



УДК 159.942

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-5\(45\)-2003-2014](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-5(45)-2003-2014)

Васильєва Ольга Анатоліївна кандидат педагогічних наук, доцент кафедри загальної та практичної психології, Ізмаїльський державний гуманітарний університет, м. Ізмаїл, <https://orcid.org/0000-0001-7586-2156>

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У ПОДОЛАННІ НАСЛІДКІВ БУЛІНГУ: ПРАКТИКИ І ПЕРСПЕКТИВИ У ЗВО

Анотація. У статті розкрито проблему булінгу в закладах вищої освіти як складного багаторівневого соціально-психологічного явища, що зумовлює тривалий вплив на емоційне благополуччя студентської молоді та загальний соціальний клімат академічного середовища. Обґрунтовано актуальність дослідження у світлі зростання проявів агресивної поведінки, трансформації соціальних норм, зниження рівня психологічної культури студентів та впливу цифрового середовища. Проаналізовано наукові підходи до розуміння феномену булінгу, визначено основні чинники його виникнення, серед яких виокремлено особистісні, сімейні, соціальні та суспільні аспекти. Охарактеризовано психологічні механізми, що сприяють розвитку булінгових практик, зокрема фрустраційної агресії, соціального моделювання, ідентифікації з агресором, деіндивідуалізації та стигматизації. Окрема увага приділяється аналізу наслідків булінгу для жертв, агресорів і спостерігачів, які проявляються у порушенні соціально-психологічної адаптації, емоційній нестабільності, зниженні самооцінки та соціальній ізоляції. У статті виокремлено основні загрози для психологічної безпеки освітнього середовища, що виникають внаслідок поширення булінгу, та описано негативні наслідки. Зазначено, що ефективне реагування на проблему булінгу вимагає комплексного підходу, що включає як індивідуальні інтервенції, так і системні зміни в організації освітнього процесу. Описано основні напрями практичної психологічної допомоги: розвиток студентських ініціатив і підтримуючих спільнот, проведення тренінгів з розвитку комунікативних навичок і емоційної саморегуляції, моніторинг міжособистісних відносин для своєчасного виявлення ризиків, індивідуальне консультування студентів у кризових ситуаціях, психоедукаційні заходи для підвищення обізнаності про булінг та способи самопідтримки, кризову інтервенцію та інтеграцію просвітницьких програм до освітнього процесу. Представлено систему практичних рекомендацій для формування безпечного середовища у ЗВО. Зазначено, що розвиток культури ненасильницької взаємодії та формування нульової толерантності до агресивної поведінки постають ключовими чинниками запобігання булінгу серед студентської молоді.



Ключові слова: психологічна допомога, булінг, заклад вищої освіти, насильство, освітнє середовище, профілактика, кризова інтервенція.

Vasylieva Olha Anatoliivna PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of General and Practical Psychology, Izmail State Humanitarian University, Izmail, <https://orcid.org/0000-0001-7586-2156>

PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN OVERCOMING THE CONSEQUENCES OF BULLYING: PRACTICES AND PROSPECTS IN HIGHER EDUCATION

Abstract. The article reveals the problem of bullying in higher education institutions as a complex multi-level socio-psychological phenomenon, which causes a long-term impact on the emotional well-being of students and the general social climate of the academic environment. The relevance of the study is substantiated in light of the increase in manifestations of aggressive behavior, the transformation of social norms, the decline in the level of psychological culture of students and the influence of the digital environment. Scientific approaches to understanding the phenomenon of bullying are analyzed, the main factors of its occurrence are identified, among which personal, family, social and public aspects are highlighted. Psychological mechanisms that contribute to the development of bullying practices are characterized, in particular, frustration aggression, social modeling, identification with the aggressor, deindividuation and stigmatization. Special attention is paid to the analysis of the consequences of bullying for victims, aggressors and observers, which are manifested in impaired socio-psychological adaptation, emotional instability, reduced self-esteem and social isolation. The article identifies the main threats to the psychological safety of the educational environment arising from the spread of bullying and describes the negative consequences. It is noted that an effective response to the problem of bullying requires a comprehensive approach, including both individual interventions and systemic changes in the organization of the educational process. The main areas of practical psychological assistance are described: the development of student initiatives and support communities, training in the development of communication skills and emotional self-regulation, monitoring of interpersonal relationships for timely identification of risks, individual counseling of students in crisis situations, psychoeducational measures to increase awareness of bullying and methods of self-support, crisis intervention and integration of educational programs into the educational process. A system of practical recommendations for the formation of a safe environment in higher education institutions is presented. It is noted that the development of a culture of non-violent interaction and the formation of zero tolerance for aggressive behavior are key factors in preventing bullying among students.





Keywords: psychological assistance, bullying, higher education institution, violence, educational environment, prevention, crisis intervention.

Постановка проблеми. Проблема булінгу в сучасному освітньому просторі, зокрема в закладах вищої освіти, набуває дедалі більшої актуальності у зв'язку з поширенням агресивних моделей поведінки, зниженням рівня психологічної культури молоді, трансформацією соціальних норм і впливом цифрового середовища. Незважаючи на потенціал для особистісного зростання, студентське середовище не є винятком щодо виявів психологічного насильства, цькування, соціального відчуження та інших форм міжособистісної агресії.

У закритому соціальному мікросередовищі закладу вищої освіти (ЗВО) прояви булінгу часто маскуються під «жарти», емоційне знецінення, ігнорування або непрямі форми дискримінації. Недостатня обізнаність як студентів, так і викладачів щодо ознак і наслідків булінгу зумовлює ігнорування таких проявів або ухилення від їх вирішення. Тим часом їхній вплив на психоемоційний стан, самооцінку, мотивацію до навчання та загальне ментальне здоров'я здобувачів вищої освіти може бути значним і тривалим.

У зв'язку з цим особливої ваги набуває проблема організації ефективної психологічної допомоги студентам, які стали жертвами булінгу. У сучасних закладах вищої освіти психологічна допомога особам, які зазнали булінгу, здебільшого має фрагментарний та формалізований характер, що знижує її ефективність у подоланні наслідків психологічного насильства. Такий підхід не забезпечує комплексної реалізації основних напрямів психологічної підтримки, зокрема системної профілактики та заходів постінцидентного супроводу. Відсутність цілісної моделі реагування на булінг, обмежені ресурси психологічної служби та низький рівень взаємодії між адміністрацією, викладачами й фахівцями психологічної служби ЗВО знижують ефективність заходів, спрямованих на подолання наслідків психологічного насильства.

Крім того, низький рівень обізнаності студентів щодо шляхів отримання психологічної допомоги, страх стигматизації та зневіра в ефективності втручань часто стають бар'єрами для звернення по підтримку. Зазначене зумовлює потребу в розробленні та впровадженні комплексної, науково обґрунтованої стратегії психологічної допомоги з врахуванням як індивідуальних особливостей студентів, так і соціокультурних характеристик освітнього середовища. Особливого значення набуває необхідність переосмислення підходів до психологічної допомоги в закладах вищої освіти, створенні безпечного освітнього середовища та формування в студентській молоді навичок емоційної саморегуляції, емпатії й соціальної відповідальності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У наукових джерелах булінг розглядається не лише як форма міжособистісної напруженості або конфлікту, а як складний соціально-психологічний феномен. Проблема булінгу в





освітньому середовищі знайшла своє відображення в теоретичних дослідженнях, емпіричних даних, підходах до організації психологічної допомоги в роботах українських науковців серед яких О. В. Безпалько, Л. Зеленська, К. Максьом, Л. М. Карамушка, С. Д. Максименко, В. Г. Панок та ін.

Значний внесок у розробку теоретичних засад і практичних моделей реагування на булінг в освітньому середовищі започатковано зарубіжними дослідниками, серед яких В. Крейг, Д. Ольвеус, Д. Пеплер, С. М. Свірер. У своїх дослідженнях вчені акцентують увагу на важливості комплексного, системного підходу до профілактики булінгу, формування культури толерантності та створення безпечного і підтримувального освітнього середовища. Теоретичний аналіз проблеми дає підстави стверджувати, що тривале психологічне насильство в освітньому середовищі здатне спричинити глибокі психотравми, знижувати навчальну мотивацію, посилювати емоційні розлади, такі як тривожність і депресія, призводити до соціальної дезадаптації. Більшість теоретичних і прикладних досліджень із проблеми булінгу зосереджені на його подоланні і профілактиці серед дітей і підтків, що висвітлено в працях І Бондар, [1], В. П. Герасимчук [2], О. В. Кулешової, Л. В. Міхеєвої [3], Л. О. Шатирко [4].

Зазначимо, що проблематика психологічних проявів булінгу та надання психологічної підтримки здобувачам освіти залишається недостатньо дослідженою, зокрема щодо специфіки психологічної травматизації, розробки цілісних програм психокорекційної та психопрофілактичної допомоги для студентської молоді. В умовах воєнного стану та загального соціального напруження спостерігається зростання як прихованих, так і відкритих форм агресії, що суттєво ускладнює процес надання психологічної допомоги постраждалим від булінгу, посилюючи потребу в розробці цілісних підходів до подолання його наслідків в освітньому процесі (Н. А. Гаврилова [5], Л. М. Карамушка [6], І. М. Лисенко [7], С. Д. Максименко [8], В. Г. Панок [8], О. С. Шевчук [9] та ін.). У цьому контексті особливої актуальності набуває дослідження змісту психологічної допомоги, спрямованої на підтримку психоемоційного благополуччя учасників освітнього процесу та запобігання повторної віктимізації.

Метою статті є дослідження булінгу як соціально-психологічного феномена та обґрунтування рекомендацій щодо вдосконалення системи психологічної підтримки в закладах вищої освіти.

Виклад основного матеріалу. Проблема булінгу в освітньому середовищі набуває ознак сталого явища, що обумовлено зростанням агресивних проявів серед здобувачів освіти, особливо в умовах соціальної нестабільності, підвищеного стресового навантаження та глибинних трансформацій у суспільстві. Булінг розглядається як одна з форм психологічного насильства, яка проявляється у формі систематичного приниження, переслідування, соціального відчуження або ворожих дій щодо окремої особи. Як зазначають



дослідники Н.А. Гаврилова [5], І. М. Лисенко [7], О. С. Шевчук [9], цей феномен включає фізичну й психологічну агресію, а також кібербулінг, що набуває особливої актуальності в умовах цифровізації сучасного соціокультурного простору.

Дослідники А. О. Корнійченко, Є. Ю. Соболев [10] зазначають, що булінг у закладах освіти ускладнює процес соціалізації здобувачів освіти, дестабілізує емоційний стан і знижує рівень академічної успішності.

Булінг як форму психологічного насильства, що може виявлятися у фізичній, вербальній, соціальній та кіберагресії трактують науковці О. Безпалько [11], О. А. Васильєва [12], Н. А. Гаврилова [5], І. М. Лисенко [7], К. В. Максџом [13], Є. Ю. Соболев, А. О. Корнійченко [10]. У своїх дослідженнях вчені акцентують увагу на соціокультурній обумовленості проявів булінгу в освітньому просторі, особливо серед студентської молоді.

У вітчизняній та зарубіжній психологічній науці для позначення деструктивної міжособистісної взаємодії в різних соціальних контекстах використовується низка термінів, що відображають багатовимірну психологічну феноменологію залякування, приниження та систематичне цькування. В наукових джерелах (О. В. Безпалько [11], А. О. Корнійченко, Є. Соболев [10], О. С. Шевчук [9]) їх пояснюють як специфічну форму агресивної поведінки, спрямовану на завдання психологічної шкоди, блокування активності або навмисне обмеження дій іншої особи.

Дослідники (Н. А. Гаврилова [5], Л. М. Карамушка [6], О. С. Шевчук [9], О. І. Хоріна [14]) трактують таку поведінку як форму психологічного насильства або складного міжособистісного конфлікту, що виникає в ситуації систематичного домінування сильнішого над слабшим.

Проблема булінгу в закладах вищої освіти розглядається в науковій літературі як результат комплексної взаємодії низки чинників, що охоплюють особистісний рівень (індивідуально-психологічні характеристики, емоційну нестабільність, низький рівень емпатії), міжособистісні взаємини (особливості спілкування, соціальні ролі в колективі) та ширший соціокультурний контекст (соціальні установки, рівень толерантності в суспільстві, вплив медіа тощо)

Учені зазначають, що булінг не є випадковим явищем, а формується під впливом стійких когнітивно-поведінкових установок, сформованих у процесі соціального навчання, а також внаслідок несприятливого мікросоціального клімату в студентському середовищі. О. В. Безпалько, О.А. Васильєва [11; 12] Н. А. Гаврилова [5], Л. М. Карамушка [6], О. С. Шевчук [9]) відзначають, що серед провокуючих чинників булінгу в студентському середовищі особливе значення має незадоволеність базових психологічних потреб, зокрема у визнанні, безпеці та соціальній підтримці. У ситуаціях зростаючої конкуренції, міжособистісної напруженості або емоційної ізоляції незадоволені психологічні потреби можуть проявлятися у формі агресивної або домінантної поведінки щодо інших членів академічної спільноти.





У дослідженні К. В. Максьом [13] булінг у закладах вищої освіти розглядається як форма прихованого насильства, що маскується під соціально прийнятні практики такі як гумор або елементи неформальної субординації в студентських колективах. Автор зазначає, що досвід цькування в шкільному середовищі не опрацьований належним чином, може переноситися в нові соціальні ситуації університетського колективу.

Л. М. Карамушка розглядає булінг як наслідок порушення психологічної безпеки освітнього середовища, зумовлений відсутністю довіри, підтримки та поваги до особистої гідності [6]. На думку автора, низький рівень психологічної культури, емоційна неграмотність та толерантність до насильства серед дорослих сприяють нормалізації булінгової поведінки.

Порушення психологічної безпеки в закладі вищої освіти сприяє набуттю булінгом прихованого характеру, який проявляється у формі академічної агресії, особливо за умов ієрархічної взаємодії між студентами різних курсів [9]. Дослідники О. В. Безпалько [11], О. І. Хоріна [14] підкреслюють, що агресивна поведінка студентів формується в результаті порушення соціально-психологічної рівноваги в академічному середовищі і зумовлюється міжособистісною конкуренцією, емоційним напруженням та деформацією комунікативних зв'язків. Серед ключових причин, що сприяють виникненню булінгу дослідники виокремлюють вплив особливостей сімейного виховання, засвоєння медіа-моделей поведінки, зниження морально-етичних орієнтацій, низький рівень психологічної культури в освітньому колективі та толерантність до проявів насильства [9].

О. І. Хоріна вказує на недостатній рівень психологічної культури всіх учасників освітнього процесу закладу вищої освіти. Вчена підкреслює, що відсутність навичок ненасильницького спілкування та емоційної регуляції сприяє виникненню конфліктів і агресивної поведінки [14].

Отримані результати дослідження причин булінгу дозволяють розглядати це явище як наслідок комплексної взаємодії низки чинників, що зумовлюють агресивну поведінку в освітньому середовищі:

- особистісні чинники: до індивідуальних причин схильності до булінгу вчені відносять низку психологічних та поведінкових характеристик особистості: емоційну нестабільність, низький рівень емпатії, потребу в домінуванні, високий рівень тривожності, схильність до демонстративної поведінки, синдром дефіциту уваги з гіперактивністю, посттравматичні стани [8; 7; 13; 15; 16]);

- сімейні чинники: несприятливе родинне середовище з авторитарним вихованням, жорсткістю, домашнім насильством, гіперопікою або відсутністю емоційного контакту з батьками сприяє формуванню агресивних моделей поведінки у здобувачів вищої освіти [5; 10];

- соціальні чинники: прагнення до лідерства завдяки домінуванню, зіткнення субкультурних та ціннісних орієнтацій, нетолерантність до відмінностей, соціальна ізоляція або виключення з групи, відсутність належного



педагогічного контролю та підтримки, толерантність до агресії, а також пасивна позиція спостерігачів [2; 10; 11; 17];

- суспільні чинники: високий рівень соціальної напруги, економічна нестабільність, війна, міграційні процеси, правова безкарність за насильство, а також відсутність психосоціальної допомоги в ЗВО [6; 9];

Важливо відзначити, що механізми виникнення булінгу сприяють деструктивному процесу соціалізації, який супроводжується деформацією системи цінностей та соціальних установок здобувача вищої освіти. Вони становлять складний, багаторівневий процес, зумовлений взаємодією індивідуальних, міжособистісних та соціокультурних чинників. За висновками дослідників, основними психологічними механізмами, що сприяють розвитку булінгу в закладах вищої освіти постають:

- механізм фрустраційної агресії ґрунтується на припущенні, що в умовах фрустрації базових психологічних потреб (зокрема у визнанні, соціальній належності чи самореалізації) у студента накопичується внутрішнє емоційне напруження, яке трансформується в агресивні дії проти осіб, які сприймаються як вразливіші або слабші в межах соціальної групи, набуваючи форм вербального чи психологічного тиску [5; 6; 7; 8; 12];

- механізм соціального моделювання пояснює виникнення агресивної поведінки у студентській групі як результат засвоєння соціально схвалюваних зразків шляхом спостереження. Якщо в академічній групі булінг не засуджується, така поведінка стає соціально допустимою і закріплюється як групова норма [11; 14];

- ідентифікація з агресором постає як психологічний механізм, за якого студенти з досвідом насильства в шкільному середовищі, родині або інших соціальних контекстах відтворюють агресивну поведінку в нових ситуаціях як форму психологічного самозахисту або компенсації втрати безпеки, самоповаги та гідності [5; 6; 12; 15];

- механізм деіндивідуалізації полягає у зниженні рівня особистої відповідальності в умовах групової динаміки, що сприяє перетворенню булінгу на колективне явище: окремі учасники групи не сприймають себе як ініціаторів агресії, уникають почуття провини, а насильницька поведінка сприймається як норма [4; 5; 11];

- механізм стигматизації та соціального виключення проявляється у негативному ставленні до студентів, які відрізняються від групових норм (за зовнішністю, соціальним статусом, успішністю, культурними відмінностями), що сприяє їхньому цькуванню. Стигматизація легітимізує агресію, знижує особисту відповідальність агресорів і мінімізує наслідки їхніх дій [5; 7; 10; 11];

- механізм ротації ролей відображає динамічність булінгової взаємодії: жертва з часом може переходити в позицію агресора або спостерігача. Така мінливість ролей свідчить про динамічний характер процесу міжособистісної взаємодії в академічному середовищі [13];





- дефіцит емпатії знижує здатності до емоційного співпереживання, зумовлює байдужість або агресивність під впливом групового тиску та сприяє закріпленню принизливих форм міжособистісної взаємодії [5; 7; 13].

Узагальнення літературних джерел дозволяє стверджувати, що соціально-психологічні наслідки булінгу в студентському середовищі мають комплексний характер, оскільки впливають як на окремих учасників освітнього процесу, так і на загальний психологічний клімат закладу вищої освіти. Зазначимо, що психологічний вплив булінгу на жертв, агресорів і спостерігачів проявляється у порушенні процесів соціально-психологічної адаптації, емоційної нестійкості, зміні поведінкових реакцій та деформації міжособистісної взаємодії.

Аналіз літературних джерел та практика освітнього середовища дозволяє зазначити, що студенти, які постраждали від булінгу демонструють симптоми тривожності, депресії, хронічного стресу, що знижує їхню психологічну стійкості та спричиняє труднощі адаптації в освітньому середовищі.

У наукових дослідженнях підкреслюється, що емоційне напруження, відчуття самотності, зниження самооцінки та зневіра у власних силах, зумовлені систематичним булінгом, в окремих випадках здатні призвести до формування суїцидальних думок або спроб [5; 9; 10]. Тривалий тиск і агресивна поведінка з боку однолітків або викладачів формують у студентів відчуття вразливості та безпорадності, що сприяє розвитку песимістичного уявлень про світ, активізації механізмів психологічного захисту у формі втечі, заперечення або внутрішнього дистанціювання від реальності [5; 9].

Постійний булінг у студентському середовищі може призводити до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), який виявляється у тривожності, нічних кошмарах, емоційній пригніченості та соціальній ізоляції [4;13]. Зазначимо, що частина студентів демонструє схильність до самозвинувачення, що посилює внутрішній психологічний конфлікт і знижує ймовірність звернення по психологічну допомогу. Значної уваги потребують наслідки для агресорів, які беруть участь у цькуванні. Дослідження свідчать, що такі студенти прагнуть до домінування, імпульсивні, мають труднощі у формуванні конструктивної міжособистісної взаємодії [5; 7; 9].

Участь у булінгу як агресора сприяє формуванню у студента рис авторитарності, агресивності та жорстокості, що з часом набувають стійкого характеру й проявляються у подальших соціальних стосунках. За умов відсутності негативної соціальної оцінки така поведінка супроводжується зниженням рівня емпатії, порушеннями соціальних норм і сприяє виникненню девіантних форм взаємодії [12; 14; 17].

Аналіз наукових джерел виявив, що не менш значущими є психологічні наслідки для спостерігачів, які, хоча не є прямими учасниками конфлікту, переживають стрес, тривожність та страх бути втягнутими у ситуацію булінгу. У таких студентів може виникати відчуття провини за бездіяльність,





фрустрація, зумовлена безсиллям змінити ситуацію, а іноді — зниження моральної чутливості або звикання до насильства як до норми [5].

Окрім індивідуального впливу, булінг негативно впливає на загальну атмосферу в закладі вищої освіти, зумовлюючи зниження рівня психологічної безпеки, порушення комунікативних зв'язків, що призводить до ослаблення академічної мотивації та погіршення якості освітнього процесу (О. В.Безпалько [11], Л. М. Карамушка [6], О. І. Хоріна [14]). Прояви булінгу зумовлюють порушення соціальної згуртованості в академічному середовищі, що виявляється у зниження рівня довіри взаєморозуміння та підтримки між студентами.

Таким чином, соціально-психологічні наслідки булінгу в ЗВО характеризуються комплексністю і потребують системної роботи адміністрації закладу, психологічної служби, кураторів та викладачів. Своєчасне виявлення проявів булінгу та реалізація цілеспрямованих психопрофілактичних заходів сприятимуть зменшенню травматичних наслідків, створенню сприятливого середовища для особистісного розвитку та соціальної адаптації студентської молоді.

Здійснений аналіз літератури дозволяє дійти висновку, що соціально-психологічні наслідки булінгу в закладах вищої освіти проявляються як на індивідуальному рівні (емоційна нестабільність, зниження мотивації, порушення самооцінки), так і на груповому рівні (порушення соціальної згуртованості, втрата довіри, зниження психологічної безпеки). Психологічна допомога постає провідним чинником, спрямованим на відновлення психоемоційного благополуччя студентів та формування безпечного освітнього середовища.

З огляду на сучасні теоретико-методологічні підходи, висвітлені в наукових дослідженнях і методичних матеріалах щодо надання психологічної допомоги, виокремимо низку практичних рекомендацій, спрямованих на вдосконалення механізмів реагування та профілактики булінгу у закладах вищої освіти:

- розвиток студентських ініціатив та підтримуючих спільнот: створення клубів за інтересами, груп взаємопідтримки та волонтерських об'єднань сприяє формуванню соціальної згуртованості, довірливих взаємин, зниженню напруги, ізоляції, зміцненню емоційного добробуту здобувачів освіти [4; 17];
- проведення тренінгових програм психологічної допомоги, спрямованих на розвиток навичок комунікативної компетентності, конструктивного розв'язання конфліктів, емоційної саморегуляції та ненасильницької поведінки в реальних міжособистісних ситуаціях [3; 16];
- моніторинг міжособистісних відносин: анкетування, опитування та самооцінювання для своєчасного виявлення ризиків, впровадження превентивних заходів [1; 17];
- формування безпечного освітнього середовища: впровадження програм, спрямованих на розвиток культури поваги, гендерної рівності та толерантності;





- індивідуальне психологічне консультування студентів, які пережили булінг або перебувають у кризових ситуаціях [5; 15];
- психоедукаційна діяльність: проведення освітніх заходів з підвищення обізнаності про булінг, способів самопідтримки [9; 14];
- кризова інтервенція: короткострокова психологічна підтримки для стабілізації психічного стану після емоційних потрясінь або конфліктів [8];
- інтеграція просвітницьких заходів до освітніх програм з метою формування навичок протидії агресивній поведінці та підвищення культури ненасильницької взаємодії [7; 12];
- підтримка відкритого діалогу в студентському середовищі: організація дебатів, круглих столів і відкритих зустрічей, спрямованих на збереження психічного здоров'я всіх учасників освітнього процесу [1; 6; 14; 16; 17].

Результати вітчизняного моніторингового дослідження засвідчують актуальність створення та підтримки безпечного освітнього середовища у ЗВО, що вимагає системного підходу із впровадженням цілісних профілактичних заходів [17].

Висновки. У результаті здійсненого аналізу теоретичних джерел щодо проблеми булінгу дозволяє дійти висновку, що булінг у закладах вищої освіти є поширеним соціально-психологічним феноменом, який проявляється у різних формах міжособистісної агресії (фізичної, психологічної, соціальної, кібербулінгу) та має серйозні наслідки для психічного здоров'я, соціальної адаптації та навчальної мотивації студентської молоді.

Аналіз наукових джерел засвідчує, що булінг у закладах вищої освіти має багатовимірний вплив, який негативно позначається як на психологічному стані окремих студентів, так і на якості соціальної взаємодії в академічному середовищі. Встановлено, що основними психологічними механізмами виникнення булінгу серед студентської молоді постають фрустраційна агресія, соціальне моделювання, ідентифікація з агресором, деіндивідуалізація, стигматизація, ротація ролей і дефіцит емпатії. Недостатня обізнаність студентів і викладачів щодо ознак, механізмів та наслідків булінгу, низький рівень психологічної культури та толерантності до насильства сприяють ігноруванню проблеми і ускладнюють процес звернення по кваліфіковану допомогу.

Психологічна допомога у подоланні наслідків булінгу включає індивідуальне консультування, кризову інтервенцію, психоедукаційні заходи, підтримку розвитку емоційної саморегуляції, формування культури ненасильницької взаємодії та створення безпечного освітнього середовища. Ефективність системи профілактики та реагування на прояви булінгу у ЗВО визнається комплексним підходом, що передбачає розвиток студентських ініціатив, моніторинг психоемоційного клімату, інтеграцію просвітницьких заходів у навчальний процес та сприяння відкритому діалогу в академічному середовищі.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці й апробації програм психологічної допомоги для осіб, постраждалих від булінгу, а також у вивченні впливу медіа на формування агресивної поведінки серед студентської молоді.





Література:

1. Бондар І., Лях Т., Нохріна І. Системний підхід до профілактики булінгу в закладі загальної середньої освіти. *Humanitas*. 2023. № 2. С. 3–11.
2. Герасимчук В. П. Фактори булінгу серед школярів: дослідження соціальних причин. *Соціальна психологія та освіта*. 2020. № 20(3). С. 56–68.
3. 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.
4. Шатирко Л. О., Мойзріст О. М. Психологічні засоби запобігання явищам залякування та цькування (булінгу) в шкільному середовищі: практикум / за науковою редакцією академіка НАПН України С. Д. Максименка. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 46 с.
5. Гаврилова Н. А. Психологічна агресія серед студентської молоді: прояви та профілактика. *Психологія і суспільство*. 2021. № 2. С. 41–46.
6. Карамушка Л. М. Психологічна безпека освітнього середовища: теоретико-методологічні аспекти. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 144 с.
7. Лисенко І. М. Соціально-психологічні аспекти кібербулінгу в студентському середовищі. *Соціальна психологія*. 2020. № 4. С. 55–60.
8. Захист і підтримка ментального здоров'я українців в умовах воєнного стану: виклики і відповіді: монографія / НАПН України; за заг. ред. В. Г. Кременя; [В. Г. Панок, С. Д. Максименко, М. М. Слюсаревський, Л. І. Прохоренко, Н. В. Чепелева, Т. І. Куліш, С. Л. Чуніхіна, І. Г. Губеладзе, І. І. Ткачук, Н. А. Ярмола]. Київ, 2024. 188 с.
9. Шевчук О. С. Психологічні чинники формування булінгу серед молоді. *Молодь і ринок*. 2019. № 10. С. 71–75.
10. Соболь 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.
11. Безпалько О. В. Булінг в освітньому середовищі: соціально-педагогічні засади запобігання. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2020. № 2. С. 6–11.
12. Васильєва О. А. Булінг закладах освіти—соціально-психологічні аспекти. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи. Збірник наукових праць. Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2020. С. 33–37.*
13. Максьом К. В. Психологічні чинники прояву булінгу серед студентської молоді. *Сучасна психологія: теорія і практика*. 2025. № 1. С. 102–108.
14. Хоріна О. І. Психологічна культура як ресурс безпеки освітнього середовища. *Психологічні перспективи*. 2021. Вип. 38. С. 129–134.
15. 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.
16. Белкіна-Ковальчук О. Профілактика та подолання булінгу в закладах вищої освіти. *Humanitas*. 2021. № 1. С. 3–8.
17. 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.

References:

1. Bondar, I., Liakh, T., & Nokhrina, I. (2023). Systemnyi pidkhdid do profiklatyky bulinhu v zakladi zahalnoi serednoi osvity [Systematic approach to bullying prevention in secondary education institutions]. *Humanitas*, (2), 3–11. [in Ukrainian].
2. Herasymchuk, V.P. (2020). Faktory bulinhu sered shkoliariv: doslidzhennia sotsialnykh prychn [Factors of bullying among schoolchildren: Study of social causes]. *Sotsialna psykholohiia ta osvita*, 20(3), 56–68. [in Ukrainian].





3. Kuleshova, O.V., & Mikheeva, L.V. (2019). Bulinh v osvitnomu seredovyshchi: analiz, shliakhy podolannya [Bullying in the educational environment: Analysis and ways to overcome]. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya «Psykhologichni nauky», (1), 154–158. [in Ukrainian].
4. Shatyko, L.O., & Moizyst, O.M. (2023). Psykhologichni zasoby zapobihannya iavyscham zaliakuvannya ta tsukuvannya (bulinhu) v shkilnomu seredovyshchi: praktykum [Psychological means of preventing bullying phenomena in the school environment: Practicum]. Kyiv: Instytut psykhologii im. H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. [in Ukrainian].
5. Gavilova, N.A. (2021). Psykhologichna ahresiia sered studentskoi molodi: proiavy ta profiklatyka [Psychological aggression among student youth: manifestations and prevention]. Psykhologhiia i suspilstvo, (2), 41–46. [in Ukrainian].
6. Karamushka, L.M. (2022). Psykhologichna bezpeka osvitnoho seredovyshcha: teoretyko-metodologichni aspekty [Psychological safety of the educational environment: Theoretical and methodological aspects]. Kyiv: Instytut psykhologii im. H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy.
7. Lysenko, I.M. (2020). Sotsialno-psykhologichni aspekty kiberbulinhu v studentskomu seredovyshchi [Socio-psychological aspects of cyberbullying in the student environment]. Sotsialna psykhologhiia, (4), 55–60. [in Ukrainian].
8. Kremeni, V.H., Panok, V.H., Maksymenko, S.D., Sliusarevskyi, M.M., Prokhorenko, L.I., Chepeleva, N.V., Kuliš, T.I., Chunikhina, S.L., Hubeladze, I.H., Tkachuk, I.I., & Yarmola, N.A. (2024). Zakhyst i pidtrymka mentalnoho zdorovia ukraintsiv v umovakh voiennoho stanu: vyklyky i vidpovidi [Protection and support of mental health of Ukrainians under martial law: Challenges and responses]. Kyiv: [in Ukrainian]
9. Shevchuk, O.S. (2019). Psykhologichni chynnyky formuvannya bulinhu sered molodi [Psychological factors in the formation of bullying among youth]. Molod i rynok, (10), 71–75.
10. Sobol, Ye.Yu., & Korniihenko, A.O. (2020). Bulinh v osvitnomu seredovyshchi – determinanty ta formy [Bullying in the educational environment – determinants and forms]. Naukovi zapysky Tsentralnoukraiinskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Volodymyra Vynnychenka. Seriya: Pravo, (8), 4–9. [in Ukrainian].
11. Bepalko, O.V. (2020). Bulinh v osvitnomu seredovyshchi: sotsialno-pedahohichni zasady zapobihannya [Bullying in the educational environment: Socio-pedagogical foundations of prevention]. Sotsialna robota v Ukraini: teoriia i praktyka, (2), 6–11. [in Ukrainian].
12. Vasylieva, O.A. (2020). Bulinh zakladakh osvity – sotsialno-psykhologichni aspekty [Bullying in educational institutions – Socio-psychological aspects]. Suchasna psykhologhiia: problemy ta perspektyvy, 33–37. [in Ukrainian].
13. Maksom, K.V. (2025). Psykhologichni chynnyky proiavu bulinhu sered studentskoi molodi [Psychological factors of bullying among student youth]. Suchasna psykhologhiia: teoriia i praktyka, (1), 102–108. [in Ukrainian]
14. Khorina, O.I. (2021). Psykhologichna kultura yak resurs bezpeky osvitnoho seredovyshcha [Psychological culture as a resource for the safety of the educational environment]. Psykhologichni perspektyvy, (38), 129–134. [in Ukrainian].
15. Baidyk, V.V., Hopkalo, Yu.P., Korniihenko, I.O., Lunchenko, N.V., Lutsenko, Yu.A., Moroz, R.A., & Savrasov, M.V. (2024). Psykhologichna bezpeka osvitnoho seredovyshcha: metody, tekhnologii, shliakhy formuvannya [Psychological safety of the educational environment: Methods, technologies, ways of formation]. Kyiv: UNMTs praktychnoi psykhologii i sotsialnoi roboty.
16. Bielkina-Kovalchuk, O. (2021). Profiklatyka ta podolannya bulinhu v zakladakh vyshchoi osvity [Prevention and overcoming of bullying in higher education institutions]. Humanitas, (1), 3–8.
17. Zelenska, L.D., & Vasylieva, M.V. (2024). Problema zapobihannya ta protydii bulinhu v osvitnomu seredovyshchi zakladu vyshchoi osvity (za rezultatamy monitorynhovo doslidzhennia) [The problem of preventing and countering bullying in the educational environment of a higher education institution (based on monitoring research)]. Pedahohichna akademiia: naukovi zapysky, (8).

