у визнанні, безпеці, соціальній підтримці. В умовах конкуренції або емоційного відчуження ці потреби компенсуються агресивною поведінкою щодо інших членів групи.

К. В. Максьом [42] описує булінг у ЗВО як форму латентного насильства, яка замасковане під соціальні жарты, «ритуали прийняття» або неформальні ієрархії. Особливу роль відіграє попередній досвід булінгу у школі, що переноситься в університетське середовище без адекватного опрацювання.

Отже, аналіз сучасних досліджень дозволяє узагальнити основні передумови виникнення булінгу серед студентів:

- низький рівень емоційної компетентності та емпатії (Н. А. Гаврилова [8], О.

С. Шевчук [72]);

- порушення процесів соціалізації, психотравмуючий досвід (І. А. Левченко [30], К. В. Максьом [39]);
- дисфункційні моделі сімейного виховання (І. О. Гайдай [10]);
- вплив соціального контексту: конкуренція, байдужість, толерантність до агресії (Н. О. Григоровська [12], О. С. Шевчук [72]);
- наявність «культури насильства» в академічному середовищі (Л. О. Коваль [24]).

Зазначені фактори формують специфічну агресивну поведінку, яка проявляється у словесному, психологічному, соціальному або кіберпросторі. Усвідомлення комплексного характеру причин булінгу є необхідною умовою для розробки ефективних превентивних і корекційних заходів у ЗВО.

Розглянемо наукові праці, в яких проаналізовано причини булінгу в освітньому середовищі, зокрема в закладах вищої освіти:

Л. М. Карамушка розглядає булінг як наслідок порушення психологічного комфорту в академічному середовищі, що виникає завдяки браку довіри, підтримки, поваги до гідності особистості [2]. Автор зазначає, що слабкий рівень психологічної культури в університетах, емоційна неграмотність і толерування насильницької поведінки дорослими сприяють легітимізації булінгової поведінки.

Т. Б. Костєва [25] підкреслює, що булінг часто є проявом соціальної фрустрації студентів, які не змогли адаптуватися до нових умов навчання. Вчена виділяє внутрішньоособистісні конфлікти, низьку самооцінку, а також надмірну конкуренцію як провідні психологічні фактори.

Булінг може бути формою компенсації власної неповноцінності або способом самоствердження у новому соціальному середовищі, як зазначає Н. В. Павлик [48]. Вчена підкреслює, що байдужість з боку адміністрації та відсутність чітких механізмів реагування лише посилюють цю проблему.

О. В. Степанюк [63] вказує, що причиною булінгу є академічна ієрархія, яка створює ґрунт для зловживання владою з боку старших студентів або

викладачів. Вчена пропонує поняття «академічна агресія», що проявляється у формі емоційного тиску, публічного приниження чи виключення із групи.

В. В. Байдик [56] пов'язують булінг із кризою ідентичності в юнацькому віці, що виявляється у прагненні до визнання, жорсткій конкуренції за лідерство, страху бути відкинутим або соціально ізольованим. Науковці підкреслюють, що булінг водночас є відображенням загального рівня агресивності в суспільстві та наслідком недостатньої культурної рефлексії щодо норм міжособистісної взаємодії. Знецінення гуманістичних цінностей і популяризація сили як домінуючого механізму соціальної взаємодії розглядаються як ключові соціокультурні детермінанти поширення цькування [56].

О. І. Хоріна наголошує на дефіциті психологічної культури у студентів й у викладачів. Вона зазначає, що відсутність навичок ненасильницької комунікації та емоційної регуляції сприяє конфліктності й агресивній поведінці [69].

Таким чином, внаслідок узагальнення літературних джерел можна констатувати, що причини булінгу в закладах вищої освіти є багатофакторними та охоплюють як індивідуально-психологічні, так і соціально-контекстуальні детермінанти. Одним із ключових психологічних чинників виступає фрустрованість особистості, невміння конструктивно справлятися з емоційними переживаннями та стресом, що призводить до агресивної поведінки і деструктивної соціальної взаємодії [25; 39; 56; 64; 74].

На думку В. Бондар, О. П. Гаврилової, Т. Лях, І. Нохріної особи з низьким рівнем самоконтролю та емпатії частіше стають ініціаторами булінгу, демонструючи жорстокість як спосіб самоствердження або компенсації власних комплексів [2; 8].

Булінг може розглядатися як форма реакції на незадоволеність власним соціальним становищем або відчуття маргіналізації, коли агресор, за висновками В. С. Гури, Т. В. Содолевської [14], Н. А. Гаврилової [8], Л. М. Карамушки [20], Т. Б. Костєвої [25], К. В. Максьом [39], О. В. Степанюк [63],

прагне здобути соціальний вплив або авторитет шляхом приниження інших.

У цьому контексті К. В. Максьом наголошує на значенні недовіри до системи реагування в ЗВО, що сприяє поширенню прихованих форм психологічного тиску [39].

Таким чином, причини, що зумовлюють виникнення булінгу є багатофакторними і відображають складну взаємодію особистісних характеристик, сімейного виховання та соціального контексту. Науковці підкреслюють, що значною мірою впливає на формування схильності до агресивної поведінки високий рівень тривожності та емоційної нестабільності в період адаптації до умов ЗВО (Н. В. Котлова [26]), особливості академічної ієрархії та латентні форми психологічного тиску (О. В. Степанюк [63]), а також моделі соціальної взаємодії, закладені в дитинстві (І. О. Гайдай [10], І. М. Лисенко [31]).

Аналіз літературних джерел (О. П. Гаврилова [8], Н. О. Григоровська [12], Л. Д. Зеленська [19], Л. М. Карамушка [20], О. М. Левченко [30], К. В. Максьом [39]) свідчить, що булінг у студентському середовищі розглядається як наслідок недостатньої соціально-психологічної адаптації, низького рівня емоційної культури, толерантності до насильства у середовищі однолітків, а також відсутності ефективних механізмів превенції й реагування з боку освітніх інституцій. У цілому, булінг у закладах вищої освіти є результатом комплексної взаємодії індивідуальних, соціальних та організаційних чинників, що вимагає системного підходу до його усунення та попередження.

Отже, причини мають багатофакторний характер і охоплюють особистісну, сімейну та соціально-психологічну сфери. У сучасній науковій літературі (О. П. Гаврилова [8], Н. О. Григоровська [12], О. М. Левченко [33], К. В. Максьом [39]) булінг розглядається як результат складної взаємодії низки чинників, що спричиняють агресивну поведінку в освітньому середовищі:

1. *Особисті чинники.* До індивідуальних причин схильності до булінгу належать психологічні та поведінкові особливості особистості, зокрема

емоційна нестабільність, низький рівень емпатії, імпульсивність, потреба в домінуванні, високий рівень тривожності або, навпаки, схильність до демонстративності. Дослідники Т. Б. Костєва [25], І. О. Гайдай [10], К. В. Максьом [39] акцентують увагу на ролі порушень нейропсихологічного розвитку, таких як синдром дефіциту уваги та гіперактивності (СДУГ), опозиційно-виклична поведінка, посттравматичні стани. Часто булінг є формою самоствердження в колективі або засобом здобуття авторитету через демонстрацію сили.

2. Сімейні чинники. Несприятливе родинне середовище, де домінує авторитарний стиль виховання, надмірна жорсткість, гіперопіка або відсутність емоційного контакту з батьками, на думку О. В. Литвиненка [34] та Т. І. Литвинової [35], І. А. Левченко [36] може стати передумовою формування агресивних моделей поведінки. Особливо небезпечним є досвід свідчення або безпосередньої участі у домашньому насильстві. Такі умови сприяють засвоєнню агресії як ефективного засобу подолання конфліктів

3. Соціальні чинники. До соціальних причин С. Д. Максименко [37], С. М. Мартиненко, І. Д. Дроботько [38], В. Г. Панок [49], І. М. Періг [50] відносять прагнення до лідерства шляхом домінування, зіткнення субкультурних і ціннісних орієнтацій, нетолерантність до інакшості, соціальна ізоляція або виключення з групи. Відсутність належного педагогічного контролю та підтримки з боку освітнього середовища, толерування агресії, пасивна позиція спостерігачів також значно підвищують ризик формування системи цюкування у студентському середовищі

Окрім цього, тривале перебування учасників булінгу в ролі жертви, агресора чи спостерігача сприяє формуванню у них стійких поведінкових патернів, які з часом можуть набути нормативного значення. Саме через ці механізми булінг може виступати як деструктивний механізм соціалізації, що деформує систему цінностей та соціальних установок молодшої особистості.

З віком прояви булінгу набувають меншої фізичної, але більшої психологічної форми, що ускладнює їх виявлення і водночас посилює

негативний вплив на психоемоційний стан учасників освітнього процесу. Українське суспільство потребує більшої обізнаності щодо ризиків психологічного насильства, зокрема у вищих навчальних закладах, де агресія часто маскується під конкуренцію, жарти або академічну ієрархію.

Одним із проявів міжособового насильства є залякування, яке може завдати значної шкоди молодим людям. Ця форма насильства часто залишається непоміченою, і не завжди розглядається як загрозлива. Залякування характеризується повторюваними актами агресії, метою яких є завдати шкоди іншій особі. Воно може мати різні форми, зокрема фізичну, психологічну або вербальну. Таке насильство може проявлятися в різних сферах міжособових взаємодій, таких як освітні установи, робочі місця чи інші публічні простори. Залякування може бути прямим, коли відбувається особисто, або непрямим, наприклад, через Інтернет, де розповсюджуються чутки, образи або інші форми вербального насильства. Хоча точні статистичні дані щодо цього явища важко зібрати, наукові дослідження вказують на те, що залякування є зростаючою проблемою в сучасному суспільстві. Однак багато жертв не виражають свої переживання, що ускладнює виявлення цього явища та надання належної підтримки постраждалим (О. А. Васильєва [3], В. П. Герасимчук [10], Н. П. Гречана [11]).

У структурі мотиваційних чинників насильства серед студентів Л. М. Шевчук [72] виокремлює прагнення до домінування та встановлення ієрархічної структури взаємодії в групі, що ґрунтується на принципах самоствердження, суперництва та демонстрації сили. До поширених мотивів також належать почуття заздрості, помсти, агресивна реакція на фрустрацію, прагнення до емоційної розрядки та реалізація садомазохістичних імпульсів.

Важливим детермінантним чинником формування булінгової поведінки Н. В. Зеленська [19], Л. М. Карамушка [20] вважають соціальну нерівність, яка створює підґрунтя для виникнення агресивних моделей взаємодії серед молоді. Йдеться не лише про вертикальну ієрархію

(майновий статус, авторитет, владні повноваження), а й про горизонтальну нерівність, пов'язану з відмінностями у рівні освіти, стані здоров'я, етнокультурному походженні або місці проживання. Нетерпимість до інакшості, стереотипи та упередження стають фоном для виникнення цькування як форми соціального контролю або стигматизації.

Окремої уваги заслуговує феномен інституційного булінгу, коли сам заклад вищої освіти мимоволі чи свідомо стає ініціатором насильницької взаємодії. К. В. Максьюм [39], О. В. Смирнова [62] вважають, що застосування системи репресивних заходів, жорсткої дисципліни або ігнорування випадків цькування сприяє легітимації агресії в освітньому середовищі, домінування каральних стратегій взаємодії над конструктивними, колективні покарання, викладацьке маніпулювання колективом через публічне приниження студентів — усе це може легітимізувати булінг як соціально схвалювану модель поведінки. поведінки в очах студентської спільноти.

Важливою є пасивна позиція адміністрації чи педагогічного персоналу щодо випадків булінгу: відсутність реакції або замовчування проблеми сприяє її нормалізації в студентському середовищі (Л. М. Карамушка [20], О. В. Костєва [25]) брак уваги до організації дозвілля студентів, відсутність сприятливого мікросоціального клімату та емоційної уваги близьких також сприяють підвищенню ризику формування насильницьких моделей поведінки.

Р. О. Винничук, С. В. Федік [6], О. В. Смирнова [62] вважають, що булінг не лише підриває психологічне благополуччя жертви, але й може спричинити розвиток девіантної, делінквентної або адиктивної поведінки, зниження самооцінки, зростання тривожності, формування стійких страхів, депресивних станів і суїцидальних намірів. У деяких випадках у жертв булінгу формується загальне недовіра до людей або агресивна настанова на помсту, що свідчить про деструктивні наслідки не лише для індивідуального розвитку, а й для соціальної адаптації особистості.

Механізми виникнення булінгу у здобувачів є складним, багаторівневим явищем, яке формується під впливом індивідуальних, міжособистісних та соціокультурних чинників. На думку дослідників, до основних психологічних механізмів, які сприяють виникненню булінгу в закладах вищої освіти, належать:

Механізм фрустраційної агресії. У ситуації, коли індивід не може реалізувати свої потреби (визнання, приналежності, успіху), він може перенаправити накопичене напруження у формі агресії на слабшого або менш захищеного члена групи. Така поведінка часто має компенсаторний характер і виконує функцію психологічного розвантаження [9; 74].

2. *Механізм соціального моделювання.* Студенти засвоюють форми поведінки шляхом спостереження за оточенням. Якщо у колективі булінг толерується або навіть схвалюється (непрямо чи прямо), такі моделі поведінки стають нормою. Цей механізм особливо актуальний у ситуаціях, коли агресивна поведінка не зустрічає осуду викладачів або адміністрації [10; 28].

3. *Ідентифікація з агресором.* Деякі студенти, які самі колись були жертвами насильства (у школі, сім'ї чи попередніх соціальних групах), можуть переймати агресивну поведінку як спосіб самозахисту або набуття контролю. Це пояснюється механізмом психологічної компенсації втраченої безпеки та гідності [14; 20; 62].

4. *Механізм деіндивідуалізації.* У студентських групах може спостерігатися зниження індивідуальної відповідальності за наслідки вчинків у ситуаціях групової динаміки. Булінг стає "справою всіх", а не конкретного індивіда, що дозволяє агресорам уникати почуття провини [12; 14].

5. *Механізм стигматизації та соціального виключення.* Особи, які не відповідають "нормам" групи (за зовнішністю, соціальним статусом, успішністю, культурними чи релігійними відмінностями), часто піддаються цькуванню. Стигматизація сприяє закріпленню образу "іншого", якого можна принижувати без наслідків [10; 27; 33; 64].

6. *Механізм ротації ролей.* У межах булінгової ситуації відбувається постійне переміщення ролей: жертва може згодом стати агресором або спостерігачем, що визначає динамічність процесу та його глибоке вкорінення у систему міжособистісних відносин [42; 73].

7. *Дефіцит емпатії.* Низький рівень емоційної чутливості, відсутність здатності до співпереживання сприяють формуванню байдужого або жорстокого ставлення до оточення. У поєднанні з впливом соціального тиску, це може призводити до нормалізації приниження інших як інструменту самоствердження [8; 65; 74; 77]/

Таким чином, внаслідок аналізу теоретичних джерел виокремимо низку ключових причин ситуацій цькування серед здобувачів вищої освіти, які умовно поділяються на особистісні, сімейні, ситуативні, соціокультурні та суспільні:

1. Особистісні причини включають індивідуальні психологічні особливості як агресора, так і жертви булінгу: занижену або завищену самооцінку, емоційну нестабільність, імпульсивність, агресивність, недостатній рівень емпатії, потребу у визнанні або домінуванні, а також психоемоційні розлади (О. В. Литвиненко [34], І. М. Лисенко [31], І. І. Чередниченко [73], К. В. Максьом [39]).
2. Сімейні причини, обумовлені специфікою стилю виховання, авторитарним або гіперопікуючим типом батьківської поведінки, досвідом домашнього насильства, відсутністю емоційної підтримки в родині, а також дефіцитом уваги з боку дорослих (Н. А. Гаврилова [8], І. О. Гайдай [10], Н. О. Григоровська [14], О. В. Костєва [25]).
3. Ситуативні причини охоплюють конкретні умови освітнього середовища: стрес, пов'язаний із навчальним навантаженням, конкуренцію в академічному середовищі, відсутність ефективних механізмів захисту від насильства, толерантність до агресії з боку оточення або викладачів (Н. О. Григоровська [14], О. М. Левченко [36], К. В. Максьом [39], О. С. Шевчук [72]).
4. Соціокультурні причини полягають у негативному впливі медіа,

соціальних мереж, стереотипів, популяризації насильницьких моделей поведінки, відсутності просвітницьких заходів щодо прав людини, толерантності та ненасильницького спілкування (О. Ю. Барліт [1], Н. П. Гречана [11], В. П. Герасимчук [10]).

5. Суспільні причини відображають загальний стан соціального середовища: соціальна напруга, економічна нестабільність, війна, міграційні процеси, правова безкарність за насильство, а також нерозвиненість механізмів психосоціальної підтримки в ЗВО (Лигута Н. Б. [32], Мартиненко С. М. [38], Смирнова О. В. [62], Степанюк В. В. [63], Тарасенко А. В. [65]).

Отже, узагальнюючи зазначимо, що феномен булінгу серед здобувачів має багатофакторну природу, що характеризується комплексним впливом особистісних й ситуаційних чинників. Виявлення психологічних механізмів цього явища, зокрема таких як ідентифікація з агресором, ротація ролей, стигматизація, соціальна деіндивідуалізація, є надзвичайно важливим для розробки ефективних профілактичних стратегій. Усвідомлення комплексного характеру причин булінгу дозволяє не лише глибше зрозуміти динаміку цього явища, а й спрямувати психолого-педагогічну роботу у ЗВО на створення безпечного й підтримуючого освітнього середовища.

1.3. Соціально-психологічні наслідки булінгу в освітньому середовищі ЗВО.

Булінг у закладах вищої освіти становить актуальну соціально-психологічну проблему, яка не лише порушує права студентів, але й створює умови для формування негативних емоційних, психологічних та соціальних наслідків. Аналіз досліджень дозволяє зазначити, що постраждали від булінгу студенти можуть переживати тривалі психологічні травми, що впливають на їх самооцінку, соціальну адаптацію, а також академічну успішність [30; 44].

Зазначимо, негативні наслідки булінгу поширюються на групову динаміку в колективах, змінюючи атмосферу в навчальному середовищі, що призводить до зниження довіри та взаємопідтримки серед студентів.

Л. Д. Зеленська Л. Д., М. В. Васильєва [19], М. В. О. В. Смирнова [62], В. М. Шевченко [71] вказують на важливу складову проблеми, зокрема реакцію студентів і викладачів на булінг, а також ефективність існуючих превентивних та корекційних програм. Розглянемо соціально-психологічні наслідки булінгу в закладах вищої освіти, що є важливою передумовою до розуміння ефективних шляхів запобігання та усунення цього явища.

Зазначимо, булінг у закладах вищої освіти є складним соціально-психологічним феноменом, який має глибокі наслідки не лише для безпосередніх учасників цього явища — жертв і агресорів, але й для всього навчального середовища. Взаємодія між здобувачами та викладачами, а також загальний психологічний клімат у навчальному колективі значною мірою визначаються тим, як у закладах вищої освіти виявляються та долаються прояви булінгу. Вчені стверджують, що адекватне реагування на такі явища є важливим фактором підтримки здорового психологічного середовища, яке сприяє розвитку конструктивних відносин і підтримці позитивної атмосфери у навчальному процесі [1; 2; 14; 43; 56].

Для постраждалих студентів булінг може мати тривалі та руйнівні наслідки, які впливають на їхнє психічне здоров'я і загальний емоційний стан. Як зазначає В. М. Шевченко [71], наслідки булінгу часто залишаються невидимими для оточуючих, можуть включати депресії, підвищену тривожність, низьку самооцінку, почуття безпорадності та соціальної ізоляції.

На думку О. Р. Ткачишиної [67], постраждалі студенти можуть відчувати значну емоційну напругу, що часто призводить до розвитку різноманітних психологічних розладів, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), панічні атаки або соціофобія. В результаті такого емоційного і психологічного тиску студенти часто втрачають здатність до ефективної учбової діяльності, що негативно впливає на подальше кар'єрне зростання. О. В. Коваленко підкреслює, що постійна загроза бути об'єктом насмішок, фізичних чи емоційних нападів з боку однолітків зумовлює підвищення рівня

стресу та тривожності, а відсутність підтримки з боку викладачів або адміністрації університету лише посилює ситуацію [22]. Такі студенти часто відчують себе покинутими або недостатньо захищеними, що створює додаткові труднощі в їхньому психологічному розвитку [5; 10; 13; 25]. Зауважимо, що постійний стрес негативно впливає не тільки на психічне здоров'я, але й на фізичний стан студентів, зумовлюючи розвиток соматичних захворювань, таких як розлади сну, порушення апетиту, головний біль, а також проблеми з травною системою.

З іншого боку, агресори, які здійснюють булінг, теж мають свої психологічні проблеми, хоча їх наслідки можуть бути дещо іншими. Більшість дослідників (А. М. Ковальчук [24], Т. І. Литвинова) [38], М. В. Мельниченко [41], О. Р. Ткачишина [67]) зазначають, що студенти, схильні до агресивної поведінки, часто мають труднощі в соціальній адаптації, відчують дефіцит емоційної підтримки вдома або в сім'ї, або ж переживають власні психологічні проблеми, пов'язані з низькою самооцінкою та потребою в домінуванні над іншими.

Такі особи можуть відчувати внутрішню напругу, що призводить до проявів агресії як способу компенсації власних емоційних труднощів. Однак важливо зазначити, що булінг не лише є відображенням індивідуальних проблем агресора, на думку В. М. Шевченко, але й є результатом соціальних та культурних факторів у середовищі, де такі дії підтримуються або не караються [71]. Соціально-психологічні наслідки булінгу, на думку Н. А. Гаврилової [8], стосуються свідків цього явища, які можуть перебувати в стані постійного емоційного стресу та тривоги. Спостерігачі булінгу, якщо не є безпосередньо залученими в насильницькі дії, часто переживають складні емоційні стани, пов'язані з почуттям безпорадності, страху стати жертвою або втратити свою соціальну репутацію (Н. А. Гаврилова [8], І. О. Гайдай [10], Л. Н. Лавріненко [28], О. В. Смирнова [62]).

Науковці вказують, що відсутність належної підтримки для спостерігачів також може призводити до емоційного вигорання, пасивності в

ситуаціях насильства і навіть розвитку тривожних розладів. В результаті студенти починають уникати соціальних контактів, стають менш здатними до співпраці та взаємодії в групі, що значно погіршує атмосферу в колективі в цілому.

Психологічні дослідження О. В. Ковальчук [24], Ю. Ю. Руденко [58], С. О. Седих [59], М. О. Турченок [68]) показують, що серед студентів, які є свідками булінгу, може спостерігатися зниження соціальної активності, проблеми з емоційним самоконтролем, а також розвиток депресії та тривожних розладів.

Вважаємо, що булінг у навчальних закладах негативно впливає на загальну атмосферу в колективі, породжує у студентів почуття недовіри до однолітків і викладачів. Соціальна атмосфера в університетах, де булінг толерується або не виявляється на ранніх етапах, призводить до погіршення групової динаміки, зниження рівня співпраці і підтримки серед студентів. Це, в свою чергу, обмежує можливості для розвитку здорових міжособистісних стосунків, створює психологічну бар'єрність і навіть може сприяти розриву між різними соціальними групами в університеті [52].

Узагальнення наукових джерел дозволяє стверджувати про існування організаційних наслідків булінгу для навчальних закладів. Так на думку Л. А. Найдьонової [44], В. Г. Панка [49], І. М. Періга [50], В. О. Савченка [60], невчасна відповідь на випадки булінгу або відсутність ефективних превентивних програм призводить до деградації академічного середовища. Заклади вищої освіти можуть зіткнутися з проблемами щодо збереження репутації, адже булінг, як правило, викликає обурення серед студентів, батьків та громадськості. Університети, які не вирішують цю проблему, можуть втратити свою позицію як надійний та безпечний навчальний заклад, що в кінцевому підсумку знижує кількість вступників і призводить до погіршення результатів навчального процесу.

Таким чином, урахування зазначених наслідків підкреслює важливість створення в університетах середовища, захищеного від проявів цькування, а

також необхідність розробки ефективних превентивних і корекційних програм, які сприятимуть створенню безпечного і сприятливого простору для навчання й розвитку студентів.

Зазначимо, соціально-психологічні наслідки булінгу в освітньому середовищі мають комплексний характер і стосуються як безпосередніх учасників цього явища — агресорів, жертв і свідків, так і загальної атмосфери в колективі. Оскільки булінг призводить до серйозних порушень соціально-психологічного клімату в університетах, його наслідки можуть мати довготривалий й глибокий впливи на психічне здоров'я, соціальну адаптацію та академічну успішність учасників.

Аналіз літературних джерел дозволяє окреслити класичну структуру булінгу, яка включає агресора («переслідувача»), потерпілу особу, свідків («нейтральних учасників»), «підтримувачів агресора» та «захисників потерпілих» [10; 11; 23; 30; 39; 72].

Агресор (булер). Булери часто демонструють емпатичну нечутливість та високу агресивність, що може бути результатом особистих проблем або соціальної ізоляції. Ю. Ю. Руденко, С. А. Руденко зазначають, що вони зазвичай мають проблеми з емоційним самоконтролем і часто виявляють схильність до домінування над іншими як спосіб компенсувати внутрішню незадоволеність чи соціальні труднощі [58]. О. Г. Видра [5], С. Д. Максименко [37], М. С. Мартиненко [38] описують психологічні наслідки для агресорів, що включають посилення схильності до насильницької поведінки, деформацію емоційної сфери, порушення соціальних взаємодій, що може призвести до ізоляції, девіантних проявів і утруднень у формуванні здорових міжособистісних стосунків. Дослідники також наголошують, що систематичне використання агресії як способу розв'язання конфліктів фіксується у структурі особистості, що утруднює соціальну адаптацію в дорослому віці.

Крім того, агресія, як правило, є індикатором неусвідомлених емоційних розладів, які можуть погіршуватися з часом, якщо ці проблеми не

вирішуються.

Жертви булінгу можуть бути поділені на два основні типи залежно від їхньої реакції на переслідування: перші намагаються уникнути конфлікту, не вирішуючи його безпосередньо, а просто відтягуючи час; другі агресивно реагують на спроби цькування, загострюючи протистояння [72].

Зазвичай булінгу піддаються особи з певними характеристиками, що роблять їх уразливими до насильства з боку інших. Серед таких груп виділяють успішних та популярних осіб, які отримують велику увагу з боку оточуючих, що може привертати агресорів [30].

Особи з помітними фізичними особливостями — незвичним кольором волосся, формою обличчя чи іншими зовнішніми рисами — нерідко стають мішенями для цькування, незалежно від рівня їхньої привабливості. Така вразливість часто зумовлена відхиленням від соціально прийнятих норм і зовнішніх стереотипів сприйняття [8; 39; 71].

Ю. Ю. Руденко та С. А. Руденко [58] зазначають, що вразливі особи, зокрема інтровертовані чи емоційно нестабільні студенти, які не завжди можуть адекватно реагувати на стресові ситуації, стають потенційними жертвами булінгу. О. В. Коваленко [22] підкреслює, що особи з хворобами чи інвалідністю через свої фізичні або психічні обмеження часто зазнають дискримінації та ворожих дій з боку однолітків. Особи з нетиповими релігійними чи культурними переконаннями можуть ставати мішенями для булінгу через свою відмінність від домінантної групи [63; 65].

Вчені зазначають, що творчі, розумні та амбіційні особистості нерідко викликають заздрість у своїх однолітків через високі досягнення або соціальну непопулярність, що підвищує ризик їхньої стигматизації [28; 33].

У дослідженні О. В. Гнатюк [13] вказується, що представники інших рас або національностей можуть стикатися з дискримінацією та агресією на ґрунті етнічних і культурних відмінностей.

Отже, зазначені характеристики створюють певні вразливості, які використовуються агресорами для здійснення булінгу, що зумовлює

серйозні наслідки для психічного та соціального благополуччя жертв.

Жертва (постраждалий). Студенти, які стають жертвами булінгу, зазнають значного емоційний стрес, що зумовлює погіршення їхнього психічного здоров'я.

В. С. Гура, Т. В. Содолевська [14], С. О. Седих, А. А. Мишко [59] описують такі психологічні наслідки булінгу, як тривожність, депресія, порушення позитивного образу «Я» та емоційного стану, що часто призводить до соціальної ізоляції та порушення адаптації. В. Г. Панок [49], І. М. Періг [50] у своїх дослідженнях визначають, що жертви булінгу зазнають значних утруднень у навчанні, що пов'язано з підвищеним рівнем стресу, емоційного напруження та формуванням негативного ставлення до освітнього середовища.

Крім того, Л. Н. Лавріненко [28] зазначає, що такі студенти можуть мати труднощі у встановленні соціальних контактів, почуватися ізольованими серед однолітків і, як наслідок, знижувати рівень залученості до студентського життя.

О. В. Коваленко [22] наголошує, що спостерігачі булінгу, хоча й не є безпосередніми учасниками агресивних дій, часто переживають значний емоційний стрес, пов'язаний із почуттям безпорадності та страхом стати наступними жертвами. Дослідники підкреслюють, що жертви відчують тривогу, низьку самооцінку, а також емоційну напругу, яка постає наслідком спостереження за насильницькими діями.

О. Р. Ткачишина [67] у своєму дослідженні зазначає, що свідки булінгу стають учасниками соціальних конфліктів у колективі, що знижує рівень їх соціальної активності та сприяє розвитку соціальної ізоляції.

Особливу увагу в контексті нашого дослідження привертають загальні наслідки для соціально-психологічного клімату. Булінг справляє руйнівний вплив на атмосферу в студентських колективах, що проявляється у зниженні рівня довіри та співпраці серед студентів.

Соціальна ізоляція, яка виникає внаслідок булінгу, як зазначає В. М.

Шевченко [73], не лише погіршує психічне здоров'я жертв, але й формує напружену атмосферу, що негативно впливає на взаємини між студентами та викладачами. Психологічна атмосфера, у якій булінг є нормою або не виявляється на ранніх етапах, призводить до погіршення групової динаміки, посилення конфліктів і порушення загального функціонування навчального середовища.

О. А. Васильєва [3], Н. В. Гайдай [9], О. В. Гаврилова [8], Н. П. Гречана [11], А. М. Ковальчук [21], І. М. Лисенко [31], Т. І. Литвинова [35], С. М. Слюсаревський [61], В. О. Савченко [60], О. Р. Ткачишина [67], В. М. Шевченко [71] у своїх дослідженнях формують широку картину соціально-психологічних наслідків булінгу в закладах вищої освіти, підкреслюючи важливість системного підходу до подолання цього явища через створення психологічної атмосфери міжособистісної взаємодії в освітньому процесі. Дослідники акцентують увагу на негативному впливі булінгу не лише на безпосередніх учасників цього явища (жертв і агресорів), а й на соціально-психологічний клімат у навчальних закладах. В дослідженнях вченими зазначено, що булінг руйнує атмосферу в колективі, посилює недовіру і ізоляцію серед студентів, знижує рівень групової співпраці та підтримки. Такі деструктивні процеси серйозно погіршують взаємини між студентами та викладачами, а також впливати на академічну успішність.

Узагальнюючи теоретичні джерела зазначимо, що в своїх дослідженнях вчені вказують на важливість своєчасного виявлення та запобігання булінгу, оскільки невчасне реагування може призвести до тривалих негативних наслідків. Аналіз психологічних джерел засвідчує про необхідність розробки ефективних профілактичних і корекційних програм, спрямованих на підтримку здорового психологічного середовища в навчальних закладах.

Отже, за результатами досліджень, соціально-психологічні наслідки булінгу охоплюють не лише індивідуальний вплив на жертв і агресорів, а й негативно позначаються на атмосфері в колективі.

Аналіз психологічної літератури дозволяє стверджувати про

важливість розвитку програм, які сприяють підвищенню рівня емпатії, толерантності та здорових міжособистісних взаємин серед студентської молоді. Булінг у закладах вищої освіти має серйозні соціально-психологічні наслідки, які не обмежуються лише безпосередніми учасниками, а охоплюють і весь навчальний колектив. Значущим чинником дослідження виступає вплив проявів булінгу на стан психічного здоров'я здобувачів вищої освіти та академічну успішність. За даними досліджень О. В. Гаврилової [8] та О. В. Коваленко [22], студенти, які стали жертвами булінгу, можуть переживати значний емоційний стрес, що призводить до розвитку депресії, тривожності та соціальної ізоляції.

Дослідники підкреслюють, що низька самооцінка, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) і панічні атаки — це лише частина негативних наслідків, які можуть виникати в результаті тривалого психологічного [25; 50; 60; 61; 70; 82].

Психологічні дослідження вказують на те, що булінг у студентських колективах має руйнівний вплив не тільки на жертв, але й на агресорів. Студенти, які вдаються до булінгу, зазвичай характеризуються низьким рівнем емпатії, слабо розвиненими навичками емоційної регуляції та схильністю до домінування над іншими. Такі прояви часто зумовлені соціальними проблемами або психологічними труднощами, зокрема незадоволеністю власним соціальним становищем чи недостатньою підтримкою в родині (О. В. Литвиненко [34], М.В. Мельниченко [41]).

Л. М. Козак [26] та Т. І. Литвинова [36] зазначають, що такі студенти часто використовують агресивну поведінку як спосіб компенсації власних емоційних труднощів, що може призвести до посилення схильності до насильства та порушень у соціальних взаємодіях. Соціально-психологічні наслідки булінгу поширюються також на свідків цього явища. Спостерігачі булінгу часто переживають значний емоційний стрес, страх стати наступними жертвами або втратити соціальну репутацію, що, на думку О. Р. Ткачишиної [67], призводить до зниження соціальної активності, емоційної

напруги та розвитку тривожних розладів. Крім того, вони можуть переживати внутрішньогрупові конфлікти, що знижує їхню здатність до співпраці та ефективної взаємодії з іншими.

Доцільно акцентувати увагу на загальну атмосферу взаємин у студентському колективі, який може значно погіршити або покращити ситуацію з булінгом. Як зазначає Л. М. Шевченко [71], атмосфера толерантності і взаємоповаги між студентами та викладачами є ключовим фактором у попередженні булінгу. Цю позицію поділяють також О. В. Гаврилова [8], В. С. Гура, Т. В. Содолєвська [14], Н. В. Лунченко [56], І. М. Періг [50], О. В. Смирнова [62], які наголошують на важливості створення безпечного психологічного середовища як умови запобігання агресивним проявам у студентському колективі. Відсутність ефективних механізмів реагування на булінг або його толерантність може призвести до погіршення групової динаміки, зниження рівня співпраці та підтримки серед студентів, що негативно позначиться на загальному функціонуванні навчального процесу.

Булінг в закладах вищої освіти становить комплексну соціально-психологічну проблему, що негативно впливає на фізичне і психічне здоров'я студентів. Висока інтенсивність соціальної взаємодії в університетах, конкурентне середовище, адаптація до нових соціальних ролей та формування професійної ідентичності створюють сприятливе середовище для проявів булінгу. Наслідки булінгу носять довготривалий характер і серйозно впливає на їхнє психологічне здоров'я, соціальну адаптацію та академічну успішність.

Психологічні наслідки булінгу описуються О. В. Коваленко [22], який описує розвиток психічних розладів у студентів. Постраждалі від булінгу можуть зазнавати тривалого стресу, що призводить до розвитку депресії, тривожних розладів, панічних атак та посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Проблеми з емоційною регуляцією, низька самооцінка та соціальна ізоляція є характерними ознаками студентів, які стали жертвами булінгу (О.

В. Коваленко [22]; Ю. Ю. Руденко, С. А. Руденко [58]; С. О. Седих, А. А. Мишко [59]). Вони часто відчують почуття безпорадності та безнадійності, що ускладнює їхнє психічне відновлення і соціальну адаптацію в університеті.

Фізичні наслідки проявляються у вигляді тривалого психологічний тиск через булінг може також мати фізичні наслідки. Студенти, які переживають булінг, часто мають проблеми зі сном, головними болями, розладами травної системи та порушеннями апетиту. Це впливає на їхню здатність до навчання та знижує рівень їхньої фізичної активності. Фізичний дискомфорт може бути не тільки наслідком стресу, але й свідченням погіршення загального психічного стану.

В науковій літературі описано академічні наслідки булінгу, його негативний вплив на академічну успішність студентів. Студенти, які зазнали цькування, часто мають знижену мотивацію до навчання, їм важко зосередитися на завданнях, а низька самооцінка заважає їм демонструвати хороші результати в академічному процесі. Вони часто відчують емоційну виснаженість, що робить їх менш здатними до ефективної навчальної діяльності [10; 26; 38; 41; 62].

В літературних джерелах описують соціальні наслідки. Студенти, які зазнають булінгу, часто відчують соціальну ізоляцію і важко встановлюють здорові міжособистісні стосунки. Вони можуть уникати участі в студентських заходах, оскільки бояться знову стати об'єктами цькування. Це створює бар'єри для їх соціальної інтеграції в університетському середовищі, що знижує їх рівень соціальної підтримки та посилює відчуття відчуження від однокурсників та викладачів [72; 73].

Вплив на групову динаміку також є одним із наслідків булінгу у закладі вищої освіти. Булінг не лише шкодить безпосередньо постраждалим студентам, але й змінює соціально-психологічну атмосферу в навчальних групах. Наявність цькування в колективі призводить до зниження рівня довіри, підвищення конфліктності та зменшення рівня співпраці між

студентами, що створює токсичну атмосферу, перешкоджає розвитку здорових соціальних взаємин у студентському середовищі, а також погіршує ефективність колективного навчання.

З огляду на серйозні наслідки булінгу для студентів, важливо розробляти та впроваджувати програми психологічної підтримки та превенції булінгу в університетах. Важливим є створення сприятливого психоемоційного клімату, де булінг не буде толеруватися, а студенти отримуватимуть підтримку в разі виникнення проблем. Крім того, необхідно підвищувати рівень психологічної культури серед студентів і викладачів, а також створювати ефективні механізми для реагування на випадки булінгу в освітніх закладах (І. В. Козак [26]; О. Р. Ткачишина [69]; С. К. Шандрук, В. В. Рибалка [72]).

Отже, наслідки булінгу в закладах вищої освіти мають глибокий та багатогранний характер, впливаючи на психічне, фізичне і соціальне благополуччя студентів. З метою ефективного запобігання цьому явищу важливо вживати комплексні заходи, спрямовані на створення безпечного і підтримуючого навчального середовища.

Таким чином, в закладах вищої освіти соціально-психологічні наслідки булінгу є багатовимірним явищем, що потребує комплексного підходу до його подолання. Створення здорового психологічного середовища в університетах, впровадження превентивних і корекційних програм, а також розвиток емоційної культури серед студентів сприяти зниженню рівня агресії і поліпшенню атмосфери в навчальних закладах. Соціально-психологічні наслідки булінгу не обмежуються лише індивідуальними переживаннями учасників, а охоплюють ширший контекст зво, знижує ефективність освітнього процесу та впливає на його репутацію.

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

Булінг є складним соціально-психологічним явищем, що проявляється через систематичне насильство (фізичне, психологічне, вербальне, соціальне або кібербулінг) і супроводжується хронічним психологічним тиском на жертву, впливаючи на її емоційний стан, соціальну адаптацію та мотивацію до навчання.

Засадничі емпіричні дослідження булінгу вперше здійснив Д. Ольвеус автор концепції систематичної агресії. В умовах закладів вищої освіти булінг часто маскується під жарти, конкуренцію чи неформальні ініціації, що ускладнює його виявлення та профілактику. Розвиток цифрових технологій сприяв поширенню кібербулінгу, наслідки якого мають тривалий і руйнівний вплив на психоемоційний стан постраждалих. Булінг у студентському середовищі зумовлений взаємодією психологічних чинників (емоційна нестабільність, дефіцит емпатії, імпульсивність) та зовнішніх факторів (соціальний контекст, взаємодія в групі). Агресори часто характеризуються низькою саморефлексією, емоційною ригідністю та гіпертрофованим почуттям переваги. Соціальна незадоволеність і толерантність до агресії в колективі сприяють нормалізації агресивної поведінки. Причини булінгу мають багатфакторний характер і охоплюють особистісні, соціокультурні та ситуативні детермінанти.

Отже, соціально-психологічні наслідки булінгу в закладах вищої освіти є мають комплексний характер та впливають емоційне, поведінкове і соціальне функціонування студентів. Булінг негативно впливає на психологічний клімат у студентському колективі, руйнує міжособистісні стосунки та знижує ефективність освітнього процесу. Таким чином, подолання булінгу потребує системного підходу, спрямованого на формування безпеково орієнтованого освітнього середовища.

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВУ БУЛІНГУ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

2.1. Організація та методи експериментального дослідження

Аналіз наукових джерел став підґрунтям для розробки власного емпіричного дослідження. На етапі попереднього вивчення теми було окреслено основні напрямки подальшого аналізу проблеми та сформульовано програму експериментального дослідження.

Метою цього етапу дослідження було вивчення особливостей прояву булінгу як психологічного феномена в освітньому середовищі закладу вищої освіти. У процесі планування та проведення дослідження вирішено, що вибірку експериментального дослідження складуть здобувачі закладів вищої освіти м. Ізмаїл у кількості 20 студентів (10

Слід зазначити, з метою проведення експериментального дослідження використали комплекс взаємодоповнюючих методик. Зважаючи на поставлену мету, було обрано наступні психодіагностичні методики: Методика для вивчення «булінг-структур» Є. Г. Норкіної, тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенка), текст опитувальника Д. Ольвеуса для оцінки рівня булінгу і ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти (адаптація Л. Найдьонові, Н. Дятел).

Методика для виявлення «Булінг структури», розроблена Є. Норкіною, включає 25 запитань, які оцінюють різні аспекти участі осіб у ситуаціях булінгу. Вона дозволяє оцінити роль кожного учасника в динаміці булінгу, базуючись на п'яти ключових шкалах: «ініціатор», «помічник ініціатора», «захисник», «жертва» та «спостерігач». Кожна шкала відповідає певній ролі, яку особа може виконувати в контексті булінгу, і визначає її функціональну позицію в групі.

Після збору даних та підрахунку балів, отриманих за кожне питання, можна визначити, яка частина досліджуваних є активними булерами (ініціаторами агресії), хто виступає як помічники булерів, а хто займає роль жертв агресії. Крім того, методика дає змогу виявити тих, хто виступає як захисники (особи, які намагаються захистити жертв булінгу), та спостерігачів (ті, хто не активно втручаються в ситуацію, але є свідками подій). Таким чином, ця методика дозволяє здійснити детальний аналіз соціальних ролей в контексті булінгу та оцінити його структуру серед учасників дослідження.

Тест «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка призначений для дослідження неадаптивних психічних станів, таких як тривога, фрустрація, агресія, а також таких особистісних властивостей, як тривожність, фрустрованість, агресивність та ригідність, які можуть негативно впливати на процеси соціалізації, міжособистісної комунікації та формування самооцінки.

Тривожність — це індивідуальна психологічна особливість, що характеризується схильністю особистості до частих і інтенсивних переживань стану тривоги, а також наявністю низького порогу до її виникнення. Тривога — це емоційне переживання дискомфорту, яке може бути пов'язане з очікуванням неблагополуччя або відчуттям загрози. Тривожність поділяється на чотири рівні: відсутність тривожності, середній рівень тривожності, допустимий рівень тривожності та висока тривожність.

Фрустрація — це психічний стан, що виникає через неможливість задовольнити певні потреби чи бажання. Фрустрація має три рівні: високий рівень самооцінки, стійкість до невдач, відсутність страху перед труднощами, середній рівень, де фрустрація є присутньою, а також низька самооцінка, уникнення труднощів і страх перед невдачами, що супроводжуються фрустрованістю.

Агресивність — це неспровокована ворожість особистості до оточення і людей. Агресивність може проявлятися в трьох рівнях: спокійному і витриманому, середньому рівні агресивності, а також у вигляді агресії, яка

характеризується нестриманістю і утрудненням у спілкуванні з іншими людьми.

Ригідність — це складність або повна нездатність особистості змінювати свої налаштовані програми діяльності в умовах, що вимагають її перебудови. Ригідність має три рівні: відсутність ригідності, легка здатність до переключення, середній рівень ригідності та сильно виражена ригідність, яка проявляється у незмінності поведінки, переконань і поглядів, навіть якщо вони не відповідають реальним умовам чи ситуаціям.

У рамках дослідження булінгу як психологічного феномена в освітньому середовищі закладів вищої освіти було застосовано опитувальник Д. Ольвеуса [44], що є однією з найпоширеніших методик для оцінки рівня булінгу та ресурсів протидії цькуванню. Метою використання методики є виявлення частоти, форм прояву булінгу серед студентів, а також визначення рівня захищеності та підтримки у навчальному середовищі.

Опитувальник дозволяє оцінити:

- частоту потрапляння в ситуації булінгу (як жертвою, так і ініціатором);
- типи булінгу, з якими стикаються студенти (фізичний, вербальний, соціальний, кібербулінг);
- емоційне сприйняття студентами ситуацій цькування;
- готовність звертатися по допомогу до викладачів чи адміністрації;
- рівень підтримки з боку однолітків та навчального колективу.

Отримані результати дозволять оцінити загальний стан соціально-психологічного клімату в студентському середовищі, виявити потенційні зони ризику та ресурси для протистояння булінгу.

2.2. Аналіз результатів дослідження проявів булінгу в студентському середовищі

Метою наступного етапу експериментального дослідження було виявлення психологічних показників булінгу в закладі вищої освіти.

За результатами застосування методики для вивчення «булінг-структур» Є. Г. Норкіної було отримано наступні результати. Використана методика спрямована на виявлення різноманітних форм булінгу та визначення особистісних, соціальних і психологічних характеристик учасників цього процесу. Отримані дані дозволяють проаналізувати особливості міжособистісної взаємодії, динаміку стосунків між учасниками, а також ідентифікувати та дослідити ситуації, що мають ознаки психологічного насильства та міжособистісних конфліктів.

Результати дослідження за методикою "Булінг структури" (рис. 2.1.) вказують на різні ролі осіб у ситуаціях булінгу. Розглянемо кожен з виділених типів учасників і їх можливі характеристики.

Ініціатор – 13 % досліджуваних студентів. Це особа, що починає або провокує випадки булінгу. Вони виявляють агресивну поведінку, висміювання, психологічний тиск або фізичне насилля. Зазвичай це студенти, які мають високий рівень домінантності та низький рівень емпатії.

Помічник ініціатора – 22% досліджуваних. Ці особи підтримують або долучаються до негативних дій ініціатора. Вони можуть бути учасниками булінгу, демонструючи свою підтримку або прихильність до дій основного ініціатора.

Захисник – 25% досліджуваних. Захисники намагаються підтримати або захистити жертву. Вони можуть виступати як підтримка або виступати проти булінгу, намагаючись зменшити шкоду або втрутитися в ситуацію.

Жертва – 20% досліджуваних студентів. Це люди, що потрапляють під вплив агресії, висміювань, психологічного чи фізичного насильства. Жертви можуть демонструвати стрес, тривогу, невпевненість у собі, а в деяких випадках — навіть депресію.

Спостерігач – 20% досліджуваних. Це ті, хто спостерігає за булінгом, але не бере активної участі. Вони можуть відчувати сором або невпевненість, не бажаючи втручатися в ситуацію або не знаючи, як допомогти.

Отримані результати свідчать про складність ситуацій булінгу та

відображають різноманітні ролі, які студенти відіграють у таких ситуаціях. Розуміння цих ролей сприятиме подальшій розробці програм та стратегій для протидії булінгу та підтримки всіх учасників, включаючи жертв, захисників та спостерігачів, з метою забезпечення безпечного й сприятливого оточення.

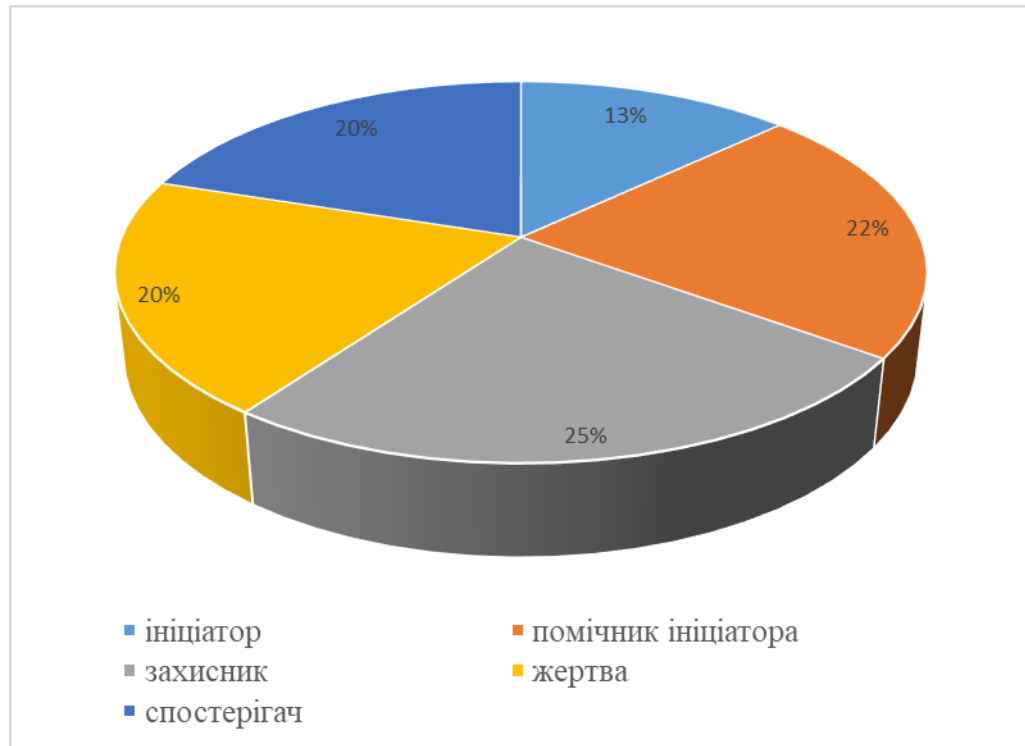


Рис. 2.1. Результати дослідження за методикою «Булінг структури»

Результати дослідження за методикою «Структура булінгу», проведеного серед студентів юнаків і дівчат, засвідчили наявність певних відмінностей у розподілі ролей у ситуаціях булінгу між представниками обох груп.

Аналіз результатів, отриманих за методикою «Структура булінгу», серед студентів-чоловіків дозволяє виявити специфіку розподілу ролей у булінгових ситуаціях (див. рис.2.2.). За результатами дослідження, 20 % респондентів ідентифікують себе як ініціатори булінгу, що свідчить про наявність помітної частки студентів, які безпосередньо вдаються до агресивної поведінки. Ще 20 % опитаних виступають у ролі помічників ініціаторів, тобто схильні підтримувати або сприяти булінговим діям, навіть якщо самі безпосередньо не є джерелом агресії. Такий розподіл ролей

свідчить про поширеність активного та пасивного залучення до цькування у студентському середовищі.

У ході дослідження встановлено, що 10 % опитаних хлопців ідентифікують себе як захисники жертв булінгу. Хоча цей показник не є високим, він свідчить про наявність у частини студентів готовності активно протидіяти проявам цькування та підтримувати постраждалих.

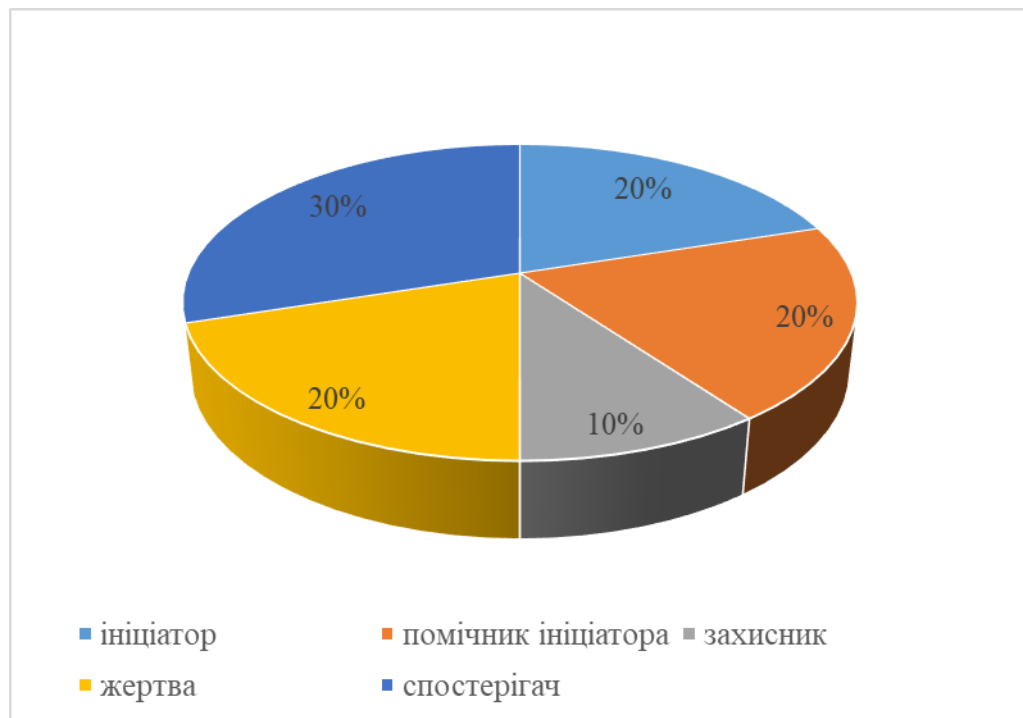


Рис. 2.2. Результати дослідження за методикою "Булінг структури" серед студентів хлопців

Частка студентів, які ідентифікують себе як жертви булінгу, становить 20 %. Це свідчить про наявність помітної кількості осіб, які зазнають психологічного або фізичного тиску з боку однолітків у академічному середовищі. Ще 30 % респондентів виступають у ролі спостерігачів — вони безпосередньо не беруть участі в конфлікті, однак фіксують факти агресивної поведінки в колективі. Така позиція є пасивною, але водночас демонструє обізнаність студентів із проявами булінгу у своєму оточенні. Отримані дані дозволяють зробити висновок про наявність помірно розподіленої структури

булінгу серед студентів-чоловіків, де домінують ролі булера, помічника та спостерігача, а рівень захисної поведінки залишається недостатнім.

Результати діагностичного дослідження дозволяють зробити висновок що серед студентів-чоловіків переважають ролі ініціатора, помічника та спостерігача, тоді як захисна поведінка виражена слабо, що свідчить про потребу в розвитку активної протидії булінгу та підвищенні рівня емпатії.

Наступний крок нашого дослідження полягав у використанні методики «Булінг структура» серед студенток-дівчат. Аналіз отриманих результатів за методикою «Структура булінгу» (див. рис.2.3) серед студенток вказує на певні особливості розподілу ролей у ситуаціях булінгу.

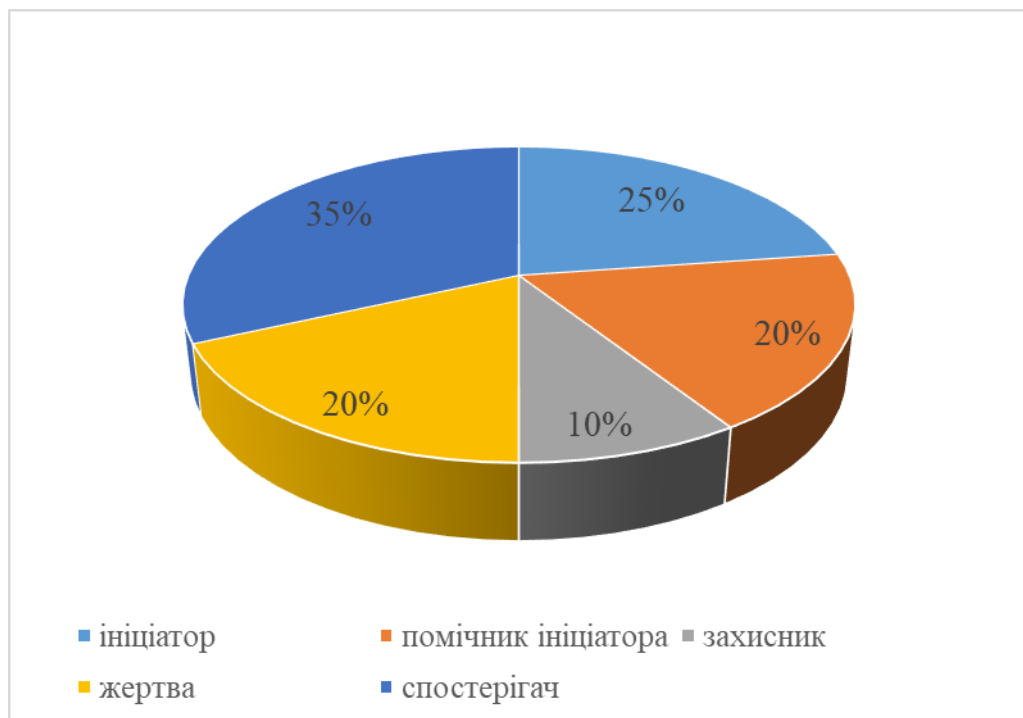


Рис. 2.3. Результати дослідження за методикою "Булінг структури" серед студенток

Виявлено, що 25 % респонденток ідентифікують себе як ініціаторки булінгу, що є вищим показником порівняно зі студентами-чоловіками. Роль помічниці ініціатора обирають 30 % дівчат, що свідчить про значну частку осіб, залучених до підтримки або сприяння агресивним діям. Лише 10 % опитаних студенток виступають у ролі захисниць жертв, що вказує на недостатню готовність до активного втручання та протидії булінгу. Така ж частка (10 %) ідентифікує себе як жертви, що може свідчити про порівняно нижчу суб'єктивну схильність до переживання ситуацій цькування.

Результати дослідження свідчать про те, що серед студенток спостерігається підвищена активність у ролях ініціаторки та помічниці булінгу, що може вказувати на вищий рівень залученості до агресивних дій порівняно зі студентами-чоловіками. Водночас низькі показники щодо ролей захисниць і жертв демонструють недостатню готовність до активного протистояння булінгу та меншу схильність до переживання ситуацій насильства. Значна частка спостерігачів серед дівчат (35 %) вказує на обізнаність щодо проблеми булінгу, однак водночас свідчить про домінування пасивної поведінкової стратегії в умовах конфліктних ситуацій. Така тенденція підкреслює необхідність формування в студентському середовищі вищого рівня соціальної відповідальності та розвитку навичок конструктивного втручання.

На основі узагальнених результатів, отриманих за методикою «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, можна охарактеризувати рівні тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності серед 20 студентів, які брали участь у дослідженні. Отримані дані є інформативними для аналізу емоційно-поведінкових особливостей студентської молоді та визначення напрямів психологічної підтримки.

На рис. 2.4. відображено узагальнені рівні тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності серед 20 студентів, на якому продемонстровано розподіл за низьким, середнім і високим рівнями кожного з показників у

відсотковому співвідношенні.

Більшість студентів (47,5 %) мають високий рівень тривожності, що свідчить про емоційне напруження, внутрішній неспокій та схильність до тривожних переживань. Ще 42,5 % респондентів перебувають на середньому рівні тривожності, що вказує на помірну емоційну нестабільність. Лише 10 % студентів продемонстрували низький рівень тривожності, тобто емоційну врівноваженість і спокій.

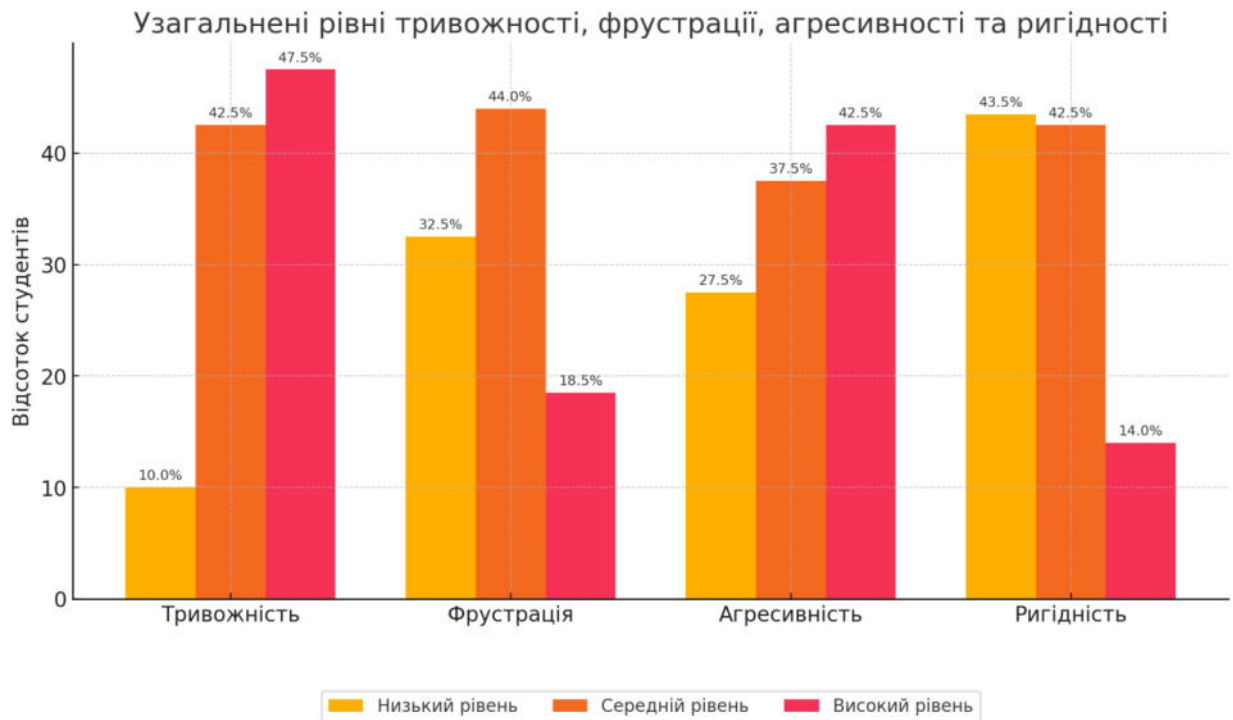


Рис. 2.4. Рівні психічних станів за методикою "Самооцінка психічних станів" (Г.Айзенка)

Щодо фрустрації, 44 % студентів виявили середній рівень, що відображає помірну чутливість до труднощів та напругу, пов'язану з незадоволеністю особистими досягненнями. 32,5 % мають низький рівень фрустрації, що свідчить про емоційну стійкість та адаптивність. Водночас 18,5 % студентів перебувають на високому рівні, що може свідчити про підвищену емоційну вразливість та ймовірність емоційних зривів у складних ситуаціях.

Досить високим виявився рівень агресивності: 42,5 % студентів виявили високі показники, що може свідчити про схильність до

імпульсивних та конфліктних форм поведінки. 37,5 % респондентів продемонстрували середній рівень агресивності, що свідчить про наявність емоційної напруги, яка може проявлятися у відповідь на зовнішні подразники. Лише 27,5 % досліджуваних продемонстрували низький рівень агресивності, що є свідченням сформованої саморегуляції та конструктивної поведінки в соціальних ситуаціях.

Щодо ригідності, найбільша частка студентів продемонструвала низький рівень 43,5 %, що свідчить про гнучкість мислення та здатність до адаптації. 42,5 % респондентів продемонстрували середній рівень ригідності, що вказує на помірну схильність до шаблонних способів мислення та поведінки. Лише 14 % студентів мають високий рівень ригідності, що може вказувати на труднощі в пристосуванні до нових або стресових обставин.

Узагальнюючи, можна зробити висновок, що серед студентів переважають високі показники тривожності та агресивності, що є ознакою емоційної напруги та може ускладнювати міжособистісну взаємодію. Водночас рівні фрустрації та ригідності в основному перебувають у межах середніх або низьких значень, що свідчить про відносну адаптивність студентів. Проте наявність частина осіб із високими показниками за всіма шкалами потребує уваги з боку психологічної служби, що підкреслює необхідність проведення цілеспрямованої психопрофілактичної роботи, спрямованої на розвиток емоційної стійкості, конструктивної комунікації та зниження рівня психоемоційного напруження серед студентської молоді.

Результати, отримані за методикою «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, дозволяють охарактеризувати рівні тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності серед студентів (див. рис. 2.5), що є важливими показниками емоційно-поведінкових особливостей і можуть бути чинниками схильності до участі в булінгових ситуаціях або їх переживання.

Тривожність. Показники рівня тривожності серед студентів засвідчують домінування високого рівня у 45 % хлопців та 50 % респонденток, що

свідчить про наявність стійкого емоційного напруження, підвищеної стурбованості та схильності до тривожних переживань. Середній рівень тривожності зафіксовано у 40 % студентів і 45 % студенток, що вказує на помірну емоційну нестабільність у значної частини студентів. Низький рівень виявлено лише у 15 % студентів та 5 % студенток, що свідчить про обмежену кількість осіб, які демонструють емоційну стійкість.

Таким чином, можна зробити висновок, що більшість студентів перебуває у стані підвищеної тривожності, що може негативно впливати на їхній психоемоційний стан, міжособистісні стосунки та загальну соціально-психологічну адаптацію.

Фрустрація. Результати дослідження рівня фрустрації серед студентів свідчать про те, що найбільша частка респондентів — 43 % хлопців і 45 % студенток продемонстрували середній рівень фрустрації, що вказує на помірну емоційну чутливість до труднощів і перешкод у досягненні цілей, а також на потенційну напругу, пов'язану з незадоволеністю особистими результатами. Низький рівень фрустрації спостерігається у 30 % студентів і 35 % студенток, що свідчить про вищу адаптивність та емоційну стійкість до фрустраційних чинників. Високий рівень фрустрації зафіксовано у 17 % респондентів-хлопців і 20 % студенток, що може свідчити про підвищену вразливість до емоційних зривів, роздратування й зниження самоконтролю в умовах перешкод. Загальна тенденція результатів вказує на те, що більшість студентів перебуває в межах адаптивного (середнього або низького) рівня фрустрації, однак існує частка осіб із високими показниками, що потребують уваги в контексті психопрофілактичної роботи.

Агресивність. Показники агресивності серед студентів свідчать про те, що високий рівень спостерігається у 40 % респондентів-хлопців та 45 % студенток, що може вказувати на потенційну схильність до конфліктної поведінки, імпульсивності та ускладнення міжособистісних взаємин. Середній рівень агресивності зафіксовано у 35 % студентів і 40 % респонденток-дівчат, що свідчить про наявність поміркованої агресивної

реактивності. Низький рівень спостерігається у 25 % студентів і 30 % студенток, що може бути показником стабільної емоційної регуляції та конструктивної поведінки в соціальних ситуаціях. Загалом, отримані дані засвідчують відносно високий рівень агресивних тенденцій серед значної частини студентської молоді, що може впливати на якість їхніх соціальних контактів.

Ригідність. На основі отриманих результатів встановлено, що серед хлопців-учасників дослідження 45 % мають середній рівень ригідності, 40 % — низький рівень, а 15 % — високий. Серед дівчат 40 % продемонстрували середній рівень ригідності, 47 % — низький та 13 % — високий рівень.

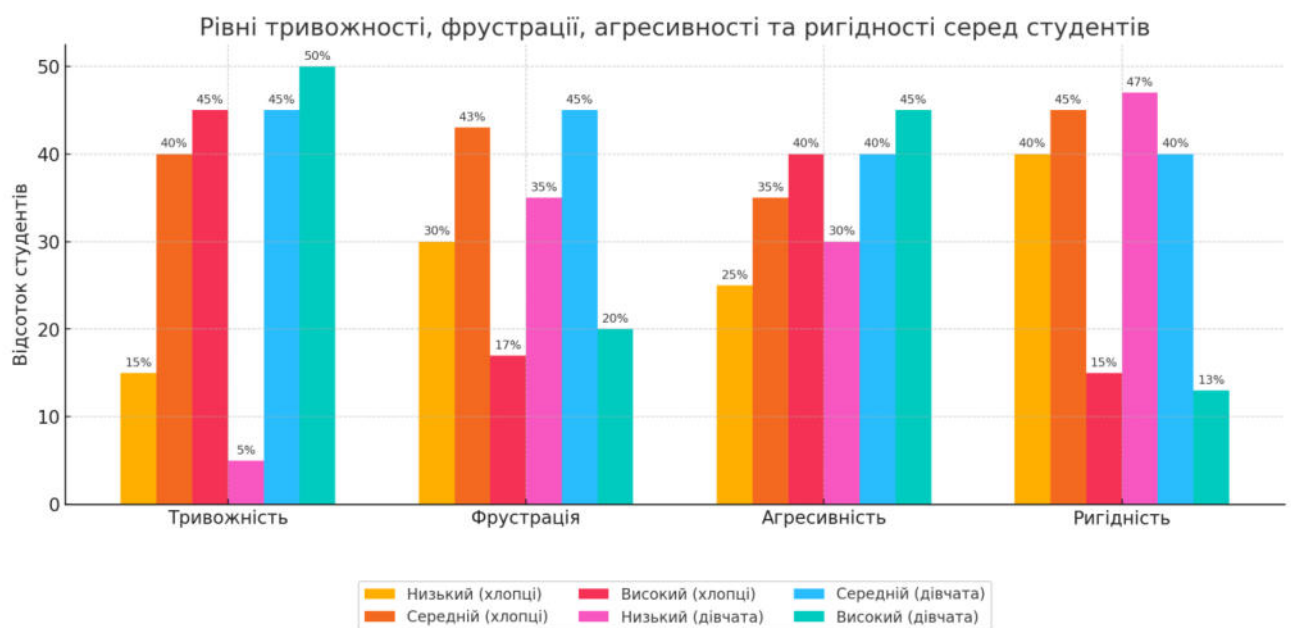


Рис. 2.5. Рівні психічних станів серед студентської молоді за статевою ознакою

Зазначені дані можуть свідчити про наявність у частини респондентів схильності до використання стандартних способів реагування, труднощів у адаптації до нових умов або ж переваги знайомих підходів і моделей поведінки, що відповідають усталеним уявленням. Такий рівень ригідності може свідчити про знижену адаптивність особистості, недостатню

когнітивну гнучкість та схильність до психологічної дезорганізації в умовах новизни або стресу.

Отримані результати свідчать про те, що значна частина студентів має емоційні особливості, які потребують уваги з боку фахівців психологічної служби закладів вищої освіти. Високий рівень тривожності й агресивності, наявність помірної або підвищеної фрустрації та ригідності можуть ускладнювати процеси соціальної адаптації, ефективної комунікації та емоційної саморегуляції. Зазначене підкреслює необхідність систематичної психопрофілактичної та корекційної роботи, спрямованої на розвиток емоційної компетентності, навичок стресостійкості та конструктивної взаємодії у студентському середовищі.

З метою глибшого аналізу феномену булінгу серед студентської молоді було застосовано Текст опитувальника Д. Ольвеуса для оцінки рівня булінгу і ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти (адаптація Л. Найдьонової, Н. Дятел), яка дозволяє оцінити ступінь залученості особистості до булінгової поведінки як з боку агресора, так і з боку жертви (пасивний булінг, або віктимізація) [44, С. 84-90].

Аналіз результатів, отриманих серед 20 студентів, узгоджується з попередніми даними за методиками «Булінг-структура» Є. Г. Норкіної та «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, що дає змогу простежити взаємозв'язок між емоційними станами та ролями в ситуаціях булінгу (див. рис.2.6).

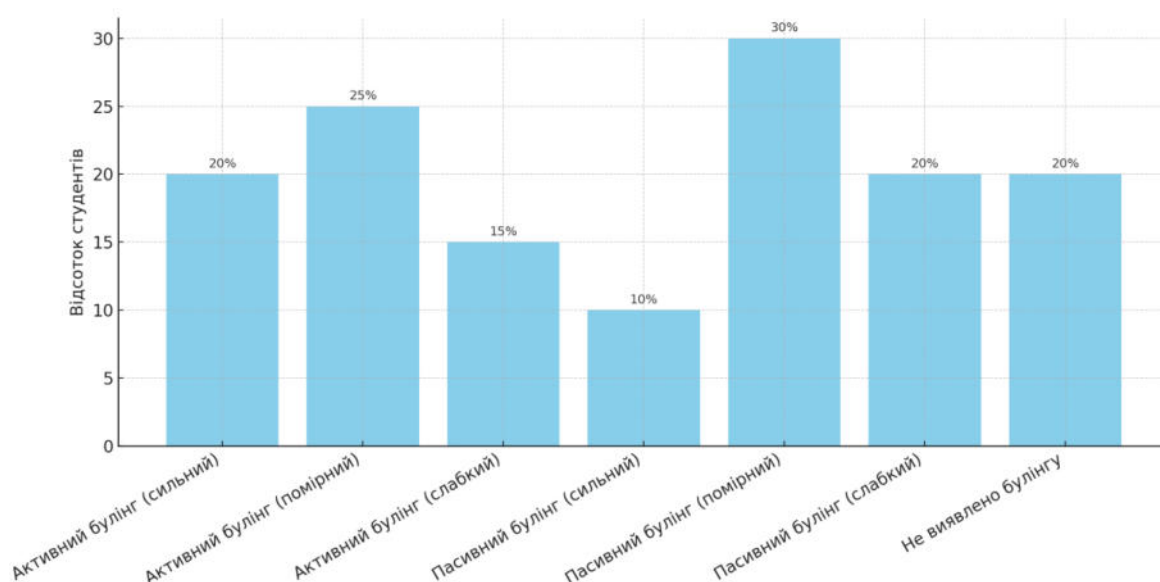


Рис. 2.6. Рівні залученості студентів у булінгові ситуації за методикою Д. Ольвеуса

Згідно з отриманими результатами, активний булінг (прямий чи непрямий прояв агресії) має різний ступінь вираженості у значної частини студентів. Так, сильно виражений активний булінг спостерігається у 4 респондентів (20 %), що, вочевидь, відповідає групі ініціаторів і частково помічників, зафіксованих у попередньому етапі дослідження. Помірно виражена агресивна поведінка виявлена у 5 осіб (25 %), а слабо виражена — у 3 студентів (15 %). Таким чином, загалом 12 студентів (60 %) демонструють різний ступінь залученості до активних форм булінгу.

Щодо пасивного булінгу, або віктимізації, то результати свідчать про те, що сильно виражена схильність до булінгу як жертви простежується у 2 студентів (10 %), що збігається з показниками тривожності та фрустрації, виявленими за методикою Айзенка, та частково з групою «жертв» за структурною методикою Норкіної. Помірно виражена віктимізація виявлена у 6 студентів (30 %), а слабо виражена — у 4 осіб (20 %). Отримані результати свідчать про те, що загалом 12 студентів (60 %) мають схильність до віктимної поведінки, навіть якщо не завжди усвідомлюють або відкрито

ідентифікують себе як жертви. Інші 4 студенти (20 %) не виявили виражених ознак ні агресора, ні жертви, що може відповідати ролі пасивного спостерігача або соціально нейтральної позиції в ситуаціях конфлікту.

Таким чином, результати дослідження за методикою Д. Ольвеуса підтверджують складність і багаторівневність феномену булінгу серед студентської молоді. Виявлена значна частка респондентів, що демонструють або агресивну поведінку, або схильність до віктимізації, співвідноситься з результатами попередніх методик і підкреслює потребу в цілеспрямованій психологічній роботі. Особливу увагу варто звернути на розвиток емпатії, навичок ненасильницького спілкування, стресостійкості та формування активної позиції у спостерігачів, які потенційно можуть стати захисниками у ситуаціях булінгу.

2.3. Психологічні рекомендації щодо профілактики та подолання булінгу

На основі результатів емпіричного дослідження, що включало застосування методик «Булінг-структура» Є. Г. Норкіної, «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, а також опитувальника Д. Ольвеуса, було виявлено низку емоційно-поведінкових чинників, що впливають на участь студентів у булінгових ситуаціях як з боку агресора, так і з боку жертви. З огляду на ці результати, а також на положення Положення ІДГУ щодо запобігання та протидії булінгу, дискримінації та неетичній поведінці [51], сформульовано комплекс психологічних рекомендацій, спрямованих на профілактику й подолання булінгу в закладі вищої освіти.

Передусім, важливим кроком у напрямі профілактики булінгу є створення безпечного освітнього середовища. Згідно з розділом 2 Положення, учасники освітнього процесу мають право на повагу до людської гідності, свободи та рівності, а також на захист від принижень, насильства, дискримінації, цькування та іншої неетичної поведінки. Це передбачає не лише нормативно-правові гарантії, а й психологічну підтримку з боку

фахівців закладу.

У дослідженні було виявлено, що 47,5 % студентів мають високий рівень тривожності, а 42,5 % — агресивності, що вказує на необхідність впровадження систематичних психоедукаційних програм, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту, навичок саморегуляції, стресостійкості та ненасильницького спілкування. Згідно з Положенням, ІДГУ забезпечує доступ до психолого-педагогічної підтримки для студентів, які зазнають булінгу або є його свідками (розділ 3.3). Також актуальним є виявлення осіб із віктимною поведінкою, оскільки понад 60 % студентів за методикою Д. Ольвеуса виявили ознаки різного ступеня пасивного булінгу. Це вимагає індивідуальної психологічної допомоги, спрямованої на підвищення самооцінки, розвиток асертивності та підтримку у подоланні наслідків психотравмуючих ситуацій.

Значна частка респондентів (20–35 %) ідентифікували себе як спостерігачі булінгових ситуацій, що вказує на потребу у формуванні активної соціальної позиції в освітньому середовищі. Положення ІДГУ наголошує на обов'язку усіх учасників освітнього процесу негайно інформувати уповноважених осіб про випадки булінгу, а також вживати заходів для захисту постраждалих (розділ 5.2).

Крім того, значна роль у профілактиці булінгу відводиться викладачам та адміністрації. Згідно з Положенням, працівники ЗВО повинні не лише реагувати на випадки порушення етичних норм, а й ініціювати заходи підтримки та виховного впливу, брати участь у формуванні безпечного мікроклімату, а також проходити відповідне навчання щодо реагування на прояви насильства та цькування.

Важливим є запровадження регулярного моніторингу проявів булінгу завдяки опитуванню, психологічній діагностиці, аналізу соціальної взаємодії, що передбачено положенням як обов'язкова складова системи внутрішнього забезпечення якості освіти та безпечного освітнього середовища.

Таким чином, ефективна профілактика та подолання булінгу в закладах

вищої освіти можлива лише за умов поєднання психологічної підтримки, правових механізмів, освітніх заходів і культури взаємоповаги. Системний підхід, який враховує психологічні особливості студентської молоді, дозволить знизити рівень агресивної поведінки, підтримати осіб, що зазнають насильства, та сформувати сприятливе й безпечне середовище для всіх учасників освітнього процесу.

Забезпечення психологічної безпеки, доброзичливого мікроклімату та формування підтримувального середовища є ключовими умовами ефективної протидії булінгу в закладах вищої освіти.

Враховуючи сучасні наукові підходи, викладені у публікаціях і методичних розробках (М. Давидюк, Д. Матіюк, С. Музика [15], Л. А. Найдьонова [44], Наказ МОН України [45], В. В. Байдик, Ю. П. Гопкало, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, М. В. Саврасов [56], В. Л. Андрєєнкова, В. О. Мельничук, О. А. Калашник [55], Н. Прібиткова [52] виокремимо низку практичних рекомендацій щодо запобігання булінгу у закладах освіти:

- розвиток студентських ініціатив та підтримуючих спільнот. Як зазначають М. Давидюк, Д. Матіюк і С. Музика [15], створення об'єднань за інтересами, клубів підтримки та волонтерських груп сприяє соціальній згуртованості, формує довірливі стосунки між учасниками освітнього процесу та знижує рівень міжособистісної напруги;
- проведення тренінгових програм із розвитку соціально-психологічних компетентностей. Систематичне впровадження тренінгів, спрямованих на формування комунікативних навичок, конструктивного вирішення конфліктів, емоційної саморегуляції та ненасильницької поведінки, є важливою складовою комплексної профілактики булінгу, що підтримується у методичних розробках [58];
- формування толерантного освітнього середовища. За рекомендаціями методичних посібників, підготовлених за участі МОН України, ЮНІСЕФ та ГО «Ла Страда – Україна», важливо реалізовувати

програми з розвитку культури поваги, гендерної рівності, недискримінації, що сприяє створенню атмосфери прийняття та безпеки [51; 53; 57];

- забезпечення доступу до психологічної допомоги. Організація якісної системи психологічного супроводу студентів, які переживають насильство, ізоляцію чи соціальну тривожність, є необхідною умовою запобігання булінгу. Практичні моделі такої підтримки описано в роботах М. Давидюк, Д. Матюка, С. Музики [15], О. В. Демченка, В. В. Науменка, О. К. Мельничука [16], Т. П. Миколаєнка [43], Л. А. Найдьонової [44], В. В. Байдик, Ю. П. Гопкало, І. О. Корнієнка, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороза, М. В. Саврасова [56], В. Л. Андрєєнкової, В. О. Мельничука, О. А. Калашника [55].

- освітньо-просвітницькі заходи з тематики булінгу. Рекомендується впровадження в навчальний процес тематичних занять, лекцій та інформаційних кампаній, спрямованих на формування обізнаності щодо природи, форм і наслідків булінгу, а також способів його подолання. Зокрема, доцільним є застосування модульного підходу та міждисциплінарної взаємодії [51; 53; 57].

- підтримка відкритого діалогу та ініціатив з боку студентів. Організація дискусійних платформ, круглих столів і відкритих зустрічей, у яких студенти можуть висловлювати власну позицію та долучатися до вирішення конфліктних ситуацій, сприяє підвищенню рівня відповідальності за соціальне середовище.

Зазначені рекомендації ґрунтуються на системному підході до профілактики булінгу та сприяють формуванню цілісної політики недопущення психологічного насильства у вищій школі. Їх реалізація передбачає міждисциплінарну співпрацю, залучення усіх учасників освітнього процесу та розвиток соціальної відповідальності студентської молоді. З метою запобігання проявам булінгу та формування здорової соціально-психологічної атмосфери в закладах вищої освіти доцільно впроваджувати тренінгові та освітньо-виховні заняття, спрямовані на

розвиток ключових навичок міжособистісної взаємодії, емоційної зрілості та толерантності. Нижче подано орієнтовні напрями таких програм:

Розвиток емпатії та емоційної чутливості. Програма спрямована на підвищення здатності до співпереживання та розуміння емоцій інших. Передбачає проведення рольових ігор, дискусій, обговорення життєвих ситуацій, у яких важливо проявляти емпатійне ставлення до співрозмовника.

Тренінг міжособистісної комунікації. Заняття орієнтовані на формування ефективних навичок слухання, вираження власної думки, ведення діалогу без агресії, а також на розвиток впевненості у спілкуванні. Практикуються вправи на зворотний зв'язок, активне слухання, парафраз тощо.

Навчання конструктивному вирішенню конфліктів. Метою є розвиток вмінь вирішувати суперечності у групі мирним шляхом, з урахуванням інтересів усіх сторін. Студенти знайомляться з техніками медіації, аналізують конфлікти з досвіду та відпрацьовують алгоритми дій.

Інтерактивні заняття з формування толерантності. Тематика охоплює питання культурного розмаїття, поваги до інакшості, гендерної рівності, інклюзії. Використовуються мультимедійні презентації, кейси, дебати на тему прав людини й боротьби з дискримінацією.

Розвиток емоційного інтелекту. Заняття фокусуються на здатності студентів усвідомлювати власні емоції, регулювати їх та ефективно взаємодіяти в емоційно насичених ситуаціях. Включають роботу з емоційними картами, техніки саморефлексії, вправи на керування гнівом і тривогою.

Рольові вправи та симуляційні ігри. Методика занурення в моделювання конфліктних ситуацій дозволяє студентам прожити різні ролі (жертви, свідка, агресора) та знайти більш адаптивні моделі поведінки. Доповнюються обговоренням результатів у групі.

Усі зазначені програми можуть бути адаптовані до потреб конкретної цільової групи студентів, їхнього віку, спеціальності, запитів, а також

реалізовані як окремі модулі в межах загального курсу з психологічної культури чи громадянської освіти. Їх реалізація сприятиме не лише зниженню ризику булінгу, а й розвитку емоційної грамотності, зрілої міжособистісної взаємодії та загальної психологічної стійкості студентської молоді. Пропонуємо наступний варіант тренінгу.

Тренінгова програма: «Стоп булінг: шлях до взаємоповаги».
Тривалість: 3 заняття по 90 хвилин.

Мета: сформувати у студентів розуміння природи булінгу, розвинути навички ненасильницької комунікації, емпатії та саморегуляції

Заняття 1. Булінг: розпізнати – означає зупинити.

Мета заняття: сформувати базові знання про булінг, його форми та учасників, розвинути навички розпізнавання прихованих форм агресії.

Зміст заняття: Вступна вправа "Очікування та побоювання" – учасники записують очікування від тренінгу.

Міні-лекція: визначення булінгу, його форми (фізичний, психологічний, кібербулінг, соціальний), ролі учасників (булер, жертва, спостерігач, захисник)

Вправа "Лінія згоди". Учасники займають позицію на уявній лінії згідно зі своїм ставленням до суперечливих тверджень (наприклад: "Якщо не бііш — це не булінг"; "Краще не втручатися"), аргументують свою позицію.

Вправа "Скляна стіна". Частина групи стає в коло, не допускаючи одної особи; пізніше обговорюють почуття виключеного та тих, хто не пускав.

Рефлексивне коло: "Що нового я дізнався? Як я тепер розумію булінг?"

Заняття 2. Емпатія як захист: розвиваємо здатність розуміти інших.

Мета заняття: розвивати здатність до емпатії та розуміння інших, як спосіб запобігання агресивній поведінці.

Зміст заняття: Вправа "У чужих черевиках". Учасники отримують картки з ролями (жертва, булер, спостерігач), уявляють себе в цій ролі та описують емоції, думки, потреби.

Міні-обговорення: як емпатія допомагає змінювати поведінку.

Вправа "Коло підтримки". Кожен учасник отримує аркуш із своїм іменем, інші пишуть на ньому позитивні якості або риси, за які його цінують. Обговорення: що означає бути підтриманим? Як ми можемо підтримувати інших у складних ситуаціях?

Рефлексія: "Яку роль у групі я відчуваю найближчою до себе?"

Заняття 3. Конфлікти без агресії: як говорити, щоб почули.

Мета заняття: навчити студентів конструктивної комунікації в конфліктних ситуаціях, формувати навички саморегуляції.

Зміст заняття: Міні-лекція: агресія та пасивність – крайнощі спілкування. Що таке "Я-повідомлення" і як воно допомагає у складній розмові.

Вправа "Я-повідомлення". Учасники перетворюють агресивні або звинувачувальні фрази на конструктивні. Наприклад: "Ти мене дратуєш" → "Я відчуваюся роздратованим, коли мене перебивають".

Вправа «Рольові сцени»: у парах або трійках учасники відтворюють типові конфліктні ситуації (з гуртожитку, групи, пари) та відпрацьовують різні моделі поведінки. Рефлексія: "Який інструмент я запам'ятав і хочу використати?".

Підсумок: загальне обговорення та самооцінка ("Що я заберу з цього тренінгу?"). За потреби — інформування про можливість звернення до психолога або участі в розширених програмах підтримки.

Запропонована тренінгова програма є практично орієнтованим інструментом профілактики булінгу в студентському середовищі. Комплексний підхід сприяє підвищенню толерантності, формуванню відповідального ставлення до міжособистісних відносин, зниженню агресивних проявів. Проведення таких занять рекомендовано як складову системної роботи психологічної служби ЗВО.

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

Проведене емпіричне дослідження дозволило комплексно проаналізувати психологічні особливості булінгу серед студентської молоді, зокрема поведінкові ролі учасників і їхні емоційні характеристики.

За методикою «Булінг-структура» Є. Г. Норкіної встановлено, що значна частина студентів ідентифікує себе як ініціатори (20–25 %), помічники (20–30 %), жертви (10–20 %), спостерігачі (20–35 %) і захисники (10–25 %). Виявлено гендерні відмінності: студентки частіше виконують активні ролі (ініціаторки, помічниці), тоді як хлопці — переважно пасивні (жертви, спостерігачі).

Методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка засвідчила високі рівні тривожності (45–50 %) та агресивності (40–45 %), що вказує на емоційну напруженість і ризик деструктивної взаємодії. Середні рівні фрустрації та ригідності (43–45 %) свідчать про помірну адаптивність та обмежену когнітивну гнучкість.

Згідно з методикою Д. Ольвеуса, 60 % студентів демонструють різні форми активного булінгу, ще 60 % — пасивного булінгу (віктимізації). Частина респондентів (20 %) займає нейтральну позицію, що може відповідати ролі спостерігача.

Комплекс психологічних рекомендацій, сформульованих на основі емпіричного дослідження, спрямований на попередження та подолання булінгу в студентському середовищі. Високі показники тривожності, агресивності та віктимної поведінки серед студентів зумовлюють необхідність системної психопрофілактичної роботи в ЗВО. Рекомендації: тренінгові програми та інтерактивні заходи сприяють розвитку емоційної чутливості, комунікативних навичок і конструктивного вирішення конфліктів. Реалізація таких заходів у рамках політики психологічної безпеки закладу освіти є ефективним кроком у створенні безпечного й толерантного освітнього середовища.

ВИСНОВКИ

Бакалаврське дослідження присвячене вивченню психологічних особливостей булінгу як соціально-психологічного явища в освітньому середовищі закладу вищої освіти. Здійснений теоретико-емпіричний аналіз дав змогу реалізувати поставлену мету — комплексно дослідити природу булінгу у студентському середовищі. Опрацювання наукових джерел дозволило визначити основні його форми, причини, механізми виникнення та наслідки, охарактеризувати поведінкові ролі учасників і виокремити ключові психологічні чинники, що сприяють його поширенню.

Проведене теоретико-емпіричне дослідження підтверджує, що булінг у закладах вищої освіти є складним багаторівневим соціально-психологічним феноменом, який негативно впливає як на окремих учасників освітнього процесу, так і на академічне середовище загалом. Булінг проявляється в різних формах насильства — фізичному, психологічному, вербальному, соціальному та кібербулінгу — та характеризується систематичністю, дисбалансом сил й тривалим психоемоційним впливом на постраждалу особу. Виявлено, що причини виникнення булінгу мають багатофакторний характер й охоплюють особистісні (тривожність, ригідність, емоційна нестабільність), соціальні (дисфункційне середовище, слабкий соціальний контроль), сімейні та суспільно-культурні детермінанти. Особливої уваги заслуговує кібербулінг, який в умовах цифровізації набуває нових масштабів і ускладнює ідентифікацію агресора.

Булінг спричиняє комплексні негативні наслідки, що проявляються у психологічній, фізичній, соціальній, академічній та організаційній сферах життєдіяльності особистості. Зазначено, що жертви булінгу мають підвищену вірогідність розвитку тривожних і депресивних розладів, посттравматичного стресового розладу, соціальної ізоляції та суїцидальної поведінки. Агресори демонструють знижений рівень емпатії та труднощі емоційної регуляції. Свідки булінгу зазнають підвищеного стресу та соціального відчуження.

Встановлено, що булінг у закладах вищої освіти дестабілізує довіру в академічному середовищі, погіршує психологічний мікроклімат колективу та знижує ефективність освітнього процесу.

Актуальним завданням постає впровадження психопрофілактичних заходів, з тренінгових програм і психологічних інтервенцій, спрямованих на розвиток соціально-психологічних компетентностей. Результативність таких заходів підтверджується як практикою роботи психологічних служб, так і положеннями нормативно-правових документів, що регламентують забезпечення безпечного освітнього середовища. Встановлено, що ефективна протидія булінгу в ЗВО можлива лише за умови цілісного підходу, який поєднує психоедукацію, індивідуальну підтримку, активізацію студентських ініціатив та розвиток культури ненасильства в академічному середовищі.

Проведене емпіричне дослідження надало змогу здійснити комплексний аналіз психологічних особливостей булінгу в студентському середовищі та виявити специфіку поведінкових ролей учасників булінгових ситуацій і їхні емоційно-поведінкові характеристики. Так за результатами методики «Булінг-структура» Є. Г. Норкіної, встановлено, що значна частина студентів ідентифікує себе як учасників булінгових ситуацій у різних ролях: ініціаторів (20–25 %), помічників (20–30 %), жертв (10–20 %), спостерігачів (20–35 %) та захисників (10–25 %). Особливу увагу привертають відмінності у розподілі ролей за статевою ознакою. Студентки частіше беруть на себе активні ролі, такі як ініціаторки та помічниці, тоді як студенти-чоловіки частіше виступають у ролях спостерігачів і жертв, що свідчить про різну поведінкову включеність у ситуації булінгу та вказує на потребу у гендерно чутливих підходах до профілактики насильства в освітньому середовищі.

Результати дослідження за методикою Г. Айзенка дозволили охарактеризувати психоемоційний стан студентської молоді. Встановлено, що значна частина респондентів має високий рівень тривожності (45–50 %) та агресивності (40–45 %), що свідчить про виражену емоційну напруженість,

підвищену дратівливість і схильність до конфліктної поведінки. Середній рівень фрустрації (43–45 %) і ригідності (40–45 %) свідчить про наявність помірної емоційної чутливості до труднощів та обмеженої гнучкості у мисленні, що може перешкоджати ефективній адаптації до стресових ситуацій. Аналіз даних, отриманих за методикою Д. Ольвеуса, засвідчує, що булінг є поширеним явищем серед студентської молоді. Більшість учасників дослідження (60 %) демонструють залучення до активного булінгу, що свідчить про наявність агресивної поведінки різного ступеня інтенсивності. Також у 60 % респондентів виявлено ознаки пасивного булінгу (віктимізації), що вказує на значну кількість студентів, які перебувають у позиції жертви або схильні до переживання психологічного тиску. Частина студентів (20 %) не виявила ознак участі у булінгових ситуаціях, що свідчить про дотримання нейтральної позиції або ролі спостерігача. Профілактика булінгу в студентському середовищі виступає пріоритетним напрямом психологічної діяльності в закладах вищої освіти, оскільки цей феномен має деструктивний вплив на психоемоційний стан здобувачів освіти, міжособистісний клімат академічного середовища та рівень їхньої учбової мотивації.

Результати проведеного дослідження підтверджують ефективність використання тренінгових форм роботи як психолого-педагогічного засобу розвитку емпатії, комунікативної компетентності, емоційної саморегуляції, стресостійкості та навичок конструктивного розв'язання конфліктів. Узагальнюючи отримані дані зазначимо, що застосування практикоорієнтованих методик — зокрема рольових вправ, рефлексивних обговорень і тренінгів емоційної чутливості — сприяє усвідомленню природи агресивної поведінки та формуванню установок на ненасильницьку міжособистісну взаємодію. Системне впровадження зазначених практик у межах психопрофілактичної роботи, заснованої на принципах поваги та активного слухання, спрямоване на зниження рівня тривожності, підвищення згуртованості студентських груп та формування безпечного освітнього середовища.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Барліт О. Ю., Барліт О. О. Булінг у соціальному середовищі: сутність, види та форми прояву. Педагогічний дискурс. 2021. № 30. С. 36–41.
2. Бондар В., Лях Т., Нохріна І. Системний підхід до профілактики булінгу в закладі загальної середньої освіти. Ввічливість. Humanitas. 2023. №2. С. 3-11.
3. Васильєва О. А. Булінг закладах освіти—соціально-психологічні аспекти. Сучасна психологія: проблеми та перспективи. Збірник наукових праць. Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2020. С. 33-37.
4. Васильєва О. Система психологічної профілактики шкільного насильства в початкових класах. Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету: збірник наукових праць. Серія: Педагогічні науки. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2020. Вип. 49. С. 7-14.
5. Видра О. Г. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. для ВНЗ / Міністерство освіти і науки України; Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка. Київ: Центр учбової літератури, 2019. 111 с
6. Винничук Р. О., Федік С. В. Психологічні ресурси підлітка у кризовий період. Вісник Львівського університету. Серія психологічна. 2021. Вип. 12. С. 89–97.
7. Власенко Ю. О. Соціальні мережі та кібербулінг: аналіз проблеми та шляхи вирішення. Психологія і суспільство. 2019. № 16(1). С. 34-48.
8. Гаврилова Н. А. Психологічна агресія серед студентської молоді: прояви та профілактика. Психологія і суспільство. 2021. № 2. С. 41–46.
9. Гайдай Н. В. Психологічна характеристика булінгу в студентському середовищі. Наука і освіта. 2020. № 3. С. 97–101.
10. Герасимчук В. П. Фактори булінгу серед школярів: дослідження соціальних причин. Соціальна психологія та освіта. 2020. № 20(3). С. 56-68.
11. Гречана Н. П. Соціально-психологічні аспекти кібербулінгу в освітньому середовищі. Соціальна психологія в освіті. 2020. № 18(3). С. 64-78.

12. Григоровська Л. В. Агресія як деструктивний феномен студентського середовища. Молодь і ринок. 2020. № 6. С. 112–116.
13. Гнатюк О. В. Роль викладача у профілактиці булінгу серед студентів. Педагогічна освіта: теорія і практика. 2020. № 28. С. 133–137.
14. Гура В.С., Содолєвська Т. В. Булінг як соціально-психологічна проблема сучасного освітнього середовища. Психологія і суспільство. 2024. № 1. С. 45–52.
15. Давидюк М., Матіюк Д., Музика С. Профілактика булінгу в закладі освіти: ефективні європейські практики. Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія. 2022. № 71. С. 109–115.
16. Демченко О. В. Проблема запобігання та протидії булінгу в освітньому середовищі закладу вищої освіти / О. В. Демченко, В. В. Науменко, О. К. Мельничук. Педагогічна академія. 2023. № 2(3). С. 45–52.
17. Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)», 2019. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/2657-19#Text>].
18. Заредінова Е.Р. Формування соціокультурних цінностей студентів в освітньому середовищі закладу вищої освіти: теорія і методика. Монографія / Е.Р. Заредінова. Київ: Видавничий Дім „Слово”, 2020. 372 с.
19. Зеленська Л. Д., Васильєва М. В. Проблема запобігання та протидії булінгу в освітньому середовищі закладу вищої освіти (за результатами моніторингового дослідження). Педагогічна академія: наукові записки. 2024. № 8.
20. Карамушка Л. М. Психологічна безпека освітнього середовища: теоретико-методологічні аспекти. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 144 с.
21. Ковальчук А. М. Репутація вищих навчальних закладів і булінг. Львів: Каменярь, 2019. 250 с.
22. Коваленко О. В. Проблеми булінгу в студентському середовищі:

- соціально-психологічні наслідки. Київ: Видавництво "Освітянська думка", 2020. С. 45-57.
23. Козак І. В. Кібербулінг серед підлітків: соціально-психологічні аспекти. Психологія освіти та науки. 2020. № 19(4). С.77-89.
24. Коваль Л. О. Психологічні стратегії подолання булінгу в освітньому середовищі. Вісник НУ «Львівська політехніка». Педагогічні науки. 2019. № 3(11). С. 98-104.
25. Костєва Т. Б. Психологічний супровід здобувачів освіти в умовах соціальних ризиків. Психологія і суспільство. 2022. № 2. С. 48–53.
26. Котлова О. В. Тривожність старшокласників як чинник дезадаптації в умовах воєнного стану. Освіта і розвиток обдарованої особистості. 2023. № 5. С. 121–127.
27. Кулешова О. В., Міхеєва Л. В. Булінг в освітньому середовищі: аналіз, шляхи подолання. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2019. № 1. С. 154–158.
28. Лавріненко Л. Н. Психологічні аспекти підтримки ментального здоров'я школярів. Психологія і педагогіка: науково-практичний журнал. 2022. № 3. С. 64–69.
29. Лалак Н., Пеняк В. Шкільний булінг як актуальна педагогічна проблема сьогодення. Освіта і наука. 2019. Вип. 1. С. 132-135.
30. Левченко І. А. Булінг як форма деструктивної взаємодії в освітньому середовищі. Психологія і педагогіка. 2021. № 1. С. 63–68.
31. Лисенко І. М. Соціально-психологічні аспекти кібербулінгу в студентському середовищі. Соціальна психологія. 2020. № 4. С. 55–60.
32. Лигута Н. Б. Ментальне здоров'я в контексті сучасних викликів. Український психологічний журнал. 2023. № 1. С. 20–27.
33. Литвиненко А. В. Психологічні наслідки кібербулінгу: дослідження сучасних форм насильства в онлайн-просторі. Журнал психології вищої школи. 2021. № 22(1), С. 102-115.
34. Литвиненко О. В. Агресивна поведінка учнів у школах: соціально-

- психологічні аспекти. Психологія освіти та виховання. 2019. № 16(1). С. 81-94.
35. Литвинова Т. І. Психологічні фактори агресії серед молоді. Одеса: ОДУ, 2019. 210 с.
 36. Левченко І. А. Булінг як форма деструктивної взаємодії в освітньому середовищі. Психологія і педагогіка. 2021. № 1. С. 63–68.
 37. Максименко С. Д. Психологія особистості: підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2020. 400 с.
 38. Мартиненко С. М., Дроботько І. Д. Психоемоційна сфера підлітків у кризових умовах. Освіта і розвиток обдарованої особистості. 2023. № 4. С. 75–81.
 39. Максьом К. В. Психологічні чинники прояву булінгу серед студентської молоді. Сучасна психологія: теорія і практика. 2025. № 1. С. 102–108.
 40. Мельник Т. І. Кібербулінг і академічна успішність: зв'язок та способи протидії в університетах. Психологія та освіта. 2022. № 23(2). С. 55-69.
 41. Мельниченко М. В. Агресивна поведінка студентів: соціально-психологічні аспекти. Київ: Нова думка, 2020. 240 с.
 42. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників: Збірник практичних матеріалів. Київ, 2020. 132с.
 43. Миколаєнко Т. П. Превенція булінгу в університетах. Одеса: ОДУ, 2020. 270 с.
 44. Найдьонова Л.А. Діагностика булінгу і кібербулінгу: методичні рекомендації. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Вид. 2-ге, доп. Київ, 2020. 105 с.
 45. Наказ Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646 «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти». <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0111-20#Text>
 46. Олійник О. В. Булінг у студентському середовищі: психологічні аспекти прояву та профілактика. Психологічний журнал, 2021. №1(45), с. 45–51.
 47. Ольвеус Д. Булінг у школі: що ми знаємо і що можемо зробити / Д.

Ольвеус; пер. з англ. К.: Видавнича група «Основа», 2003. 144 с.

48. Павлик Н. В. Особливості соціалізації студентської молоді в умовах нестабільності. Психологія і суспільство. 2021. № 1. С. 77–84.
49. Панок В. Г. Психологічний супровід розвитку дитини в освітньому просторі. Київ: Міленіум, 2021. 200 с.
50. Періг І. М. Психолого-педагогічний супровід у системі освіти: теорія і практика. Харків : Вид. група «Основа», 2022. 160 с.
51. Положення про запобігання та протидію булінгу (цькуванню), дискримінації, сексуальним домаганням та іншим проявам неетичної поведінки <https://surl.li/iwmnzf>
52. Прібиткова Н. Булінг у закладах освіти: поняття, структура, причини та шляхи подолання. Сучасні проблеми правового, економічного та соціального розвитку держави. Харків, 2020. С. 58–61.
53. Превенція агресивності та насилля в освітньому середовищі: методичні рекомендації / О. Ю. Дроздов, Л. В. Живолуп, О. В. Ніжинська, Я. В. Сухенько; за ред. Я. В. Сухенка. Полтава: ПОППО, 2019. 80 с.
54. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню). <https://www.rada.gov.ua/>
55. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник. / Андрєєнкова В. Л., Мельничук В. О., Калашник О. А. К.: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 132 с.
56. Психологічна безпека освітнього середовища: методи, технології, шляхи формування: практичний посібник / авт. кол: В. В. Байдик, Ю. П. Гопкало, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, М. В. Саврасов; за наук. ред. Н. В. Лунченко. НАПН України, Укр. наук.- метод. центр практ. психол. і соц. роботи. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2024. 134 с.
57. Психічний супровід і психічне здоров'я: навчальний посібник. Том. 2 / С.Д. Максименко, О.Д. Гришко. Київ: Видавництво Людмила, 2024. 468 с.
58. Руденко Ю. Ю., Руденко С. А. Емоційне благополуччя здобувачів

- освіти: напрями психологічної підтримки. Психологія і педагогіка. 2023. № 2. С. 38–42.
59. Седих С. О., Мишко А. А. Психологічні наслідки булінгу в підлітковому середовищі. Психологія та особистість. 2022. № 2(22). С. 104–112.
 60. Савченко В. О. Соціальні наслідки булінгу в закладах вищої освіти. Черкаси: Черкаський університет, 2021. 280 с.
 61. Слюсаревський М. М. Ментальне здоров'я нації: виклики воєнного часу. Український психологічний журнал. 2023. № 2. С. 5–11.
 62. Смирнова О. В. Психологічні аспекти булінгу серед студентів: діагностика, вплив і профілактика. Харків: ХНУ, 2019. 320 с.
 63. Степанюк О. В. Академічна агресія як латентна форма булінгу у ЗВО. Психологічні перспективи. 2023. Вип. 40. С. 89–94.
 64. Соболев Є. Ю., Корнійченко А. О. Булінг в освітньому середовищі – детермінанти та форми. Наукові записки Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія: Право, 2020. № 8. С. 4–9.
 65. Тарасенко А. В. Онлайн-булінг: характеристика явища та наслідки для психічного здоров'я. Соціальна психологія в умовах цифрової ери. 2021. № 17(4). С. 22–37.
 66. Титаренко Т. М. Психологія посттравматичного зростання. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2020. 172 с.
 67. Ткачишина О. Р. Теоретико-методологічні засади збереження ментального здоров'я особистості в умовах війни. Психологія і суспільство. 2023. № 3. С. 59–65.
 68. Турченок М. О. Соціально-психологічні чинники булінгу в студентському середовищі. Актуальні проблеми психології. 2021. Т. 17. С. 121–126.
 69. Хоріна О. І. Психологічна культура як ресурс безпеки освітнього середовища. Психологічні перспективи. 2021. Вип. 38. С. 129–134.
 70. Шандрук С. К., Рибалка В. В. Система психолого-педагогічного

супроводу у ЗВО. Наука і освіта. 2022. № 4. С. 101–106.

71. Шевченко В. М. Соціальна психологія конфліктів у навчальних закладах. Київ: Вид-во «Наукова думка», 2019. 304 с.

72. Шевчук О. С. Психологічні чинники формування булінгу серед молоді. Молодь і ринок. 2019. № 10. С. 71–75.

73. Чередниченко І. І. Вплив соціальних мереж на агресивну поведінку молоді: психологічний аспект. Психологія і соціум. 2020. № 19(2). С. 54-67.

74. Centers for Disease Control and Prevention. The Relationship Between Bullying and Suicide: What We Know and What It Means for Schools. Atlanta: National Center for Injury Prevention and Control, 2014. 36 p. Режим доступу: <https://stacks.cdc.gov/view/cdc/34163> (дата звернення: 06.05.2025).

75. Coloroso B. The bully, the bullied, and the bystander: From preschool to high school – how parents and teachers can help break the cycle of violence. New York: HarperCollins, 2003. 218 p. Режим доступу: <https://www.harpercollins.com/products/the-bully-the-bullied-and-the-bystander-barbara-coloroso> (дата звернення: 06.05.2025).

76. Espelage D. L., Swearer S. M. Bullying in North American schools: A social-ecological perspective on prevention and intervention. New York: Routledge, 2010. 320 p. Режим доступу: <https://www.routledge.com/Bullying-in-North-American-Schools/Espelage-Swearer/p/book/9780415806558> (дата звернення: 06.05.2025).

77. Espelage D. L., Swearer S. M. Research on school bullying and victimization: What have we learned and where do we go from here? School Psychology Review. 2003. Vol. 32, No. 3. P. 365–383. Режим доступу: <https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1153&context=edpsychpapers> (дата звернення: 06.05.2025).

78. Hazler R. J., Miller D. L., Carney J. V., Green S. Bullying and victimization: Perceptions of adolescents and their parents. Journal of Counseling & Development. 2001. Vol. 79, No. 3. P. 356–362. Режим доступу:

https://www.researchgate.net/publication/297150373_School_bullying_A_crisis_or_an_opportunity

(дата звернення: 06.05.2025).

79. Lane D. The bullying problem: How to deal with difficult children. London: Jessica Kingsley Publishers, 2004. 172 p. Режим доступу: <https://www.amazon.com/Bullying-Problem-Deal-Difficult-Children/dp/1843101458>

(дата звернення: 06.05.2025).

80. Olweus D. Bullying at school: What we know and what we can do. Oxford: Blackwell, 1993. 140 p. Режим доступу: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/pits.10114>

(дата звернення: 06.05.2025).

81. Pepler D., Craig W. Making a difference in bullying. Toronto: LaMarsh Centre for Research on Violence and Conflict Resolution, York University, 2000. 48 p. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/228552712_Making_a_difference_in_bullying

(дата звернення: 06.05.2025).

82. Pepler D. J., Craig W. M. Understanding and addressing bullying: An international perspective. PrevNet Series. 2013. No. 1. P. 5–19. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/286270754_Understanding_and_addressing_bullying_An_international_perspective

(дата звернення: 06.05.2025).

83. Randall P. Bullying in Adulthood: Assessing the Bullies and Their Victims. London: Routledge, 1997. 152 p. Режим доступу: <https://www.routledge.com/Adult-Bullying-Perpetrators-and-Victims/Randall/p/book/9780415126731>

(дата звернення: 06.05.2025).

84. Smith P. K., Mahdavi J., Carvalho M., Fisher S., Russell S., Tippett N. Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. Journal of Child

Psychology and Psychiatry. 2008. Vol. 49 (4). P. 376–385. Режим доступа:
<https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>
(дата звернення: 06.05.2025).