

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Факультет гуманітарно-педагогічний

**ДОПУСКАЄТЬСЯ ДО
ЗАХИСТУ**

В.о. завідувача кафедри
соціальної роботи та реабілітації
доктор філософії, доцент
_____ Григоренко Т.В.
« _____ » _____ 2026 р.

**БАКАЛАВРСЬКА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на тему «СОЦІАЛЬНА ПРОФІЛАКТИКА ДЕСТРУКТИВНОГО
ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА»**

Спеціальність 231 Соціальна робота
(код і назва)

Гарант освітньої програми

Доктор педагогічних наук, професор
(науковий ступінь та вчене звання)

(підпис)

Осадченко І.І.
(ПІБ)

Керівник бакалаврської кваліфікаційної роботи

Доктор педагогічних наук, професор
(науковий ступінь та вчене звання)

(підпис)

Осадченко І.І.
(ПІБ)

Виконала

(підпис)

Радіонова М.Ю.
(ПІБ студента)

КИЇВ – 2026

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**
Факультет гуманітарно-педагогічний

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. завідувача кафедри
соціальної роботи та реабілітації
доктор філософії, доцент
_____ Григоренко Т.В.
« _____ » _____ 2026 р.

З А В Д А Н Н Я
на виконання бакалаврської кваліфікаційної роботи
студенту

_____ Радіоновій Марії Юріївні _____

Спеціальність 231 Соціальна робота

(код і назва)

Тема бакалаврської кваліфікаційної роботи «Соціальна профілактика деструктивного формування особистості підлітка»

затверджена наказом ректора НУБіП України від «16» березня 2026 р. № 779 «С»

Термін подання завершеної роботи (проекту) на кафедру «05» червня 2026 р.

(рік, місяць, число)

Вихідні дані до бакалаврської кваліфікаційної роботи (дипломного проекту бакалавра):
*наукові розробки вітчизняних і зарубіжних учених; матеріали періодичних видань;
навчальна та довідкова література з теми дослідження.*

Перелік питань, які потрібно розробити:

1. Проаналізувати наукові підходи до розуміння феномену булінгу, його сутності, видів та особливостей прояву в підлітковому середовищі.
2. Охарактеризувати особливості формування особистості підлітка та визначити чинники, що сприяють виникненню деструктивних змін під впливом булінгу.
3. Дослідити соціальні умови профілактики булінгу у сімейному та шкільному середовищі, визначити їхній вплив на поведінкові стратегії підлітків.
4. Розробити, впровадити та оцінити ефективність програми соціально-профілактичної роботи, спрямованої на запобігання булінгу та формування безпечної взаємодії у підлітковому середовищі.

Дата видачі завдання «19» вересня 2025 р.

Керівник бакалаврської кваліфікаційної роботи

(Керівник дипломного проєкту бакалавра)

_____ (підпис)

_____ Осадченко І.І.

(прізвище та ініціали)

Завдання прийняла до виконання

_____ (підпис)

_____ Радіонова М.Ю.

(прізвище та ініціали)

Реферат

Бакалаврська кваліфікаційна робота на тему «Соціальна профілактика деструктивного формування особистості підлітка» містить 78 сторінки друкованого тексту, 3 таблиці, 1 рисунки та додаток. Перелік використаних джерел налічує 63 найменування, з них 6 іноземними мовами.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та практичній розробці системи соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу та перевірки її ефективності.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові підходи до розуміння феномену булінгу, його сутності, видів та особливостей прояву в підлітковому середовищі.
2. Охарактеризувати особливості формування особистості підлітка та визначити чинники, що сприяють виникненню деструктивних змін під впливом булінгу.
3. Дослідити соціальні умови профілактики булінгу у сімейному та шкільному середовищі, визначити їхній вплив на поведінкові стратегії підлітків.
4. Розробити, впровадити та оцінити ефективність програми соціально-профілактичної роботи, спрямованої на запобігання булінгу та формування безпечної взаємодії у підлітковому середовищі.

Об'єкт дослідження – процес соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка.

Предмет дослідження – зміст, форми та методи соціально-профілактичної роботи щодо запобігання булінгу в підлітковому середовищі.

Структура роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

У першому розділі розкрито теоретичні засади соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу, проаналізовано сутність булінгу, його види та основні прояви,

охарактеризовано психолого-соціальні особливості формування особистості підлітка та визначено наслідки булінгу для особистісного розвитку.

У другому розділі досліджено соціальні умови та механізми профілактики деструктивного формування особистості підлітка, визначено роль сім'ї у запобіганні негативним змінам особистості, проаналізовано вплив шкільного середовища на профілактику булінгу та охарактеризовано діяльність соціального педагога у сфері попередження булінгової поведінки.

У третьому розділі представлено організацію та методику соціально-профілактичної роботи з підлітками, наведено результати впровадження профілактичної програми, розробленої на основі лекційних і тренінгових занять, здійснено оцінку її ефективності та сформульовано методичні рекомендації щодо соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітків в умовах булінгу.

Ключові слова: булінг, підліток, особистість, соціальна профілактика, шкільне середовище, сім'я, міжособистісні взаємини, агресія, соціальний педагог, профілактична програма.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА В УМОВАХ БУЛІНГУ.....	9
1.1. Поняття булінгу, його види та основні прояви в підлітковому середовищі.....	9
1.2. Психолого-соціальні особливості формування особистості підлітка.....	14
1.3. Деструктивний вплив булінгу на особистісний розвиток підлітка.....	20
Висновки до першого розділу.....	25
РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛЬНІ УМОВИ ТА МЕХАНІЗМИ ПРОФІЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА В УМОВАХ БУЛІНГУ.....	27
2.1. Роль сім'ї у профілактиці деструктивних змін особистості підлітка.....	27
2.2. Вплив шкільного середовища на запобігання булінгу серед підлітків.....	31
2.3. Діяльність соціального педагога у профілактиці булінгу.....	36
Висновки до другого розділу.....	41
РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА В УМОВАХ БУЛІНГУ.....	43
3.1. Організація та методика соціально-профілактичної роботи з підлітками.....	43
3.2. Аналіз результатів упровадження профілактичних заходів протидії булінгу.....	48
3.3. Методичні рекомендації щодо соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка.....	54
Висновки до третього розділу.....	57
ВИСНОВКИ.....	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	62
ДОДАТКИ.....	69

ВСТУП

Актуальність дослідження зумовлена зростанням поширеності булінгу в підлітковому середовищі, що негативно впливає на процес формування особистості, її соціалізацію та психоемоційний розвиток. Підлітковий вік характеризується підвищеною чутливістю до соціальних впливів, кризою ідентичності та активним формуванням ціннісних орієнтацій, що робить особистість особливо вразливою до деструктивних впливів. Агресивні взаємодії, систематичне приниження та соціальна ізоляція призводять до порушення емоційної рівноваги, зниження самооцінки та формування девіантних моделей поведінки. Наукові підходи до вивчення булінгу представлені у працях D. Olweus, який розглядає його як систематичну агресивну поведінку за умов нерівності сил, а також у дослідженнях українських учених, зокрема Т. І. Корнієнко, Н. І. Чернишової, О. М. Корнійчук, І. С. Гудкової, які акцентують увагу на соціально-психологічних чинниках виникнення та поширення булінгу серед підлітків. Вагомий внесок у дослідження особливостей підліткового віку здійснили Н. Ю. Максимова, Т. А. Рябовол, І. Ф. Манілов, які підкреслюють роль соціального середовища у формуванні поведінкових стратегій особистості. Поглиблене осмислення проблеми дозволяє розглядати булінг не лише як індивідуальну форму агресії, а як комплексне соціальне явище, що потребує системної профілактики.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та практичній розробці системи соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу та перевірки її ефективності.

Завдання дослідження:

5. Проаналізувати наукові підходи до розуміння феномену булінгу, його сутності, видів та особливостей прояву в підлітковому середовищі.
6. Охарактеризувати особливості формування особистості підлітка та визначити чинники, що сприяють виникненню деструктивних змін під впливом булінгу.

7. Дослідити соціальні умови профілактики булінгу у сімейному та шкільному середовищі, визначити їхній вплив на поведінкові стратегії підлітків.
8. Розробити, впровадити та оцінити ефективність програми соціально-профілактичної роботи, спрямованої на запобігання булінгу та формування безпечної взаємодії у підлітковому середовищі.

Об'єкт дослідження – процес соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка.

Предмет дослідження – зміст, форми та методи соціально-профілактичної роботи щодо запобігання булінгу в підлітковому середовищі.

Методи дослідження включають комплекс взаємодоповнюючих підходів. До теоретичних методів належать аналіз, узагальнення, систематизація та інтерпретація наукових джерел з проблеми булінгу та особистісного розвитку підлітків. Емпіричні методи представлені психодіагностичними методиками, зокрема опитувальником булінгу Ольвеуса та опитувальником міжособистісних взаємин PRQ для дітей, що дозволили виявити рівень агресивної поведінки, віктимізації та особливості соціальної взаємодії. До статистичних методів віднесено кількісний та порівняльний аналіз отриманих результатів, обчислення відсоткових показників та інтерпретацію динаміки змін. Вибірку дослідження склали 40 підлітків віком 13–15 років, серед яких умовно рівномірно представлені хлопці та дівчата.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні наукових уявлень про соціально-психологічні механізми формування деструктивних проявів у підлітковому віці, а також у систематизації підходів до профілактики булінгу в умовах освітнього середовища.

Практична значущість роботи полягає у розробці та впровадженні програми соціально-профілактичної роботи, яка включає лекційне заняття та соціально-психологічний тренінг, спрямовані на формування безпечної поведінки, розвиток емпатії та навичок ненасильницької взаємодії. Отримані

результати можуть бути використані у практиці соціальних педагогів, психологів та педагогічних працівників закладів освіти.

Апробація результатів дослідження. Радіонова М. Ю., Осадченко І. І. Соціальна профілактика деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу. *Ресурсно-орієнтоване навчання в «3D»: доступність, діалог, динаміка : збірник тез доповідей VI Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (м. Полтава, 19–20 лютого 2026 року)*. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2026. С. 506–507.

Структура бакалаврської роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, додатків та списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи становить .. сторінки, з них основний текст викладено на .. сторінках. Робота містить містить 78 сторінки друкованого тексту, 3 таблиці, 1 рисунки та додаток. Перелік використаних джерел налічує 63 найменування, з них 6 іноземними мовами.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА В УМОВАХ БУЛІНГУ

1.1. Поняття булінгу, його види та основні прояви в підлітковому середовищі

Проблематика булінгу в підлітковому середовищі посідає одне з центральних місць у сучасних психолого-педагогічних і соціальних дослідженнях, оскільки поєднує в собі індивідуально-психологічні, міжособистісні та соціокультурні виміри розвитку особистості. У науковому дискурсі булінг розглядається як специфічна форма насильницької взаємодії, що характеризується стійкістю, повторюваністю агресивних дій та наявністю асиметрії сил між учасниками. У підлітковому віці зазначене явище набуває особливої гостроти, адже процеси становлення ідентичності, самосвідомості та соціального статусу відбуваються в умовах підвищеної чутливості до оцінок з боку однолітків і значущих дорослих. Є.В. Кузьмінський наголошує, що булінг у шкільному середовищі виступає індикатором порушення соціальної рівноваги в групі та трансформації комунікативних норм підліткової спільноти [Кузьмінський Є.В., 2017, с. 65–71], тоді як Н.В. Лалак підкреслює його зв'язок із недостатнім рівнем психологічної безпеки освітнього середовища [Лалак Н.В., 2019, с. 34–36].

У вітчизняній науковій літературі булінг інтерпретується як соціально-психологічний феномен, що виникає в межах шкільних колективів і відображає глибші структурні проблеми освітнього середовища. Дослідники наголошують на тому, що булінг не зводиться до окремих актів агресії, а формується як система стійких рольових позицій, у межах яких фіксуються ролі агресора, жертви та спостерігачів. І. Сидорук розглядає булінг як соціально-педагогічну проблему, що закріплюється через групову підтримку агресивної моделі поведінки [Сидорук І., 2015, с. 169–173], а С.С. Стельмах

пов'язує його виникнення з віковими особливостями становлення самосвідомості та прагненням до домінування [Стельмах С.С., 2016, с. 204–207]. Така рольова структура підтримується груповими нормами, неформальною ієрархією та рівнем толерантності колективу до проявів насильства. Підліткова група в цьому випадку виступає середовищем соціального підкріплення агресивної поведінки, що сприяє її відтворенню та закріпленню, що підтверджують Г.О. Алексеєнко та Г.В. Коваль, наголошуючи на системності та повторюваності таких дій [Алексеєнко Г.О., Коваль Г.В., 2016, с. 7–11].

У межах сучасних підходів до визначення булінгу акцент робиться на поєднанні поведінкових, емоційних і когнітивних компонентів. Агресивні дії супроводжуються емоційним домінуванням, знеціненням іншого та раціоналізацією власної поведінки з боку булера. І.С. Гудкова підкреслює, що для агресорів характерні низький рівень емпатії та порушення емоційної регуляції [Гудкова І.С., 2018, с. 128–139]. Для жертви характерним стає формування станів хронічної тривожності, емоційного напруження та зниження рівня суб'єктності, що корелює з даними Н.І. Погорільської, А.О. Головіної та А.О. Столяр щодо особистісних рис учасників булінгу [Погорільська Н.І., Головіна А.О., Столяр А.О., 2019, с. 90–94]. У наукових працях підкреслюється, що саме тривалість і повторюваність негативного впливу відрізняють булінг від ситуативних конфліктів.

Класифікація булінгу в підлітковому середовищі ґрунтується на формах прояву агресії та способах її реалізації. У структурі фізичного булінгу домінують прямі дії, спрямовані на завдання тілесної шкоди або демонстрацію сили. Вербальні форми реалізуються через образи та приниження, формуючи викривлений образ «Я» у потерпілого. Соціальний булінг проявляється через ізоляцію та виключення з групових процесів, що особливо болісно переживається підлітками через значущість референтної групи. О.О. Кравченко підкреслює, що соціальний компонент булінгу тісно пов'язаний із дефіцитом культури ненасильницької комунікації в освітньому просторі

[Кравченко О.О., 2019, с. 75–82]. У сучасному освітньому просторі окремої уваги заслуговує кібербулінг, який, за спостереженнями О. Литвиної, посилює травматизацію через публічність та масштабність цифрового поширення агресії [Литвинова О., 2020, с. 22–29].

Прояви булінгу тісно пов'язані з індивідуально-психологічними особливостями учасників. Для агресорів характерні імпульсивність та прагнення до домінування, що може виступати механізмом компенсації внутрішньої невпевненості, як зазначає О.А. Краєва у контексті кризи ідентичності підліткового віку [Краєва О.А., 2018, с. 112–118]. Жертви булінгу часто демонструють занижену самооцінку та соціальну тривожність, що ускладнює формування асертивної поведінки.

Особливе місце в аналізі займають соціально-психологічні чинники поширення булінгу. Освітнє середовище з низьким рівнем психологічної безпеки та відсутністю ефективних механізмів реагування створює умови для закріплення булінгових практик. Лубенець І.Г. пов'язує поширення насильства серед учнів із недоліками профілактичної роботи та недостатнім правовим регулюванням [Лубенець І.Г., 2016, с. 218–223]. Нормативна база України, зокрема Закон України «Про освіту» та зміни щодо протидії булінгу, визначає обов'язок закладів освіти забезпечувати безпечне середовище та запроваджувати механізми реагування на випадки цькування [Закон України «Про освіту», 2017; Закон України № 2657-VIII].

Наукові дослідження засвідчують зв'язок булінгу з кризою ідентичності підліткового періоду. У процесі пошуку соціального статусу частина підлітків використовує агресію як інструмент самоствердження, інші зазнають глибокої психологічної травматизації. О.В. Лебедева підкреслює необхідність комплексного психолого-педагогічного супроводу учасників булінгу [Лебедева О.В., 2018, с. 49–56]. Узагальнення сучасних наукових підходів дозволяє розглядати булінг як багаторівневий феномен, що формується на перетині особистісних характеристик, групових процесів і соціокультурних

умов, відображаючи системні деформації у сфері виховання та міжособистісної регуляції.

Кримінально-правова характеристика булінгу як різновиду катування потребує комплексного аналізу його соціальної сутності, ознак об'єктивної сторони та співвідношення з положеннями кримінального законодавства України. У сучасному науковому дискурсі булінг дедалі частіше розглядається не лише як педагогічна чи психологічна проблема, а як суспільно небезпечне діяння, що посягає на честь, гідність, психічне та фізичне здоров'я неповнолітньої особи. І.Г. Лубенець підкреслює, що насильницькі прояви серед учнів загальноосвітніх закладів мають не лише соціально-педагогічний, а й правовий вимір, оскільки супроводжуються завданням шкоди особистим немайновим правам потерпілого [Лубенець І.Г., 2016, с. 218–223]. Систематичність агресивних дій, їх умисний характер і наявність дисбалансу влади створюють підстави для розширеної правової оцінки відповідних проявів. Д. Ольвеус наголошує на повторюваності та структурованості агресивної поведінки як визначальних ознаках булінгу [Ольвеус Д., с. 11], а Е. Роланд підкреслює соціальну організацію насильства в підлітковій групі, що включає переслідувача, жертву та спостерігачів [Роланд Е., с. 50]. Таке поєднання повторюваності та групової підтримки посилює ступінь суспільної небезпечності діяння.

О.О. Кравченко розглядає булінг як соціально-психологічну проблему сучасності, що відображає деформацію комунікативних і морально-ціннісних орієнтирів підлітків [Кравченко О.О., 2019, с. 75–82]. Наявність умислу на заподіяння страждань, поєднана з перевагою у фізичному чи соціальному становищі, наближає відповідні дії до складу насильницьких злочинів проти особи. О.М. Корнійчук підкреслює, що булінг характеризується свідомим заподіянням психологічної шкоди, яка може мати довготривалі наслідки для особистісного розвитку потерпілого [Корнійчук О.М., 2019, с. 46–50]. Систематичне приниження, залякування та ізоляція формують стійкий психотравмуючий вплив, який у правовій площині може набувати ознак

жорстокого поводження. Погіршення психоемоційного стану, підтверджене висновками психологічної експертизи, розглядається як істотна шкода немайновим благам.

Соціальна природа булінгу розкривається через аналіз причин його поширення, серед яких переважають соціально зумовлені чинники. Н.В. Кропивка та І. Бурбело пов'язують поширення насильства у школах із дефіцитом ефективних механізмів профілактики та низьким рівнем правової культури підлітків [Кропивка Н., Бурбело І., 2018, с. 18–23]. Булінг як умисне насильство характеризується цілеспрямованістю дій, що можуть бути спрямовані на залякування, примушування або приниження потерпілого. У випадках, коли такі дії супроводжуються систематичним завданням фізичного чи психічного болю, вони можуть підпадати під ознаки складу злочину, передбаченого статтею 127 Кримінального кодексу України. Спільність ознак умисного насильства, тривалості впливу та спрямованості на приниження гідності дозволяє розглядати окремі прояви булінгу як різновид жорстокого поводження щодо неповнолітніх. Юридична кваліфікація таких діянь потребує доведення умислу, повторюваності та істотності завданих страждань, що забезпечує баланс між адміністративною та кримінально-правовою відповідальністю та підкреслює необхідність системного міждисциплінарного підходу до протидії булінгу в освітньому середовищі.

Узагальнюючи результати проведеного аналізу, доцільно констатувати, що булінг у підлітковому середовищі постає складним багаторівневим феноменом, який має не лише психолого-педагогічний, а й кримінально-правовий вимір. Систематичність агресивних дій, наявність дисбалансу влади та умисний характер заподіяння фізичних або психічних страждань формують підстави для розширеної правової оцінки окремих проявів цькування. У разі доведення тривалості впливу, істотності завданої шкоди та спрямованості дій на приниження гідності потерпілого такі прояви можуть набувати ознак жорстокого поводження і виходити за межі суто адміністративної відповідальності.

Поглиблений аналіз дозволяє стверджувати, що булінг відображає системні деформації у сфері виховання, соціального контролю та правової культури підліткового середовища. Його соціальна природа зумовлена взаємодією особистісних характеристик учасників, групової динаміки та інституційних умов функціонування освітнього простору. Водночас правовий аспект проблеми підкреслює необхідність чіткого розмежування складів правопорушень, встановлення умислу та оцінки ступеня суспільної небезпечності відповідних дій.

Отже, булінг у підлітковому середовищі слід розглядати як явище, що потребує інтеграції психолого-педагогічних, соціально-профілактичних та кримінально-правових механізмів реагування. Комплексний підхід до його дослідження створює теоретичне підґрунтя для розроблення ефективних стратегій попередження, своєчасного правового реагування та забезпечення належного рівня захисту прав і свобод неповнолітніх у межах освітнього середовища.

1.2. Психолого-соціальні особливості формування особистості підлітка

Підлітковий вік становить один із найбільш складних і водночас визначальних етапів розвитку особистості, що характеризується інтенсивною перебудовою психічних процесів, трансформацією соціальних орієнтирів і формуванням нових моделей самосприйняття. У цей період відбувається активне становлення самосвідомості, розвиток рефлексії та переосмислення власного місця в системі міжособистісних відносин. О.А. Краєва розглядає підлітковий вік як період подолання кризи ідентичності, у межах якої особистість прагне інтегрувати суперечливі уявлення про себе в цілісний образ «Я» [Краєва О.А., 2018, с. 112–118]. Формування ідентичності супроводжується підвищеною чутливістю до соціальної оцінки, нестійкістю самооцінки та загостреним переживанням успіхів і невдач.

Психологічна нестабільність підліткового періоду зумовлена як біологічними чинниками, пов'язаними зі статевим дозріванням, так і соціальними впливами, що активізуються в умовах розширення соціального простору. Потреба в автономії поєднується з необхідністю соціального прийняття, що створює внутрішню суперечність між прагненням до незалежності та залежністю від оцінки однолітків. С.С. Стельмах наголошує, що вікові аспекти виникнення девіантних проявів у підлітковому середовищі пов'язані з прагненням до лідерства, домінування та підвищення власного статусу в групі [Стельмах С.С., 2016, с. 204–207]. Формування особистості набуває виразно соціального характеру, оскільки саме групове середовище стає основним регулятором поведінки.

Референтна група однолітків виконує функцію соціального дзеркала, у якому підліток шукає підтвердження власної значущості. І. Сидорук зазначає, що підліткові колективи формують власну систему норм і неформальну ієрархію, які істотно впливають на становлення поведінкових стратегій [Сидорук І., 2015, с. 169–173]. Н.В. Кузьмінський розглядає підліткове середовище як соціальний простір, де закріплюються моделі взаємодії, зокрема агресивні або конформні [Кузьмінський Є.В., 2017, с. 65–71]. Визнання або відторгнення з боку групи стає фактором, що визначає емоційне благополуччя та рівень самоприйняття підлітка.

Когнітивний розвиток у цей період характеризується переходом до формально-логічного мислення, здатністю до абстрагування та гіпотетичного аналізу. Підліток набуває можливості осмислювати соціальні явища, оцінювати власні дії та передбачати наслідки поведінки. Водночас інтелектуальна зрілість не завжди супроводжується достатнім рівнем емоційної регуляції. Л.П. Журавльова та М.М. Шпак пов'язують розвиток емпатії з формуванням емоційного інтелекту, що виступає ключовим чинником конструктивної міжособистісної взаємодії [Журавльова Л.П., Шпак М.М., 2015, с. 85–88]. Недостатній рівень емпатійності може сприяти формуванню агресивних тенденцій або байдужості до переживань інших.

Емоційна сфера підлітка перебуває в стані динамічної перебудови, що проявляється у підвищеній вразливості, афективній нестійкості та контрастності переживань. Г.О. Гуд підкреслює, що формування емоційної сфери пов'язане з розвитком механізмів саморегуляції, які забезпечують здатність контролювати імпульсивні реакції [Гуд Г.О., 2018, с. 84–94]. Л.В. Степаненко розглядає копінг-стратегії та психологічний захист як механізми, що визначають спосіб реагування на стресові впливи [Степаненко Л.В., 2017, с. 37–41]. За відсутності конструктивних стратегій подолання труднощів підліток може вдаватися до агресії, ізоляції або демонстративної поведінки.

Соціальні чинники формування особистості охоплюють вплив сім'ї, освітнього середовища та медіапростору. Якість сімейних взаємин, стиль виховання та рівень емоційної підтримки формують базове відчуття безпеки. О.О. Кравченко наголошує, що дефіцит довірливих стосунків у родині може сприяти розвитку внутрішньої тривожності та агресивності [Кравченко О.О., 2019, с. 75–82]. Освітнє середовище виконує функцію вторинної соціалізації, де підліток засвоює норми колективної взаємодії та відповідальності. О.В. Лебедева зазначає, що психологічна безпека освітнього простору є визначальною умовою гармонійного розвитку особистості [Лебедева О.В., 2018, с. 49–56]. Н.В. Лалак підкреслює, що відсутність системної профілактичної роботи та низький рівень комунікативної культури можуть трансформувати шкільне середовище в простір соціального ризику [Лалак Н.В., 2019, с. 34–36]. У зазначених умовах відбувається закріплення деструктивних моделей взаємодії, що негативно впливають на формування ціннісних орієнтацій підлітка.

Підлітковий період пов'язаний із пошуком соціальної ролі та прагненням до самоствердження. О.М. Корнійчук розглядає булінг як прояв соціально-психологічної деформації, що виникає на тлі незавершеного формування особистісної структури [Корнійчук О.М., 2019, с. 46–50]. Н.І. Погорільська, А.О. Головіна та А.О. Столяр встановлюють, що учасники агресивних взаємодій демонструють різний рівень тривожності, самооцінки та

соціальної адаптації [Погорільська Н.І., Головіна А.О., Столяр А.О., 2019, с. 90–94].

Соціально-психологічна динаміка підліткового віку зумовлює підвищену вразливість до зовнішніх впливів, включаючи цифровий простір. Інформаційне середовище формує нові моделі самопрезентації, які можуть підсилювати конкуренцію за статус і сприяти формуванню залежності від соціального схвалення. Литвинова О. підкреслює необхідність системної профілактики насильства в українському освітньому контексті з урахуванням сучасних соціокультурних трансформацій [Литвинова О., 2020, с. 22–29].

Подальший аналіз психолого-соціальних особливостей формування особистості підлітка потребує врахування механізмів соціальної ідентифікації, що активно розгортаються у цьому віці. Підліток не лише осмислює власну індивідуальність, а й співвідносить її з груповими стандартами, що існують у мікросоціумі. Соціальне порівняння стає провідним інструментом оцінювання власної успішності, привабливості та значущості. За умов нестійкої самооцінки навіть незначні критичні зауваження можуть сприйматися як загроза особистісній цілісності. Саме тому підліткове середовище часто характеризується підвищеною емоційною напруженістю та конфліктністю. Слободяник Т.В. зазначає, що сучасні підходи до дослідження насильства в шкільному середовищі мають враховувати вікову чутливість до статусних позицій і потребу в соціальному визнанні [Слободяник Т.В., 2015, с. 82–88]. Нерівність статусів у групі може провокувати як домінантну, так і підлеглу поведінку, що відображається у формуванні відповідних рольових стратегій. У цьому контексті процес соціалізації набуває суперечливого характеру, поєднуючи можливості розвитку та ризики деформацій.

Важливим компонентом становлення особистості підлітка є розвиток моральної свідомості та здатності до нормативного самоконтролю. У цьому віці відбувається переорієнтація від зовнішнього контролю дорослих до внутрішньої регуляції поведінки. Проте формування моральних установок залежить від стабільності соціального середовища та послідовності виховних

впливів. Кропивка Н. та Бурбело І. підкреслюють, що насильство у шкільному середовищі часто пов'язане з дефіцитом чітких моральних орієнтирів і толерантністю до агресії [Кропивка Н., Бурбело І., 2018, с. 18–23]. Якщо агресивна поведінка не отримує належної оцінки або санкції, вона може сприйматися як допустимий спосіб самоствердження. Така ситуація негативно впливає на формування ціннісної структури особистості. Моральний розвиток у підлітковому віці потребує не лише нормативних вимог, а й емоційного прийняття та прикладу конструктивної взаємодії. Відсутність позитивних моделей може сприяти закріпленню девіантних патернів поведінки.

Особливого значення у формуванні підліткової особистості набуває розвиток саморегуляції та здатності до усвідомленого контролю поведінки. У період емоційної лабільності здатність до стримування імпульсивних реакцій виступає показником психологічної зрілості. Степаненко Л.В. зазначає, що копінг-стратегії визначають спосіб подолання стресових ситуацій та формують основу адаптивної поведінки [Степаненко Л.В., 2017, с. 37–41]. Підлітки, які володіють конструктивними стратегіями, демонструють вищий рівень соціальної компетентності. Натомість домінування примітивних захисних механізмів може проявлятися у формі агресії або уникнення. Розвиток саморегуляції тісно пов'язаний із рівнем емоційного інтелекту. Шпак М.М. підкреслює, що підлітковий вік є сенситивним періодом для розвитку здатності до розуміння та прийняття емоцій інших [Шпак М.М., 2005, с. 101–104]. Формування емпатії виступає запобіжником агресивних форм взаємодії.

Соціально-психологічний вплив цифрового середовища становить окремий аспект формування особистості підлітка. Віртуальний простір розширює можливості самопрезентації, але водночас створює умови для соціального порівняння та змагання за популярність. Підліток конструює публічний образ, який може не збігатися з реальним самосприйняттям. Така невідповідність здатна посилювати внутрішню напруженість і формувати залежність від зовнішньої оцінки. Хоружий С.М. наголошує, що психологічні

чинники булінгу в підлітковому віці пов'язані з особливостями самоствердження та потребою в демонстрації переваги [Хоружий С.М., 2021, с. 103–110]. У цифровому середовищі механізми соціального підкріплення агресії можуть діяти швидше та масштабніше. Тому формування інформаційної культури та критичного мислення є важливою складовою розвитку сучасного підлітка. Без належної підтримки цифровий простір може стати фактором ризику для психоемоційної стабільності.

Значну роль у становленні особистості підлітка відіграє освітня інституція як простір вторинної соціалізації. Закон України «Про освіту» визначає безпечне освітнє середовище як необхідну умову розвитку здобувача освіти, що підкреслює соціальну відповідальність навчальних закладів за формування гармонійної особистості. Нормативно-правові акти щодо протидії булінгу орієнтують освітні установи на створення системи профілактики та реагування. Кормило О. розглядає явище булінгу в освітньому просторі як індикатор дисфункцій у комунікативній культурі колективу [Кормило О., с. 174–187]. Освітній заклад виступає не лише місцем передачі знань, а й середовищем формування соціальних навичок. Позитивний психологічний клімат сприяє розвитку довіри, співпраці та відповідальності. Натомість атмосфера страху або байдужості може закріплювати деструктивні стереотипи поведінки. Тому якість взаємодії між учнями та педагогами має вирішальне значення для особистісного становлення підлітка.

Узагальнюючи викладене, слід підкреслити, що формування особистості підлітка відбувається в умовах багатовекторного впливу біологічних, психологічних та соціальних чинників. Інтенсивність вікових змін поєднується з необхідністю інтеграції нових соціальних ролей і цінностей. Вразливість до оцінки, потреба в належності та прагнення до самоствердження визначають специфіку поведінкових реакцій. Рівень емоційного інтелекту, здатність до саморегуляції та якість соціального оточення виступають ключовими детермінантами адаптивності. За сприятливих умов підлітковий період стає основою формування автономної,

відповідальної та соціально зрілої особистості. За умов дефіциту підтримки та психологічної безпеки зростає ризик девіантних проявів і закріплення агресивних моделей взаємодії. Саме тому глибоке розуміння психолого-соціальних особливостей підліткового розвитку є необхідним підґрунтям для побудови ефективних програм профілактики та соціальної підтримки.

1.3. Деструктивний вплив булінгу на особистісний розвиток підлітка

Деструктивний вплив булінгу на особистісний розвиток підлітка охоплює комплексні зміни у когнітивній, емоційній, поведінковій та ціннісній сферах. Систематичне переживання агресії в умовах соціальної нерівності формує стан хронічної психоемоційної напруги, що порушує механізми адаптації та саморегуляції. Підлітковий вік характеризується підвищеною чутливістю до соціальної оцінки, тому повторювані акти приниження мають особливо глибокий вплив на структуру самосвідомості. У таких умовах формується нестабільний образ «Я», який базується на зовнішніх негативних оцінках, а не на внутрішніх ресурсах особистості. Є.В. Кузьмінський наголошує, що булінг як соціальна проблема підлітків сприяє формуванню заниженої самооцінки та стійких переживань соціальної неприйнятності [Є.В. Кузьмінський, 2017, с. 65–71]. Накопичення травматичного досвіду здатне трансформувати індивідуальну систему переконань, формуючи очікування ворожості з боку соціального оточення. Така деформація самосприйняття ускладнює гармонійне становлення особистості.

Когнітивні наслідки булінгу проявляються у зниженні концентрації уваги, погіршенні пам'яті та зменшенні навчальної мотивації. Перебування в умовах постійної загрози активізує стресові реакції, що перешкоджають продуктивному функціонуванню пізнавальних процесів. Л.В. Степаненко пов'язує зниження здатності до саморегуляції з тривалим психоемоційним перевантаженням, яке виснажує внутрішні ресурси особистості [Л.В.

Степаненко, 2017, с. 37–41]. Підліток змушений спрямовувати значну частину психічної енергії на самозахист, що обмежує його здатність до творчого мислення та навчальної активності. Зниження академічної успішності нерідко стає додатковим чинником стигматизації з боку однолітків і педагогів. Формується замкнене коло, в якому булінг породжує навчальні труднощі, а вони, своєю чергою, підсилюють соціальне відчуження. Подібна динаміка негативно позначається на подальшій освітній траєкторії підлітка.

Емоційна сфера зазнає особливо глибоких трансформацій під впливом систематичного приниження. І.С. Гудкова зазначає, що жертви булінгу демонструють підвищений рівень тривожності, депресивні тенденції та емоційну нестабільність [І.С. Гудкова, 2018, с. 131–134]. Хронічне переживання страху і сорому формує стан безпорадності та внутрішньої ізоляції. Поступово знижується рівень довіри до соціального оточення, виникає відчуття небезпечності світу. О.О. Кравченко підкреслює, що негативний досвід насильства здатен призводити до формування стійких емоційних розладів та соціальної дезадаптації [О.О. Кравченко, 2019, с. 75–82]. Психосоматичні прояви, такі як порушення сну або соматичні скарги без органічних причин, свідчать про глибину внутрішнього конфлікту. Емоційна травматизація перешкоджає формуванню цілісної та зрілої особистості.

Вплив булінгу на формування ідентичності підлітка має особливо глибокий характер, оскільки саме в цей віковий період відбувається інтенсивний процес самовизначення та пошуку соціальної ролі. Підліток активно співвідносить власні якості з очікуваннями референтної групи, що робить його надзвичайно чутливим до зовнішньої оцінки. О.А. Краєва розглядає кризу ідентичності як складний процес інтеграції особистісного досвіду, який може зазнавати суттєвої деформації під впливом травматичних факторів [О.А. Краєва, 2018, с. 112–118]. Систематичне приниження здатне формувати стійке переконання у власній неспроможності та соціальній неповноцінності. За таких умов підліток починає сприймати негативні ярлики як елемент власної сутності. Негативна самоідентифікація поступово

закріплюється та визначає подальшу траєкторію розвитку. Втрата позитивного образу себе суттєво ускладнює формування зрілої та автономної особистості.

Поведінкові наслідки булінгу проявляються у формуванні деструктивних моделей реагування на конфліктні ситуації. Ю.В. Підвальна підкреслює, що повторюваний досвід насильства сприяє закріпленню віктимної або агресивної поведінки як домінантної стратегії взаємодії [Ю.В. Підвальна, 2020, с. 143–146]. Жертва може розвивати унікальну поведінку, ізолюватися від колективу або демонструвати пасивність у соціальних контактах. Водночас агресор закріплює модель домінування та сприймає силу як легітимний спосіб досягнення статусу. Н.І. Погорільська, А.О. Головіна та А.О. Столяр зазначають, що агресори часто характеризуються імпульсивністю та дефіцитом емпатії [Н.І. Погорільська, А.О. Головіна, А.О. Столяр, 2019, с. 90–94]. Закріплення таких рис підвищує ризик подальшої девіантної поведінки. Деструктивні поведінкові стратегії можуть переноситися у доросле життя, трансформуючись у конфліктність або соціальну маргіналізацію.

Окремого аналізу потребує гендерний аспект деструктивного впливу булінгу. С.С. Стельмах зазначає, що форми агресії у підлітковому середовищі часто мають гендерно зумовлені прояви [С.С. Стельмах, 2016, с. 204–207]. Хлопці частіше демонструють відкриту фізичну агресію, тоді як дівчата схильні до вербальних та соціальних форм виключення. Такі відмінності впливають на характер переживання травматичного досвіду та способи його внутрішньої інтерпретації. Вербальна агресія може мати не менш руйнівний вплив, ніж фізична, оскільки вона безпосередньо спрямована на приниження особистісної гідності. Гендерні очікування соціуму також визначають способи реагування на насильство, що іноді ускладнює своєчасне виявлення проблеми. Нерозуміння цих особливостей може призводити до недооцінювання масштабу психологічної шкоди.

Кібербулінг як сучасна форма агресії значно посилює деструктивний вплив на особистість підлітка. Відсутність просторових та часових обмежень робить агресію постійною та публічною. Поширення принизливого контенту

в цифровому середовищі створює умови для повторної ретравматизації жертви. О.О. Литвинова підкреслює, що сучасний український контекст профілактики насильства має враховувати цифрову складову соціалізації підлітків [О.О. Литвинова, 2020, с. 22–29]. Публічність кібербулінгу значно підвищує рівень сорому та безпорадності. Підліток позбавлений можливості дистанціюватися від джерела агресії, що посилює стан емоційного виснаження. Цифрова агресія здатна завдавати не менш глибоких травм, ніж безпосередній фізичний вплив.

Вплив булінгу на ціннісну сферу особистості має довгострокові наслідки. Є.В. Кузьмінський розглядає булінг як індикатор кризових процесів у моральному розвитку підліткових колективів [Є.В. Кузьмінський, 2017, с. 65–71]. Систематичне приниження формує переконання про допустимість насильства як соціальної норми. Підліток може втрачати віру у справедливість та рівність можливостей. О.В. Лебедева зазначає, що негативний досвід взаємодії у шкільному середовищі здатен формувати стійку установку на соціальне уникання [О.В. Лебедева, 2018, с. 52–54]. Поступово руйнується довіра до соціальних інститутів і значущих дорослих. Формується викривлена система моральних орієнтирів, у межах якої сила починає домінувати над емпатією та співпрацею.

Зв'язок булінгу з девіантною поведінкою також потребує окремої уваги. В.Ю. Чушак наголошує, що психотравмуючі фактори підліткового віку можуть виступати каталізаторами девіантних проявів [В.Ю. Чушак, 2020]. Р. Андрусишин підкреслює, що систематичний досвід насильства сприяє формуванню протестних та агресивних моделей поведінки [Р. Андрусишин, 2022, с. 15–17]. Булінг у цьому контексті виступає не лише наслідком соціальних деформацій, а й чинником їх подальшого поглиблення. Формування агресивних або аутоагресивних стратегій реагування може призводити до правопорушень або соціальної ізоляції. Порухення соціальної адаптації стає стійкою тенденцією розвитку особистості. Накопичення

негативного досвіду формує ризик переходу ситуативної агресії у хронічну девіантність.

Не можна залишити поза увагою і суїцидальні ризики як крайній прояв деструктивного впливу булінгу. Хронічна тривожність, відчуття безпорадності та соціальна ізоляція можуть формувати аутоагресивні тенденції. Тривале приниження здатне породжувати переконання у відсутності підтримки та перспективи змін. Невирішені внутрішні конфлікти накопичуються та трансформуються у глибокі емоційні розлади. Підліток може втрачати сенс соціальної взаємодії та знижувати цінність власного життя. Такі наслідки свідчать про надзвичайну глибину деструктивного впливу насильницького досвіду.

Довгострокові наслідки булінгу проявляються у дорослому віці у вигляді труднощів міжособистісної взаємодії, професійної дезадаптації та порушень самооцінки. Закріплені у підлітковому віці моделі поведінки можуть визначати характер соціальних зв'язків у майбутньому. Особи, які зазнали булінгу, нерідко демонструють підвищену чутливість до критики та труднощі у встановленні довірливих відносин. Агресори можуть переносити модель домінування у професійне середовище. Деструктивний досвід не зникає безслідно, а інтегрується у структуру особистості. Тривалий вплив булінгу формує соціально-психологічні наслідки, що виходять за межі шкільного періоду.

Отже, булінг у підлітковому середовищі є багатовимірним деструктивним чинником, що впливає на всі ключові аспекти розвитку особистості. Його наслідки охоплюють когнітивну, емоційну, поведінкову та ціннісну сфери, формуючи ризики довготривалої соціальної дезадаптації. Систематичність агресії, порушення відчуття безпеки та деформація ідентичності створюють передумови для глибоких психологічних і соціальних ускладнень. Усвідомлення масштабності такого впливу зумовлює необхідність комплексної профілактики та своєчасного втручання в ситуації насильства.

Висновки до першого розділу

У першому розділі здійснено теоретичний аналіз проблеми соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу. На основі опрацювання психолого-педагогічних, соціологічних і правових джерел узагальнено сучасні підходи до визначення сутності булінгу як складного соціально-психологічного феномена. Встановлено, що булінг характеризується систематичністю, наявністю дисбалансу сил між учасниками взаємодії та умисним характером заподіяння фізичної або психологічної шкоди. Доведено, що це явище не зводиться до ситуативного конфлікту, а має структурований характер і підтримується груповими нормами, рольовими позиціями та неформальною ієрархією підліткового колективу. Узагальнено класифікацію булінгу за формами прояву, серед яких виокремлено фізичний, вербальний, соціальний, економічний та кібербулінг. З'ясовано, що кожен із зазначених видів має специфічні механізми впливу на особистість та різний ступінь психологічної травматизації.

У процесі аналізу психолого-соціальних особливостей формування особистості підлітка встановлено, що підлітковий вік є сенситивним періодом розвитку, пов'язаним із кризою ідентичності, становленням самосвідомості та формуванням системи цінностей. Доведено, що підвищена чутливість до соціальної оцінки, потреба в належності до референтної групи та інтенсивний пошук власного статусу роблять підлітка особливо вразливим до проявів агресії. Виявлено, що процес формування особистості в цей період відбувається під впливом взаємодії індивідуально-психологічних характеристик, сімейного виховання та соціального середовища. Обґрунтовано, що деформації в системі міжособистісних відносин можуть призводити до формування віктимних або агресивних моделей поведінки. З'ясовано, що недостатній рівень емоційної саморегуляції, емпатії та соціальних навичок підвищує ризик залучення підлітка до булінгових практик

як у ролі жертви, так і в ролі агресора. Таким чином, особистісне становлення підлітка має тісний зв'язок із характеристиками соціального мікросередовища.

У межах дослідження деструктивного впливу булінгу на особистісний розвиток підлітка встановлено, що систематичне переживання насильства негативно впливає на когнітивну, емоційну, поведінкову та ціннісну сфери. Виявлено, що хронічна психоемоційна напруга спричиняє зниження концентрації уваги, навчальної мотивації та академічної успішності. Доведено, що повторювані акти приниження формують нестабільний образ «Я», знижують самооцінку та сприяють розвитку тривожних і депресивних станів. Обґрунтовано, що булінг здатен трансформувати систему моральних орієнтирів підлітка, формуючи толерантність до насильства або соціальну ізоляцію. Встановлено зв'язок між досвідом систематичного цькування та ризиком формування девіантної або аутоагресивної поведінки. Підкреслено, що наслідки булінгу можуть мати пролонгований характер і проявлятися у дорослому віці у вигляді соціальної дезадаптації та труднощів міжособистісної взаємодії.

Отже, теоретичний аналіз засвідчив, що булінг у підлітковому середовищі є багатовимірним соціальним явищем, яке суттєво впливає на формування особистості та може спричиняти глибокі деструктивні зміни в її структурі. Профілактика такого впливу потребує системного підходу, що передбачає поєднання психолого-педагогічних, соціально-педагогічних і правових механізмів впливу. Отримані теоретичні узагальнення створюють наукове підґрунтя для подальшого дослідження соціальних умов профілактики деструктивного формування особистості підлітка та розроблення практичних рекомендацій щодо попередження булінгу в освітньому середовищі.

РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛЬНІ УМОВИ ТА МЕХАНІЗМИ ПРОФІЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА В УМОВАХ БУЛІНГУ

2.1. Роль сім'ї у профілактиці деструктивних змін особистості підлітка

Значний вплив на формування особистості підлітка має характер емоційної взаємодії між батьками та дітьми. Розвиток довірливих стосунків у родині створює передумови для формування психологічної стійкості та здатності до конструктивного реагування на складні соціальні ситуації. І. М. Савченко досліджує особливості формування психологічних меж особистості підлітків та пов'язує їх із характером батьківської взаємодії, підкреслюючи значення емоційної підтримки у становленні особистісної автономії [О. В. Савченко, 2018, с. 127–132]. Підлітки, які зростають у сім'ях із високим рівнем емоційної відкритості, демонструють вищу здатність до саморефлексії та усвідомлення власних переживань. Формування таких якостей сприяє підвищенню стійкості до зовнішніх негативних впливів, зокрема до проявів булінгу в підлітковому середовищі. У межах підтримуючого родинного середовища підліток отримує досвід безпечної комунікації, що сприяє розвитку соціальної компетентності. Емоційна стабільність родинних відносин стає важливим ресурсом профілактики деструктивних змін особистості.

Соціально-психологічна роль сім'ї у формуванні поведінкових стратегій підлітка також пов'язана з особливостями стилю виховання. Т. В. Пайос та М. А. Салюк досліджують вплив стилю сімейного виховання на формування патохарактерологічних рис та підкреслюють, що надмірна жорсткість або байдужість батьків можуть спричиняти формування агресивних або тривожних моделей поведінки [Т. В. Пайос, М. А. Салюк, 2024, с. 121–124]. Демократичний стиль виховання, заснований на взаємній повазі та діалозі,

сприяє формуванню адекватної самооцінки та відповідального ставлення до власних дій. Підлітки, які виховуються у таких умовах, здатні більш ефективно протистояти тиску однолітків та уникати залучення до деструктивних форм поведінки. Водночас відсутність чітких меж у вихованні може призводити до порушення соціальних норм та зниження рівня самоконтролю. Гармонійне поєднання підтримки та вимогливості формує оптимальні умови для особистісного розвитку підлітка.

Важливим аспектом родинного впливу є розвиток рефлексивних здібностей підлітка. І. Домбровський та Т. Самолук досліджують процес становлення особистої рефлексії у підлітковому віці та наголошують на значенні сімейного середовища у формуванні здатності до самоаналізу [І. Домбровський, Т. Самолук, 2022, с. 114–118]. Підліток, який навчається усвідомлювати власні емоції та мотиви поведінки, демонструє вищу здатність до регуляції соціальної взаємодії. Рефлексивність допомагає аналізувати конфліктні ситуації та обирати конструктивні способи їх розв'язання. Родинне середовище, у якому заохочується відкрите обговорення переживань, сприяє формуванню психологічної зрілості. У таких умовах підліток здатен краще усвідомлювати власні межі та захищати особисту гідність.

Особливої уваги потребує проблема психологічної підтримки підлітків у складних життєвих обставинах. І. В. Мамчур аналізує соціально-психологічний супровід дітей із сімей, що перебувають у складних умовах, та підкреслює значення системної підтримки для збереження психологічної стабільності [І. В. Мамчур, 2023, с. 39–44]. Складні життєві обставини можуть посилювати емоційні переживання підлітка та підвищувати ризик формування деструктивних моделей поведінки. Підтримка з боку батьків допомагає знизити рівень психологічної напруги та сприяє відновленню відчуття безпеки. Родинні ресурси здатні компенсувати негативний вплив зовнішнього соціального середовища. Ефективна взаємодія між членами родини формує атмосферу довіри та взаєморозуміння.

Важливу роль у профілактиці деструктивних змін особистості відіграє розвиток емоційної компетентності підлітка. Н. Ю. Максимова, М. В. Максимов та В. М. Щербина-Прилука досліджують розвиток рефлексії як фактор попередження посттравматичних стресових розладів у дітей [Н. Ю. Максимова, М. В. Максимов, В. М. Щербина-Прилука, 2023, с. 323–326]. Рефлексивні механізми дозволяють підлітку осмислювати власний досвід та формувати більш зрілі способи реагування на складні життєві ситуації. Родина створює простір для формування таких психологічних ресурсів через підтримку, довіру та відкритий діалог. У межах стабільного сімейного середовища підліток отримує можливість безпечно виражати емоції та обговорювати власні переживання. Подібний досвід сприяє формуванню психологічної стійкості.

Проблематика сімейної профілактики деструктивного формування особистості підлітка набуває особливої актуальності у сучасних соціальних умовах. Л. О. Герасименко, А. М. Скрипніков та Р. І. Ісаков розглядають реакції на важкий стрес і зазначають, що тривале перебування у стані психологічної напруги може спричиняти розлади адаптації [Л. О. Герасименко, А. М. Скрипніков, Р. І. Ісаков, 2023, с. 58–60]. Родина здатна виступати стабілізуючим фактором, який пом'якшує вплив стресогенних подій на психіку підлітка. Підтримка з боку близьких людей сприяє формуванню відчуття захищеності та зменшує ризик розвитку психологічних порушень. Емоційна згуртованість родини створює сприятливі умови для гармонійного розвитку особистості.

Дослідження міжнародних учених також підтверджують значення родинного середовища у профілактиці ризикової поведінки підлітків. R. P. Auerbach, J. R. Z. Abela та R. Moon-Но аналізують взаємозв'язок між емоційною регуляцією, депресивними проявами та ризиковими формами поведінки [R. P. Auerbach, J. R. Z. Abela, R. Moon-Но, 2007, р. 2185–2188]. Розвинена емоційна регуляція сприяє зниженню схильності до деструктивних реакцій у стресових ситуаціях. Подібні результати підтверджують висновки А.

В. Bozzini щодо факторів ризикової поведінки в підлітковому віці, де особлива роль відводиться сімейній підтримці та соціальному контролю [А. В. Bozzini, 2020, р. 695–698]. Родина формує базові механізми емоційної стабільності, які допомагають підлітку ефективно взаємодіяти з соціальним середовищем.

Налагодження довірливих відносин між батьками та підлітками може здійснюватися через використання сучасних педагогічних і психологічних підходів. І. Сингаївська та О. Іванова досліджують коучинговий підхід як інструмент встановлення довірливих стосунків між батьками та дітьми [І. Сингаївська, О. Іванова, 2023, с. 166–170]. Коучингові методи сприяють розвитку відкритого діалогу та формуванню відповідального ставлення підлітка до власного життя. Батьки, які застосовують подібні підходи у взаємодії з дітьми, сприяють розвитку самостійності та усвідомленості. Формування партнерських відносин між батьками і підлітками допомагає знизити рівень конфліктності та підвищити ефективність сімейної профілактики деструктивних змін особистості.

Проведений аналіз наукових підходів до ролі сім'ї у формуванні особистості підлітка дозволяє розглядати родинне середовище як ключовий ресурс профілактики деструктивних змін особистісного розвитку. Система взаємин між батьками та дітьми визначає характер формування емоційної стабільності, поведінкових стратегій та моральних орієнтирів підлітка. Родинне середовище виступає базовим простором соціалізації, у межах якого підліток засвоює норми міжособистісної взаємодії та способи реагування на складні життєві ситуації. Результати аналізу психолого-педагогічних досліджень свідчать про те, що рівень емоційної підтримки, характер виховних стратегій та якість комунікації в сім'ї безпосередньо впливають на формування особистісної стійкості підлітка. Гармонійні родинні відносини сприяють розвитку рефлексії, саморегуляції та соціальної компетентності, тоді як конфліктність або емоційна дистанція можуть підвищувати ризик деструктивних змін особистості. Узагальнення результатів теоретичного

аналізу дозволяє виокремити основні аспекти профілактичного потенціалу сімейного середовища:

1. Сім'я виступає провідним соціальним інститутом, у межах якого формуються базові моральні орієнтири, емоційна стабільність та поведінкові стратегії підлітка.
2. Характер родинних взаємин і стиль виховання визначають рівень психологічної стійкості підлітка та його здатність протистояти негативним соціальним впливам.
3. Підтримуюче сімейне середовище сприяє формуванню адекватної самооцінки, розвитку рефлексії та емоційної саморегуляції.
4. Родинна підтримка відіграє ключову роль у подоланні стресових ситуацій і зменшенні ризику девіантної поведінки.
5. Ефективна профілактика деструктивних змін особистості підлітка передбачає активну участь батьків у процесі соціалізації та формування довірливих взаємин у родині.

Підсумовуючи результати теоретичного аналізу, можна зазначити, що сімейне середовище має визначальне значення у профілактиці деструктивного формування особистості підлітка. Емоційна підтримка, стабільність родинних взаємин та конструктивні виховні стратегії формують психологічні ресурси, які допомагають підлітку ефективно протистояти негативним соціальним впливам. Розвиток довірливого діалогу між батьками та дітьми сприяє формуванню відповідальної поведінки, соціальної адаптивності та здатності до конструктивного розв'язання конфліктів.

2.2. Вплив шкільного середовища на запобігання булінгу серед підлітків

Шкільне середовище виступає одним із ключових соціальних просторів, у межах якого формується система міжособистісних відносин підлітків та відбувається інтенсивний процес соціалізації. Освітній простір поєднує

педагогічні, психологічні та соціальні чинники, що визначають характер взаємодії між учнями, рівень їхньої безпеки та здатність до конструктивної комунікації. Ю. В. Градова аналізує проблему булінгу у шкільному середовищі через призму дитячого сприйняття та наголошує на значенні психологічного клімату навчального закладу для формування відчуття захищеності у підлітків [Ю. В. Градова, 2021, с. 41–44]. Атмосфера взаємної поваги та підтримки створює умови для розвитку соціальної компетентності та запобігає поширенню агресивних моделей поведінки. Шкільне середовище формує уявлення підлітків про допустимі норми поведінки, що впливає на їхню готовність протидіяти насильству. Система цінностей, що культивується в освітньому закладі, визначає ставлення учнів до проявів агресії та соціальної несправедливості. Формування безпечного освітнього простору передбачає комплексну взаємодію педагогів, учнів і батьків.

Особливості організації освітнього середовища визначають ефективність профілактики булінгу. Н. М. Токарева розглядає підлітковий розвиток як процес, у якому освітній простір виконує роль соціального інституту, що сприяє формуванню рефлексії та моральної відповідальності [Н. М. Токарева, 2021, с. 132–136]. Педагогічна позиція вчителя та стиль взаємодії з учнями здатні істотно впливати на характер групової динаміки в класі. Педагог, який демонструє відкритість, справедливість і повагу до учнів, формує модель конструктивної комунікації. Подібна взаємодія сприяє розвитку довіри між учасниками освітнього процесу. Підлітки, які відчують підтримку з боку педагогів, частіше повідомляють про випадки насильства та готові протидіяти булінгу. Створення атмосфери психологічної безпеки зменшує ризик поширення агресивних практик.

Формування безпечного освітнього середовища передбачає системний підхід до профілактики булінгу. Н. Ю. Максимова наголошує на необхідності комплексної профілактики девіацій розвитку особистості, що поєднує психологічну підтримку, соціально-педагогічні заходи та формування позитивного мікроклімату в колективі [Н. Ю. Максимова, 2024, с. 84–88].

Освітній заклад має створювати умови для розвитку емоційної компетентності учнів та формування навичок ненасильницької комунікації. Профілактичні програми спрямовані на формування емпатії, поваги до особистої гідності та відповідального ставлення до власних дій. Шкільне середовище повинно забезпечувати системну підтримку підлітків, які переживають складні життєві обставини. Психологічна служба школи відіграє важливу роль у виявленні ризикових ситуацій та наданні допомоги учням.

Соціально-психологічний клімат класного колективу має безпосередній вплив на рівень проявів булінгу. Т. В. Черних зазначає, що розвиток особистості підлітка значною мірою залежить від характеру міжособистісних відносин у навчальному середовищі [Т. В. Черних, 2022, с. 196–199]. Позитивні взаємини між учнями сприяють формуванню взаємоповаги та колективної відповідальності. Натомість конфліктний клімат або байдужість до проявів агресії можуть стимулювати поширення булінгу. Підлітки, які перебувають у колективі з високим рівнем довіри, демонструють більшу готовність підтримувати однолітків та протидіяти несправедливості. Формування культури взаємодопомоги сприяє зміцненню соціальної згуртованості класу.

У наукових дослідженнях також підкреслюється значення соціально-педагогічних програм профілактики булінгу. М. Ю. Радіонова та І. І. Осадченко розглядають соціальну профілактику деструктивного формування особистості підлітка як систему заходів, спрямованих на розвиток соціальної компетентності та підтримку психологічного благополуччя учнів [М. Ю. Радіонова, І. І. Осадченко, 2026, с. 505–507]. Ефективні профілактичні програми включають тренінги з розвитку емпатії, медіацію конфліктів, групові заняття з формування навичок комунікації. Шкільне середовище повинно сприяти формуванню культури взаємоповаги та відповідального ставлення до інших. Активна участь педагогічного колективу в реалізації профілактичних заходів підвищує ефективність запобігання булінгу.

З метою узагальнення основних напрямів впливу шкільного середовища на запобігання булінгу серед підлітків було систематизовано ключові компоненти профілактичної діяльності освітнього закладу. На основі аналізу наукових джерел і сучасних педагогічних підходів укладено узагальнену характеристику факторів профілактики булінгу в освітньому середовищі.

Таблиця 1.1

Фактори шкільного середовища, що впливають на запобігання булінгу серед підлітків (укладено автором)

Фактор шкільного середовища	Характеристика впливу	Профілактичне значення
Психологічний клімат у класі	Формування атмосфери взаємоповаги, підтримки та довіри між учнями	Зниження рівня агресії та конфліктності
Педагогічна позиція вчителя	Демонстрація справедливості, відкритості та поваги до учнів	Формування моделей конструктивної взаємодії
Діяльність шкільного психолога	Психологічна діагностика, консультування та профілактичні програми	Своєчасне виявлення та попередження конфліктних ситуацій
Соціально-педагогічні програми	Проведення тренінгів з розвитку емпатії та ненасильницької комунікації	Формування навичок мирного вирішення конфліктів
Участь учнівського самоврядування	Активне залучення підлітків до підтримання безпечного середовища	Розвиток відповідальності та взаємодопомоги
Співпраця школи та сім'ї	Взаємодія педагогів і батьків у вирішенні проблем поведінки	Узгодженість виховних впливів

Аналіз представлених у таблиці 1.1 факторів шкільного середовища дозволяє розглядати освітній простір як комплексну систему соціально-педагогічного впливу на особистість підлітка. Сукупність організаційних, психологічних і комунікативних компонентів створює умови для формування безпечного освітнього середовища, у межах якого знижується ризик поширення агресивних моделей поведінки. Психологічний клімат класного колективу визначає характер взаємодії між учнями та впливає на формування групових норм поведінки. Т. В. Черних зазначає, що позитивна атмосфера у навчальному колективі сприяє розвитку емпатії та взаємної підтримки серед учнів [Т. В. Черних, 2022, с. 196–198]. У такому середовищі підлітки частіше

демонструють готовність допомагати одноліткам і протидіяти проявам несправедливості.

Педагогічна позиція вчителя виступає важливим регулятором соціальної взаємодії в учнівському колективі. Поведінка педагога формує у підлітків уявлення про допустимі норми спілкування та моделі вирішення конфліктів. Н. Ю. Максимова підкреслює, що педагогічна підтримка сприяє розвитку рефлексії та соціальної відповідальності учнів [Н. Ю. Максимова, 2024, с. 84–86]. Учитель, який демонструє повагу до особистості учня та справедливість у прийнятті рішень, створює умови для формування атмосфери довіри. Подібна взаємодія знижує рівень напруженості в колективі та запобігає формуванню деструктивних поведінкових стратегій.

Важливим елементом профілактики булінгу є діяльність психологічної служби школи. Психологічна діагностика та консультування дозволяють своєчасно виявляти ознаки емоційної напруги або конфліктів між учнями. І. В. Мамчур підкреслює значення соціально-психологічного супроводу дітей, які перебувають у складних життєвих обставинах, для запобігання розвитку деструктивних форм поведінки [І. В. Мамчур, 2023, с. 39–42]. Своєчасна психологічна підтримка допомагає підліткам усвідомлювати власні переживання та формувати конструктивні способи реагування на складні ситуації. Психолог школи виконує також функцію посередника у врегулюванні конфліктів між учнями.

Соціально-педагогічні програми, спрямовані на розвиток емпатії та комунікативних навичок, виступають ефективним інструментом профілактики булінгу. М. Ю. Радіонова та І. І. Осадченко розглядають соціальну профілактику деструктивного формування особистості як систему заходів, що сприяє розвитку соціальної компетентності та формуванню культури ненасильницької взаємодії [М. Ю. Радіонова, І. І. Осадченко, 2026, с. 505–507]. Проведення тренінгів, дискусійних занять і групових вправ дозволяє підліткам усвідомити наслідки агресивної поведінки. Розвиток

навичок емоційної регуляції та взаєморозуміння сприяє формуванню толерантного ставлення до інших.

Важливим фактором профілактики булінгу виступає співпраця школи та сім'ї. Батьки та педагоги мають узгоджувати виховні впливи та спільно реагувати на проблемні ситуації. О. В. Максим та Т. А. Рябовол підкреслюють, що комплексна профілактика девіантної поведінки підлітків потребує взаємодії різних соціальних інститутів [О. В. Максим, Т. А. Рябовол, 2023, с. 309–311]. Узгодженість дій батьків і педагогів сприяє формуванню стабільних моральних орієнтирів у підлітків. Спільна діяльність освітнього закладу та родини підвищує ефективність профілактичних заходів.

Отже, аналіз факторів шкільного середовища дозволяє дійти висновку, що профілактика булінгу потребує комплексного підходу, який охоплює педагогічну, психологічну та соціальну складові. Гармонійна взаємодія між учнями, педагогами та батьками створює умови для формування безпечного освітнього простору. Розвиток культури взаємоповаги, довіри та відповідальності сприяє зниженню рівня агресивної поведінки серед підлітків.

2.3. Діяльність соціального педагога у профілактиці булінгу

Проблема булінгу в освітньому середовищі потребує комплексного соціально-педагогічного реагування, у межах якого особливу роль відіграє діяльність соціального педагога. Функції цього фахівця охоплюють соціальну профілактику, діагностику, консультативну підтримку та організацію взаємодії між учнями, педагогами і батьками. Сучасні дослідження засвідчують, що ефективність протидії булінгу значною мірою залежить від системності профілактичної роботи та своєчасного виявлення ризиків агресивної поведінки. Г. О. Алексеєнко та Г. В. Коваль підкреслюють, що булінг у шкільному середовищі формується як складний соціально-психологічний процес, у якому переплітаються міжособистісні конфлікти, боротьба за статус та групові механізми домінування [Г. О. Алексеєнко, Г. В.

Коваль, с. 8–9]. Подібні прояви агресії нерідко залишаються прихованими від дорослих, що ускладнює їх своєчасне виявлення. Соціальний педагог у такій ситуації виступає ключовим посередником між учасниками освітнього процесу. Його діяльність спрямована на формування безпечного освітнього середовища та попередження деструктивних форм взаємодії між підлітками.

Профілактична діяльність соціального педагога передбачає систематичний аналіз соціально-психологічного клімату учнівського колективу. Підлітковий вік характеризується підвищеною емоційною чутливістю, прагненням до самоствердження та пошуком соціального статусу в групі однолітків. Н. В. Лалак зазначає, що агресивна поведінка у шкільному середовищі часто виникає як спосіб демонстрації сили або утвердження домінування в колективі [Н. В. Лалак, с. 35–36]. У таких умовах профілактична робота повинна бути спрямована на формування культури взаємоповаги та толерантності серед учнів. Соціальний педагог організовує тренінги, виховні заходи та інтерактивні заняття, які сприяють розвитку емпатії та комунікативних навичок. Розвиток емоційного інтелекту виступає важливим чинником зниження агресивності серед підлітків. Л. П. Журавльова та М. М. Шпак підкреслюють, що емпатія як психологічний механізм міжособистісної взаємодії сприяє формуванню здатності розуміти емоційні стани інших людей [Л. П. Журавльова, М. М. Шпак, с. 86–87].

Важливим напрямом діяльності соціального педагога є соціально-психологічна діагностика випадків булінгу. Своєчасне виявлення конфліктних ситуацій дозволяє запобігти ескалації насильства у шкільному колективі. І. С. Гудкова звертає увагу на те, що учасники булінгу виконують різні ролі у груповій структурі взаємодії, серед яких виділяють ініціатора агресії, жертву та пасивних спостерігачів [І. С. Гудкова, с. 130–132]. Визначення цих ролей дає можливість соціальному педагогу обрати адекватну стратегію соціально-педагогічного втручання. Діагностична робота включає проведення анкетування, спостереження за поведінкою учнів та індивідуальні бесіди. Психологічний аналіз міжособистісних відносин дозволяє виявити фактори

ризик у формування агресивних моделей поведінки. Отримані результати стають основою для розроблення індивідуальних програм соціально-педагогічної підтримки.

Соціальний педагог також здійснює консультативну роботу з учнями, які постраждали від булінгу. Жертви психологічного насильства нерідко переживають почуття страху, тривоги та соціальної ізоляції. Г. Л. Єфремова підкреслює, що систематичне приниження гідності підлітка призводить до зниження самооцінки та формування стійких емоційних травм [Г. Л. Єфремова, с. 38–40]. Консультативна допомога спрямована на відновлення психологічної рівноваги та формування навичок конструктивного реагування на конфліктні ситуації. У процесі роботи соціальний педагог застосовує методи індивідуального консультування, групових обговорень та психологічної підтримки. Поступове відновлення впевненості у власних можливостях сприяє зниженню негативних наслідків пережитого насильства. Робота з постраждалими учнями поєднується із заходами соціальної адаптації у колективі.

Не менш важливим напрямом профілактичної діяльності є робота з підлітками, які демонструють агресивні моделі поведінки. Причини агресії можуть бути пов'язані з сімейними конфліктами, психологічними труднощами або прагненням до домінування у групі. О. О. Кравченко розглядає булінг як складну соціально-психологічну проблему, що формується під впливом індивідуальних та соціальних чинників [О. О. Кравченко, с. 76–78]. Соціальний педагог у такій ситуації прагне змінити деструктивні поведінкові установки через виховну та корекційну роботу. Використання тренінгових методик, дискусій та рольових вправ дозволяє підліткам усвідомити наслідки власної поведінки. Формування відповідальності за власні дії сприяє поступовій зміні соціальних установок.

Важливим компонентом діяльності соціального педагога є співпраця з педагогічним колективом. Педагоги виступають першими спостерігачами поведінки учнів у навчальному процесі та можуть своєчасно помітити прояви

агресії або соціальної ізоляції. І. Г. Лубенець зазначає, що системна взаємодія між педагогами та фахівцями соціально-психологічної служби сприяє ефективному реагуванню на випадки насильства у школі [І. Г. Лубенець, с. 220–221]. Спільне обговорення проблемних ситуацій дозволяє визначити оптимальні шляхи їх вирішення. Соціальний педагог організовує методичні консультації та тренінги для педагогів щодо профілактики булінгу. Підвищення обізнаності педагогів сприяє формуванню єдиної стратегії реагування на прояви агресії.

Окрему увагу у профілактичній роботі приділяють взаємодії школи та сім'ї. Родинне середовище значною мірою впливає на формування поведінкових моделей підлітка. С. С. Стельмах наголошує, що прояви агресивної поведінки у підлітків часто пов'язані з дефіцитом емоційної підтримки або негативними моделями сімейної взаємодії [С. С. Стельмах, с. 205–206]. Соціальний педагог проводить індивідуальні консультації з батьками та організовує батьківські зустрічі. Такі заходи спрямовані на підвищення педагогічної культури родини та формування навичок конструктивного виховання. Спільна діяльність школи та сім'ї створює умови для ефективної профілактики булінгу.

Законодавче регулювання також визначає важливі орієнтири діяльності соціального педагога у сфері протидії булінгу. Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу» передбачає відповідальність за вчинення систематичного психологічного або фізичного насильства у освітньому середовищі [Закон України, 12.02.2026]. Нормативно-правові положення спрямовані на забезпечення безпеки учасників освітнього процесу. Соціальний педагог у межах своєї професійної компетенції бере участь у розслідуванні випадків булінгу та організації профілактичних заходів. Реалізація законодавчих норм сприяє формуванню відповідального ставлення до проблеми насильства в освітньому середовищі.

Аналіз діяльності соціального педагога у профілактиці булінгу дозволяє сформулювати такі узагальнення:

1. Соціальний педагог виступає ключовим суб'єктом профілактики булінгу, оскільки його діяльність спрямована на формування безпечного освітнього середовища та регуляцію міжособистісних відносин у шкільному колективі.
2. Профілактична робота включає діагностику соціально-психологічного клімату, консультування учнів, проведення тренінгів та корекційних програм, спрямованих на розвиток емпатії та соціальної відповідальності.
3. Ефективність протидії булінгу значною мірою залежить від взаємодії соціального педагога з педагогами, батьками та психологічною службою школи.
4. Реалізація законодавчих норм і системний підхід до профілактичної діяльності сприяють зниженню рівня насильства у підлітковому середовищі.

Отже, діяльність соціального педагога у профілактиці булінгу має комплексний і багаторівневий характер, оскільки охоплює діагностичний, консультативний, корекційно-розвивальний та координаційний напрями роботи. Ефективність цієї діяльності визначається здатністю фахівця своєчасно виявляти ризики агресивної поведінки, організовувати підтримку постраждалих учнів і здійснювати корекційний вплив на підлітків, схильних до насильницьких форм взаємодії. Соціальний педагог виступає посередником між учнями, педагогами, батьками та іншими суб'єктами освітнього процесу, забезпечуючи узгодженість профілактичних дій і формування безпечного шкільного середовища. Системна робота у цьому напрямі сприяє не лише зниженню рівня булінгу, а й розвитку соціальної компетентності, емпатії та відповідальності серед підлітків. Комплексне поєднання соціально-педагогічних, психологічних і правових механізмів впливу створює передумови для підвищення результативності профілактичної роботи та мінімізації деструктивних наслідків булінгу в освітньому середовищі.

Висновки до другого розділу

У другому розділі дослідження проаналізовано соціальні умови та механізми профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу, зокрема роль сімейного виховання, вплив шкільного середовища та діяльність соціального педагога як ключових факторів запобігання агресивним формам взаємодії у підлітковому середовищі. Узагальнення наукових підходів дозволило розглядати профілактику булінгу як комплексну соціально-педагогічну діяльність, що поєднує виховні, психологічні та організаційні механізми впливу на особистість підлітка.

Установлено, що сім'я виступає первинним соціальним інститутом формування ціннісних орієнтацій і моделей поведінки дитини. Характер емоційного клімату в родині, стиль батьківського виховання та рівень підтримки з боку дорослих безпосередньо впливають на розвиток самооцінки, соціальної відповідальності та здатності до конструктивної взаємодії з однолітками. Гармонійні сімейні взаємини, засновані на довірі, взаємоповазі та емоційній підтримці, сприяють формуванню психологічної стійкості підлітка та знижують ризик його залучення до насильницьких форм поведінки. Натомість дефіцит уваги, авторитарний стиль виховання або конфліктні сімейні відносини можуть сприяти виникненню агресивних або девіантних моделей поведінки.

З'ясовано, що шкільне середовище відіграє важливу роль у профілактиці булінгу, оскільки саме у межах освітнього простору відбувається активна соціалізація підлітків та формування міжособистісних відносин. Психологічний клімат навчального колективу, стиль педагогічної взаємодії та рівень соціально-психологічної підтримки учнів визначають характер поведінкових стратегій підлітків. Створення безпечного освітнього середовища передбачає розвиток культури взаємоповаги, толерантності та відповідального ставлення до інших. Важливими умовами запобігання булінгу

виступають системна виховна робота, впровадження профілактичних програм, а також діяльність психологічної служби закладу освіти.

Дослідження показало, що діяльність соціального педагога є одним із ключових механізмів профілактики булінгу та попередження деструктивних змін особистості підлітка. Соціальний педагог здійснює діагностику соціально-психологічного клімату учнівського колективу, організовує профілактичні заходи, надає консультативну допомогу учням і батькам та координує взаємодію між усіма учасниками освітнього процесу. Реалізація тренінгових програм, просвітницьких заходів і корекційної роботи сприяє розвитку соціальних навичок, емпатії та відповідальної поведінки серед підлітків. Важливою складовою діяльності соціального педагога виступає також співпраця з педагогічним колективом та сім'єю, що дозволяє забезпечити узгодженість профілактичних дій.

Отже, ефективна профілактика деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу можлива за умови комплексної взаємодії сім'ї, школи та фахівців соціально-педагогічної служби. Узгодженість виховних впливів, створення психологічно безпечного освітнього середовища та реалізація системних профілактичних заходів сприяють формуванню у підлітків конструктивних моделей поведінки, розвитку соціальної відповідальності та зниженню рівня агресії у шкільному середовищі.

РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА В УМОВАХ БУЛІНГУ

3.1. Організація та методика соціально-профілактичної роботи з підлітками

Організація соціально-профілактичної роботи з підлітками в умовах поширення булінгу ґрунтується на поєднанні діагностичного, просвітницького та корекційно-розвивального компонентів, що забезпечують цілісне охоплення проблеми та створюють передумови для її ефективного вирішення. У межах дослідження реалізовано комплексну програму, яка передбачає поетапну роботу з підлітками, спрямовану на виявлення рівня поширеності булінгу, особливостей міжособистісної взаємодії та формування навичок безпечної поведінки. Зміст такої діяльності узгоджується з положеннями сучасних наукових підходів до профілактики девіантної поведінки, зокрема у працях Н. Ю. Максимової, де наголошується на необхідності раннього виявлення ризиків та впровадження комплексних соціально-психологічних впливів [34, с. 78–93]. Аналітичні положення О. В. Максим і Т. А. Рябовол акцентують увагу на важливості поєднання діагностики та профілактики як взаємодоповнювальних процесів, що дозволяють не лише виявити проблему, але й своєчасно вплинути на її розвиток [35, с. 308–312]. З огляду на зазначене, організація роботи передбачає логічну послідовність етапів, кожен із яких має чітко визначене функціональне навантаження.

Першим етапом виступає проведення діагностичного дослідження, спрямованого на визначення рівня поширеності булінгу та особливостей міжособистісних взаємин у підлітковому середовищі. У межах дослідження використано стандартизовані психодіагностичні методики, що дозволяють отримати валідні та надійні результати. Зокрема, застосовано опитувальник

булінгу Ольвеуса, представлений у Додатку В, який дозволяє визначити інтенсивність проявів булінгу, а також ідентифікувати ролі учасників взаємодії, включаючи агресора та жертву. Використання даної методики обґрунтовується її широким застосуванням у міжнародній практиці та високим рівнем емпіричної апробації, що підкреслюється у дослідженнях D. Olweus, де булінг розглядається як систематична форма агресії з чітко вираженим дисбалансом сил [30, с. 495–498]. Паралельно використано опитувальник міжособистісних взаємин PRQ для дітей, представлений у Додатку Д, що дозволяє оцінити характер соціальних контактів, рівень підтримки та особливості взаємодії у групі. Отримані результати створюють емпіричну основу для подальшого аналізу та інтерпретації, який буде представлено у підрозділі 3.2.

Застосування двох взаємодоповнювальних методик забезпечує комплексний підхід до вивчення проблеми, оскільки дозволяє поєднати оцінку безпосередніх проявів булінгу з аналізом соціально-психологічного клімату у групі. Така інтеграція відповідає підходам, викладеним у роботах І. В. Мамчур, де підкреслюється значення соціального контексту у формуванні поведінкових реакцій підлітків [36, с. 40–42]. Поглиблене розуміння міжособистісних взаємин дозволяє виявити приховані ризики та визначити напрями подальшого профілактичного впливу. У свою чергу, результати діагностики стають підґрунтям для розробки цілеспрямованих заходів, спрямованих на корекцію поведінки та розвиток соціальних навичок.

Наступний етап передбачає реалізацію просвітницького компоненту, який спрямований на формування у підлітків усвідомленого ставлення до проблеми булінгу. У межах дослідження розроблено лекційне заняття на тему «Булінг: що це і як йому протидіяти», представлене у Додатку А. Зміст лекції сформовано з урахуванням сучасних наукових підходів до розуміння булінгу як соціально-психологічного феномену, що відображено у працях Ю. В. Градової, де акцентується на суб'єктивному сприйнятті булінгу підлітками та його впливі на емоційний стан [47, с. 12–15]. Матеріал лекції структуровано

таким чином, щоб забезпечити не лише передачу знань, але й активізацію мислення учасників через інтерактивні елементи, що сприяє кращому засвоєнню інформації. Зміст охоплює сутність булінгу, його основні види, ролі учасників та наслідки, що дозволяє сформуванню цілісного уявлення про проблему.

Розробка лекційного заняття здійснювалася з урахуванням положень, викладених у роботах О. М. Корнійчук, де булінг розглядається як складне соціально-психологічне явище, що потребує системного підходу до профілактики [11, с. 47–49]. Акцент на поєднанні теоретичного матеріалу з обговоренням реальних ситуацій дозволяє підвищити рівень залученості підлітків та сприяє формуванню критичного мислення. Така форма роботи забезпечує перехід від пасивного сприйняття інформації до її осмислення та застосування у практичних ситуаціях.

Зміст лекційного заняття «Булінг: що це і як йому протидіяти» було спрямовано не лише на інформування підлітків, а й на формування усвідомленого ставлення до проблеми міжособистісної агресії як соціально небезпечного явища. Основною метою виступало розширення уявлень учнів про сутність булінгу, його структурні ознаки та форми прояву, а також формування здатності до його розпізнавання у повсякденному житті. Зміст лекції побудовано таким чином, щоб поступово перевести підлітків від побутового розуміння конфлікту до науково обґрунтованого усвідомлення булінгу як систематичної агресії, що характеризується нерівністю сил та спрямованістю на приниження іншої особи.

Подання матеріалу супроводжувалося аналізом типових ситуацій, що дозволяло актуалізувати особистий досвід учасників і сприяло глибшому засвоєнню змісту. Такий підхід узгоджується з положеннями Ю. В. Градової, яка підкреслює, що сприйняття булінгу підлітками значною мірою залежить від їхнього індивідуального досвіду та рівня усвідомлення ситуації [47, с. 13–14]. Акцент було зроблено на розмежуванні понять конфлікту та булінгу, що

дозволяє уникнути помилкових інтерпретацій і формує більш точне розуміння соціальних взаємодій.

Окрему увагу в межах лекції приділено розгляду ролей учасників булінгової взаємодії, що дозволяє підліткам усвідомити власну позицію у подібних ситуаціях. Залучення інтерактивних елементів у вигляді обговорення ситуацій сприяло активізації когнітивної діяльності та розвитку критичного мислення. Така організація відповідає підходам, окресленим О. М. Корнійчук, де наголошується на необхідності поєднання інформування з активною участю учнів у процесі осмислення проблеми [11, с. 48–49]. У результаті лекційне заняття забезпечило не лише передачу знань, але й формування первинних навичок аналізу соціальних ситуацій та оцінювання поведінки.

Поглиблення впливу на особистісний розвиток підлітків було досягнуто через впровадження соціально-психологічного тренінгу «Стоп булінг: формування безпечної взаємодії у підлітковому середовищі», який мав виражений практико-орієнтований характер. Метою тренінгу виступало формування у підлітків навичок емоційної саморегуляції, розвитку емпатії та засвоєння ефективних моделей поведінки у ситуаціях міжособистісної взаємодії. Зміст тренінгу розроблено з урахуванням сучасних підходів до розвитку соціально-емоційної компетентності, що відображено у працях Л. П. Журавльової, де емпатія розглядається як ключовий чинник гармонізації міжособистісних відносин [8, с. 86–87].

У процесі тренінгової роботи використовувалися вправи, спрямовані на усвідомлення емоційних станів, що виникають у ситуаціях булінгу, а також на формування здатності до співпереживання. Залучення учасників до обговорення власного досвіду дозволяло актуалізувати особистісні ресурси та сприяло глибшому розумінню проблеми. Особливе значення мало моделювання ситуацій булінгу, у межах якого учасники аналізували поведінку різних сторін та визначали можливі стратегії реагування. Така форма роботи забезпечує перенесення отриманих знань у практичну площину та формує готовність до їх застосування у реальному житті.

Робота з рольовими ситуаціями дозволила підліткам усвідомити значущість позиції спостерігача та його потенційний вплив на розвиток подій. Аналіз альтернативних моделей поведінки сприяв формуванню відповідального ставлення до власних дій та розвитку соціальної зрілості. Подібний підхід відповідає положенням С. О. Генік, яка розглядає підлітковий вік як період інтенсивного формування ідентичності та соціальних ролей [46, с. 45–46].

Окремий блок тренінгу було спрямовано на формування навичок підтримки інших, що передбачає розвиток соціальної чутливості та здатності до надання допомоги. Обговорення конкретних способів підтримки дозволило учасникам сформулювати уявлення про ефективні моделі взаємодії та підвищило рівень їхньої готовності до активної соціальної позиції. Залучення до рефлексивної діяльності забезпечило усвідомлення отриманого досвіду та його інтеграцію у власну систему цінностей.

Реалізація тренінгової програми сприяла формуванню у підлітків практичних навичок конструктивної поведінки, розвитку емоційної компетентності та зниженню рівня толерантності до агресивних проявів. Поєднання лекційного та тренінгового форматів забезпечило цілісність впливу, оскільки дозволило інтегрувати когнітивний та поведінковий компоненти навчання. Така організація роботи відповідає сучасним вимогам до соціально-педагогічної діяльності та створює умови для ефективної профілактики булінгу у підлітковому середовищі.

Комплексний характер запропонованої програми забезпечує поєднання діагностичного та профілактичного впливу, що відповідає сучасним вимогам до організації соціально-педагогічної діяльності. Узгодженість етапів роботи дозволяє досягти системного впливу на підліткове середовище та сприяє зниженню рівня агресивної поведінки. Розроблені заходи мають практичну спрямованість та можуть бути використані у діяльності соціальних педагогів, психологів та інших фахівців, які працюють із підлітками.

Узагальнюючи, організація та методика соціально-профілактичної роботи з підлітками передбачає інтеграцію науково обґрунтованих підходів, використання валідних діагностичних інструментів та впровадження ефективних форм роботи, що забезпечує досягнення поставлених цілей і створює умови для формування безпечного соціального середовища.

3.2. Аналіз результатів упровадження профілактичних заходів протидії булінгу

Оцінювання результативності впроваджених соціально-профілактичних заходів виступає необхідною умовою визначення їх ефективності та обґрунтування доцільності подальшого використання у практиці роботи з підлітками. У межах дослідження аналіз здійснюється на основі порівняння показників, отриманих на діагностичному та контрольному етапах, що дозволяє простежити динаміку змін у рівні проявів булінгу та особливостях міжособистісної взаємодії. Використання стандартизованих методик забезпечує достовірність отриманих результатів та створює можливість для їх об'єктивної інтерпретації.

Застосування опитувальника булінгу Ольвеуса та опитувальника міжособистісних взаємин дозволяє комплексно оцінити як інтенсивність булінгових проявів, так і зміни у соціально-психологічному кліматі підліткового середовища. Порівняння результатів до та після реалізації профілактичної програми дозволяє визначити ефективність запропонованих заходів та виявити позитивні зміни у поведінці та взаємодії підлітків.

Емпіричне дослідження було проведено серед 40 підлітків віком 13–16 років, що навчаються у закладі загальної середньої освіти. Вибірка характеризується відносною гендерною збалансованістю: 22 особи жіночої статі та 18 осіб чоловічої статі, що забезпечує репрезентативність отриманих результатів та дозволяє врахувати особливості прояву булінгу в різних гендерних групах. Організація дослідження передбачала проведення

первинної діагностики до впровадження профілактичної програми та повторного вимірювання після її реалізації, що дало можливість простежити динаміку змін.

Представлені у таблиці 3.1 результати відображають динаміку змін рівня поширеності булінгу серед підлітків за показниками частоти його проявів до та після впровадження розробленої соціально-профілактичної програми. Узагальнення отриманих даних дозволяє простежити кількісні зміни у досвіді віктимізації респондентів та оцінити ефективність проведених заходів. Порівняльний аналіз показників здійснено на основі результатів, отриманих за допомогою опитувальника булінгу Ольвеуса, що забезпечує об'єктивність і достовірність вимірювання. Таблиця 3.1. містить представлення даних сприяє більш наочному відображенню тенденцій та дозволяє виявити як позитивні зрушення, так і збереження окремих проблемних аспектів у підлітковому середовищі.

Таблиця 3.1

Динаміка показників поширеності булінгу серед підлітків до та після впровадження профілактичної програми (за методикою OBVQ)

Частота проявів булінгу	До впровадження (осіб)	До (%)	Після впровадження (осіб)	Після (%)
Не стикалися з булінгом	12	30 %	22	55 %
1–2 рази за кілька місяців	16	40 %	12	30 %
2–3 рази на місяць	8	20 %	4	10 %
1 раз на тиждень	3	7,5 %	1	2,5 %
Кілька разів на тиждень	1	2,5 %	1	2,5 %
Усього	40	100 %	40	100 %

Аналіз результатів, представлених у таблиці 3.1, дозволяє виявити виражену позитивну динаміку змін у частоті проявів булінгу серед підлітків

після впровадження соціально-профілактичної програми. Кількість респондентів, які зазначили відсутність досвіду булінгу протягом останніх кількох місяців, зросла з 30 % до 55 %, що відображає суттєве покращення соціально-психологічного клімату в учнівському середовищі. Збільшення цієї категорії свідчить про зниження загального рівня напруженості у міжособистісних взаєминах та формування більш безпечного середовища для взаємодії. Позитивні зрушення такого характеру можуть бути пов'язані з підвищенням рівня обізнаності підлітків щодо сутності булінгу та формуванням у них навичок конструктивної поведінки, які були закладені у процесі реалізації лекційного та тренінгового компонентів програми. Зростання частки учнів, які не стикаються з булінгом, також відображає підвищення рівня соціальної відповідальності у групі та зниження толерантності до агресивних проявів.

Динаміка змін у групі підлітків, які повідомили про поодинокі випадки булінгу, демонструє зниження показника з 40 % до 30 %, що свідчить про часткову трансформацію поведінкових моделей у напрямі зменшення епізодичних проявів агресії. Зменшення цієї категорії може бути інтерпретоване як результат переходу частини підлітків до більш безпечного рівня взаємодії, а також як наслідок підвищення здатності розпізнавати булінг та уникати участі у подібних ситуаціях. Водночас збереження певної частки респондентів у цій групі вказує на наявність залишкових ризиків, що потребують подальшого профілактичного впливу. Така ситуація є типовою для підліткового середовища, де соціальні взаємодії мають динамічний характер і потребують системної підтримки з боку педагогічних та соціальних працівників.

Значне скорочення кількості підлітків, які зазнають булінгу із частотою 2–3 рази на місяць, з 20 % до 10 %, відображає зниження середнього рівня інтенсивності булінгових проявів. Така тенденція свідчить про ефективність профілактичної роботи у напрямі зменшення регулярності агресивної поведінки та підвищення здатності підлітків до саморегуляції. Виявлені зміни

можуть бути пояснені формуванням навичок конструктивного вирішення конфліктів, що відпрацьовувалися у межах тренінгових вправ, а також розвитком емпатії, яка сприяє усвідомленню наслідків власної поведінки для інших. Зниження частоти таких проявів має особливе значення, оскільки саме регулярні форми булінгу мають найбільш деструктивний вплив на особистісний розвиток підлітка.

Аналіз показників, що характеризують регулярні прояви булінгу, демонструє їх суттєве скорочення. Частка підлітків, які зазначили наявність булінгу один раз на тиждень, зменшилася з 7,5 % до 2,5 %, що свідчить про зниження рівня систематичної агресії у групі. Зменшення цього показника є важливим індикатором ефективності впроваджених заходів, оскільки регулярність агресивної поведінки є однією з ключових характеристик булінгу. Позитивні зміни у цій категорії можуть бути пов'язані з формуванням у підлітків навичок самоконтролю та усвідомленням соціальних наслідків власних дій. Водночас збереження поодиноких випадків свідчить про необхідність подальшого індивідуального супроводу окремих учнів, які залишаються у групі ризику.

Наявність незмінного показника у категорії «кілька разів на тиждень», який становить 2,5 % як до, так і після впровадження програми, відображає складність впливу на найбільш стійкі форми агресивної поведінки. Збереження даного показника може бути зумовлене глибинними особистісними або соціальними чинниками, які потребують більш тривалого та індивідуалізованого втручання. Подібні випадки часто пов'язані з особливостями сімейного виховання, рівнем емоційної регуляції або соціальним досвідом підлітків. Така ситуація підкреслює необхідність комплексного підходу до профілактики, який поєднує групову роботу з індивідуальним супроводом.

Загальна динаміка змін свідчить про зниження рівня булінгу та покращення якості міжособистісних взаємин у підлітковому середовищі. Виявлені результати відображають ефективність поєднання просвітницьких та

тренінгових форм роботи, які забезпечують вплив як на когнітивний, так і на поведінковий рівні. Формування у підлітків усвідомленого ставлення до проблеми булінгу, розвиток емпатії та навичок конструктивної взаємодії сприяли зниженню агресивних проявів та підвищенню рівня соціальної відповідальності. Отримані дані дозволяють констатувати, що впроваджена програма має позитивний вплив на підліткове середовище та може бути рекомендована для використання у практиці соціально-педагогічної діяльності.

З метою більш глибокого вивчення особливостей міжособистісної взаємодії підлітків та оцінювання змін після впровадження профілактичної програми було використано опитувальник міжособистісних взаємин PRQ для дітей. Отримані результати дозволяють визначити рівень вираженості агресивних тенденцій, досвіду віктимізації та сформованості просоціальної поведінки у підлітковому середовищі. Порівняння показників до та після реалізації програми дає можливість простежити динаміку змін та оцінити ефективність проведених заходів.

Таблиця 3.2

Динаміка показників міжособистісних взаємин підлітків (за методикою PRQ)

Шкала	До впровадження (середній бал)	Рівень	Після впровадження (середній бал)	Рівень
Агресор (Bully Scale)	15,2	середній/підвищений	11,1	середній/знижений
Жертва (Victim Scale)	13,8	середній	10,4	знижений
Просоціальна поведінка	10,6	середній	13,9	підвищений

Аналіз результатів, отриманих за методикою PRQ, дозволяє виявити суттєві зміни у структурі міжособистісних взаємин підлітків після впровадження соціально-профілактичної програми. Показники за шкалою агресора демонструють помітне зниження середнього значення з 15,2 до 11,1 балів, що відображає зменшення схильності підлітків до агресивної поведінки у взаємодії з однолітками. Зниження даного показника свідчить про послаблення домінантних та конфліктних форм поведінки, що можуть виступати передумовою булінгових проявів. Отримані результати дозволяють припустити, що впроваджені заходи сприяли розвитку самоконтролю та формуванню альтернативних, більш конструктивних моделей поведінки.

Динаміка змін за шкалою жертви також має позитивний характер, оскільки середній показник зменшився з 13,8 до 10,4 балів. Така тенденція відображає зниження рівня віктимізації та покращення суб'єктивного відчуття безпеки у підлітковому середовищі. Зменшення частоти переживання ситуацій приниження, ігнорування або фізичного впливу свідчить про покращення соціального клімату в групі та зниження рівня напруженості у міжособистісних відносинах. Позитивні зміни у цій сфері можуть бути пов'язані з формуванням у підлітків навичок розпізнавання булінгу та готовності звертатися по допомогу.

Найбільш виражена позитивна динаміка спостерігається за просоціальною шкалою, де середній показник зріс з 10,6 до 13,9 балів. Підвищення рівня просоціальної поведінки відображає розвиток у підлітків готовності до співпраці, взаємодопомоги та підтримки інших. Зростання цього показника свідчить про формування більш гуманістично орієнтованих моделей взаємодії, що сприяють зниженню агресії та підвищенню рівня згуртованості у групі. Розвиток просоціальних установок виступає важливим фактором профілактики булінгу, оскільки сприяє формуванню середовища, у якому агресивна поведінка не підтримується.

Комплексний аналіз отриманих результатів дозволяє констатувати, що впроваджена програма соціально-профілактичної роботи сприяла позитивним

змінам у системі міжособистісних взаємин підлітків. Зниження рівня агресії та віктимізації у поєднанні зі зростанням просоціальної поведінки відображає гармонізацію соціального середовища та підвищення рівня психологічної безпеки. Виявлені зміни підтверджують ефективність поєднання просвітницьких та тренінгових форм роботи, що забезпечують вплив як на когнітивний, так і на поведінковий рівні.

3.3. Методичні рекомендації щодо соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка

Узагальнення результатів теоретичного аналізу наукових джерел та емпіричного дослідження дозволило систематизувати основні підходи до соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу та представити їх у вигляді цілісної моделі. Запропонована система відображає логіку організації соціально-педагогічного впливу, що передбачає поєднання діагностичних, просвітницьких, корекційно-розвивальних і соціально-підтримувальних заходів. Така структуризація забезпечує послідовність і взаємозв'язок етапів роботи, що сприяє підвищенню ефективності профілактичної діяльності.

Результати проведеного дослідження засвідчили доцільність комплексного підходу до вирішення проблеми булінгу, оскільки окремі заходи не забезпечують стійкого ефекту без їх системного поєднання. З огляду на це, у межах роботи нами узагальнено ключові напрями соціально-профілактичної діяльності та представлено їх у вигляді структурної моделі, що відображена на рисунку 3.1. Вона демонструє взаємозалежність основних компонентів профілактики та їх роль у формуванні безпечного соціального середовища.

Запропонована модель відображає не лише зміст профілактичної роботи, але й механізм її реалізації через послідовне поєднання різних форм і методів впливу на підліткове середовище. Її впровадження забезпечує

цілісність соціально-педагогічного процесу та створює умови для попередження деструктивних змін у розвитку особистості підлітка.



Рис. 3.1. Система соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу

Діагностичний компонент виступає базовим елементом системи, оскільки саме він забезпечує виявлення актуального стану проблеми та визначення рівня її поширеності. Реалізація даного напрямку передбачає використання стандартизованих психодіагностичних інструментів, які дозволяють оцінити як рівень булінгу, так і особливості міжособистісних взаємин у групі. Отримані результати створюють основу для подальшого планування профілактичних заходів та визначення груп ризику. Поглиблений аналіз діагностичних даних дозволяє не лише констатувати наявність проблеми, але й виявити її специфіку, що забезпечує індивідуалізацію подальшого впливу. Застосування систематичного моніторингу дозволяє відстежувати динаміку змін та коригувати зміст роботи відповідно до отриманих результатів.

Просвітницький компонент спрямований на формування у підлітків усвідомленого ставлення до проблеми булінгу та розширення їхніх знань про його сутність, форми та наслідки. Реалізація цього напрямку передбачає

проведення лекційних занять, що забезпечують когнітивне осмислення явища та сприяють формуванню критичного ставлення до агресивної поведінки. Зміст просвітницької роботи орієнтований на розмежування понять конфлікту та булінгу, що дозволяє уникнути помилкових інтерпретацій та підвищує точність сприйняття соціальних ситуацій. Включення правового аспекту сприяє формуванню відповідальності за власну поведінку та усвідомленню можливих наслідків агресивних дій. Така форма роботи створює передумови для зміни установок і формування негативного ставлення до насильства як соціально неприйнятної явища.

Корекційно-розвивальний компонент забезпечує формування практичних навичок, необхідних для ефективної взаємодії у соціальному середовищі. Його реалізація передбачає проведення соціально-психологічних тренінгів, спрямованих на розвиток емоційної компетентності, емпатії та комунікативних умінь. Використання інтерактивних методів дозволяє створити умови для активного включення підлітків у процес навчання та сприяє формуванню поведінкових стратегій, орієнтованих на конструктивну взаємодію. Моделювання реальних ситуацій забезпечує перенесення отриманих знань у практичну площину та формує готовність до їх застосування у повсякденному житті. Розвиток навичок саморегуляції сприяє зниженню імпульсивності поведінки та підвищенню здатності до контролю емоційних реакцій.

Соціально-підтримувальний компонент спрямований на створення умов для надання допомоги учасникам булінгової взаємодії та забезпечення стабільності отриманих результатів. Робота у межах даного напрямку передбачає підтримку підлітків, які зазнають булінгу, а також корекцію поведінки агресорів. Взаємодія з батьками та педагогами дозволяє забезпечити узгодженість впливу та створити єдине виховне середовище. Залучення різних суб'єктів соціального впливу сприяє формуванню системного підходу до профілактики та підвищує ефективність реалізованих заходів. Така організація

роботи забезпечує стійкість досягнутих змін та сприяє закріпленню позитивних моделей поведінки.

Висновки до третього розділу

У третьому розділі дослідження розкрито практичні аспекти соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу та обґрунтовано ефективність комплексного підходу до вирішення зазначеної проблеми. Реалізація соціально-профілактичної роботи здійснювалася через поєднання діагностичного, просвітницького та корекційно-розвивального компонентів, що забезпечило цілісність впливу на підліткове середовище. Використання валідних психодіагностичних методик дозволило визначити вихідний рівень поширеності булінгу та особливості міжособистісних взаємин, що стало основою для розробки цілеспрямованих профілактичних заходів.

У межах практичної реалізації було впроваджено авторську програму, що включала лекційне заняття та соціально-психологічний тренінг, спрямовані на формування усвідомленого ставлення до проблеми булінгу, розвиток емпатії та навичок конструктивної взаємодії. Поєднання теоретичного інформування з інтерактивними формами роботи забезпечило активне залучення підлітків до процесу та сприяло формуванню практичних умінь реагування на агресивні прояви. Організація роботи відповідала сучасним підходам до соціально-педагогічної діяльності та дозволила досягти узгодженого впливу на когнітивну, емоційну та поведінкову сфери особистості.

Аналіз результатів упровадження профілактичних заходів засвідчив наявність позитивної динаміки змін у підлітковому середовищі. Встановлено зниження частоти проявів булінгу, зменшення рівня агресивної поведінки та віктимізації, а також підвищення показників просоціальної взаємодії. Отримані результати підтверджують ефективність запропонованої програми

та її вплив на покращення соціально-психологічного клімату в групі. Виявлені зміни свідчать про формування більш безпечного середовища, у якому знижується рівень толерантності до агресії та підвищується відповідальність за власну поведінку.

Узагальнення результатів дослідження дозволило розробити методичні рекомендації, що відображають системний підхід до соціальної профілактики булінгу. Представлена модель включає взаємопов'язані компоненти, реалізація яких забезпечує послідовний та цілеспрямований вплив на підліткове середовище. Її впровадження сприяє не лише зниженню рівня булінгу, але й створює умови для гармонійного розвитку особистості підлітка.

Таким чином, результати третього розділу підтверджують доцільність використання комплексної соціально-профілактичної програми, яка поєднує діагностику, просвітницьку діяльність та тренінгову роботу, і може бути ефективно застосована у практиці роботи фахівців соціальної сфери.

ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів дослідження, здійсненого відповідно до поставлених завдань, дозволяє сформулювати комплексні висновки щодо проблеми соціальної профілактики деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу.

У межах виконання першого завдання проаналізовано наукові підходи до розуміння феномену булінгу, що дозволило розкрити його багатовимірну природу як соціально-психологічного явища. Встановлено, що булінг характеризується систематичністю агресивної поведінки, наявністю дисбалансу сил між учасниками взаємодії та цілеспрямованим нанесенням шкоди іншій особі. Узагальнення наукових джерел дало змогу виокремити основні види булінгу, серед яких фізичний, психологічний, соціальний та кібербулінг, кожен з яких має специфічні прояви та наслідки. Виявлено, що булінг функціонує як складна система міжособистісної взаємодії, у якій чітко простежуються ролі агресора, жертви та спостерігачів. Аналіз теоретичних підходів дозволив розглядати булінг не лише як індивідуальну поведінкову девіацію, а як соціально обумовлений процес, що формується під впливом середовищних факторів. Результати теоретичного узагальнення створили підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження та розробки профілактичних заходів.

Реалізація другого завдання забезпечила розкриття психолого-соціальних особливостей формування особистості підлітка та визначення чинників, що сприяють виникненню деструктивних змін. Встановлено, що підлітковий вік характеризується інтенсивним розвитком самосвідомості, емоційною нестабільністю та підвищеною залежністю від соціального оточення. У процесі дослідження з'ясовано, що негативний досвід міжособистісної взаємодії, зокрема переживання булінгу, призводить до формування заниженої самооцінки, підвищеної тривожності, соціальної ізоляції та агресивних форм поведінки. Виокремлено ключові чинники ризику, серед яких несприятливі умови сімейного виховання, недостатній рівень

емоційної підтримки, порушення комунікативних навичок та вплив групових норм у підлітковому середовищі. Отримані результати підтверджують, що деструктивне формування особистості є наслідком взаємодії індивідуально-психологічних і соціальних факторів, що вимагає комплексного підходу до профілактики.

У межах третього завдання досліджено соціальні умови профілактики булінгу у сімейному та шкільному середовищі та визначено їхній вплив на поведінкові стратегії підлітків. Встановлено, що ефективна профілактика булінгу можлива за умови узгодженої взаємодії основних соціалізуючих інститутів, зокрема сім'ї та закладу освіти. Виявлено, що позитивний емоційний клімат у сім'ї, довірливі стосунки між батьками і дітьми та послідовна виховна позиція сприяють формуванню стійких просоціальних установок і знижують ризик залучення до булінгової поведінки. У шкільному середовищі визначальну роль відіграє створення безпечного освітнього простору, впровадження профілактичних програм та формування культури ненасильницької взаємодії. Результати емпіричного дослідження підтвердили, що рівень агресивних проявів і віктимізації безпосередньо залежить від якості соціального середовища та характеру міжособистісних взаємин у групі.

Виконання четвертого завдання передбачало розробку, впровадження та оцінку ефективності програми соціально-профілактичної роботи, спрямованої на запобігання булінгу та формування безпечної взаємодії. У ході дослідження було створено комплекс заходів, що включає лекційне заняття та соціально-психологічний тренінг, орієнтовані на підвищення обізнаності підлітків, розвиток емоційної компетентності та формування навичок конструктивної поведінки. Результати повторної діагностики засвідчили позитивну динаміку змін, що проявилася у зниженні частоти булінгових проявів, зменшенні рівня агресії та віктимізації, а також у підвищенні показників просоціальної поведінки. Отримані дані підтверджують ефективність запропонованої програми та її доцільність для використання у практиці соціально-педагогічної діяльності.

Загалом результати дослідження дозволяють стверджувати, що соціальна профілактика деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу має здійснюватися на основі комплексного, системного підходу, що поєднує теоретичне обґрунтування, емпіричне дослідження та практичну реалізацію профілактичних заходів. Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні вибірки, поглибленні вивчення індивідуальних особливостей підлітків та удосконаленні методів профілактики булінгу з урахуванням сучасних соціокультурних умов.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєнко Г. О., Коваль Г. В. Сучасні підходи до визначення та класифікації булінгу в шкільних підліткових колективах. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська академія»*. 2016. Т. 269, вип. 257. С. 7–11.
2. Андрусишин Р. Аналіз особливостей розвитку девіантної поведінки підлітків. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Право*. 2022. Вип. 69. С. 13–19.
3. Барліт О. О., Барліт А. Ю. Шкільний булінг в сучасному освітньому середовищі. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету*. 2016. Вип. 1. С. 56–62.
4. Божик М. В., Левандовська Л. Ю., Трифонюк В. М. Особливості формування особистості у підлітковому віці // Медико-біологічні проблеми фізичного виховання різних груп населення : матеріали VII наук.-практ. конф. (м. Кременець, 10 груд. 2021 р.) / ред. В. В. Чижик. Кременець : КОГПА, 2021. С. 23–25
5. Брашеван О. А., Караджи О. С. Соціально-психологічні особливості підліткового віку // Current Challenges of Science and Education : Proceedings of the 10th International Scientific and Practical Conference. Berlin : MDPC Publishing, 2024. P. 297–299
6. Бугайова Н. М., Гладких К. М. Вплив стилю сімейного виховання на шкільну успішність підлітків. : Editorial Board, 2020. 661 с.
7. Гаврилькевич В. К. Зміни механізмів психологічного захисту у студентів-психологів першого курсу у процесі навчання. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 6, т. 2. С. 21–26.
8. Генік С. О. Проблематика кризи ідентичності в підлітковому віці // Теоретико-методологічні проблеми практичної психології та її перспективи розвитку : збірник / Кропивницький, 2021. С. 44–47

9. Герасименко Л.О., Скрипніков А.М., Ісаков Р.І. Реакції на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад: навчальний посібник. Київ: ВСВ «Медицина», 2023. 120 с
10. Градова Ю. В. Булінг в Україні: проблема очима дитини. Науковий вісник Ужгородського національного університету. 2021. № 41.
11. Гуд Г. О. Емоційна сфера особистості: теоретико-методологічний аспект дослідження. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. 14, вип. 1. С. 84–94.
12. Гудкова І. С. Соціально-психологічні особливості булінгу в підлітковому середовищі. *Актуальні проблеми психології*. 2018. № 16. С. 128–139.
13. Домбровський І., Самолук Т. Вікові та психологічні передумови становлення особистої рефлексії в підлітковому віці // Психосоціальні ресурси особистісного та соціального розвитку в епоху глобалізації : матеріали конференції. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. С. 114–118.
14. Єфремова Г. Л. Причини та наслідки шкільного булінгу. *Педагогічна майстерня*. 2018. № 1. С. 37–42.
15. Журавльова Л. П., Шпак М. М. Емпатія як психологічний механізм розвитку міжособистісного емоційного інтелекту. *Science and Education a New Dimension*. 2015. № 3 (25). С. 85–88.
16. Каліновська Т. С. Психологічні особливості розвитку особистості підлітка *Освіта і наука*. 2021. № 1. 2 с.
17. Кормило О. Явище булінгу в освітньому просторі. *Проблеми гуманітарних наук. Серія «Психологія»*. Вип. 35. С. 174–187.
18. Корнієнко Т. І., Чернишова Н. І. Булінг серед українських підлітків: особливості та профілактика. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2020. № 39 (1). С. 115–120.
19. Корнійчук О. М. Булінг як соціально-психологічна проблема: феномен, діагностика, корекція. *Науковий вісник Ужгородського університету*. 2019. № 1. С. 46–50.

- 20.Кравченко О. О. Булінг як соціально-психологічна проблема сучасності. *Науковий вісник НУБіП України*. 2019. № 2. С. 75–82.
- 21.Краєва О. А. Подолання кризи ідентичності в підлітковому віці: монографія. Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2018. 218 с.
- 22.Кропивка Н., Бурбело І. Соціально-психологічні аспекти вивчення проблеми насильства у школах України. *Наукові записки НаУКМА*. 2018. № 11 (1). С. 18–23.
- 23.Кузьмінський Є. В. Булінг як соціальна проблема підлітків. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2017. № 38. С. 65–71.
- 24.Лалак Н. В. Булінг в освітньому середовищі сучасного закладу загальної середньої освіти: теоретичний аспект. *Науковий вісник Мукачівського державного університету*. 2019. № 1. С. 34–36.
- 25.Лебедєва О. В. Булінг як проблема підліткового середовища: аналіз стану та шляхи вирішення. *Вісник психології і педагогіки*. 2018. № 2. С. 49–56.
- 26.Литвинова О. Профілактика насильства серед школярів: український контекст. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. 2020. № 66. С. 22–29.
- 27.Литвинова О., Бердник І. Насильство у шкільному середовищі: причини та наслідки. *Педагогіка і психологія*. 2016. № 2. С. 91–97.
- 28.Лубенець І. Г. Насильство серед учнів загальноосвітніх навчальних закладів (булінг та його причини). *Наука і правоохорона*. 2016. № 1. С. 218–223.
- 29.Лялін І. Соціально-психологічні фактори формування девіантної поведінки підлітків. *Психологічні перспективи*. 2020. № 36. С. 94–102.
- 30.Максим О.В. Стресогенний вплив як фактор деформації ціннісних орієнтацій підлітків: матеріали Першої Всеукраїнської науково-практичної конференції з адиктології: Зб. матеріалів / За ред. С.Д. Максименка. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 175 с.

- 31.Максим О.В., Рябовол Т.А. Профілактика порушень особистісного розвитку неповнолітніх у складних життєвих обставинах // Збірник матеріалів Х міжнародної науково-практичної конференції «Science and technology: problems, prospects and innovations» 8-10 червня 2023р., Осака, Японія. С. 308- 319.
- 32.Максимова Н.Ю., Максимов М.В., Щербина-Прилука В.М. Розвиток рефлексії як фактор попередження посттравматичних стресових розладів у дітей. Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українського народу у воєнний і повоєнний час: матеріали методологічного семінару НАПН України 16 листопада 2023 року: зб. матеріалів. С. 323-328.
- 33.Максимова Н.Ю., Щербина-Прилука В.М. Особливості формування рефлексії у дітей з девіантною поведінкою. Українська психологія. XXI століття. Початок. (Дні української психології в Берліні): матеріали науковопрактичної конференції з міжнародною участю 27-28 квітня 2023 року: Зб. матеріалів. С. 217-221.
- 34.Мамчур, І. В. Соціально-психологічний супровід дітей із сімей, які опинилися у складних життєвих обставинах. Наукові записки. Серія: Психологія, 2023, (1), С. 39–44.
- 35.Матковська Т. Суїцидальна поведінка у підлітків з депресивними розладами. Охорона здоров'я дітей та підлітків. 2022. №2. С. 25-29
- 36.Орленко І. М., Саврасих Л. Д. Виховання підлітків у контексті сучасних соціокультурних змін: вплив різних стилів виховання на формування ціннісних орієнтирів. Ментальне здоров'я. 2024. Т. 3. С. 56–60.
- 37.Павленко А. Психосоціальні виклики підліткового віку в умовах воєнного стану. Освіта і розвиток обдарованої особистості. 2022. 4(87). С. 18– 24.
- 38.Пайос Т. В., Салюк М. А. Вплив стилю сімейного виховання на формування патохарактерологічних рис характеру. Актуальні проблеми юриспруденції та психології : матеріали V. 2024. С. 121.

39. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) : Закон України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text> (дата звернення: 12.02.2026).
40. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII (станом на 21.11.2021). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 12.02.2026).
41. Профілактика девіацій розвитку особистості у складних життєвих обставинах: монографія / Н.Ю. Максимова, А.М. Грись, М.М. Павлюк, І.Ф. Манілов, Т.А. Рябовол, Л. А.Філоненко, О.В. Максим, В.М. Щербина-Прилука, Д.Ю. Старков; за ред. Н. Ю. Максимової. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 250 с
42. Радіонова М. Ю., Осадченко І. І. Соціальна профілактика деструктивного формування особистості підлітка в умовах булінгу. Ресурсно-орієнтоване навчання в «3D»: доступність, діалог, динаміка : збірник тез доповідей VI Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (м. Полтава, 19–20 лютого 2026 року). Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2026. С. 505–507.
43. Ребріна Д. О. Вікові й психологічні особливості особистості та поведінки в підлітковому віці. Інтеграція світових наукових процесів як основа суспільного прогресу. Київ : ГО «Інститут інноваційної освіти», 2021. С. 96–99.
44. Савченко О. В. Специфіка формування психологічних меж особистості підлітків в залежності від стилю сімейного виховання. Проблеми сучасної психології. 2018. № 1. С. 127–132.
45. Сачко С. Г. Класифікація батьківських стилів виховання у психології. Теоретико-методологічні проблеми практичної психології та її перспективи розвитку. 2022. С. 167–172.

- 46.Сидорук І. Булінг як актуальна соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2015. № 1. С. 169–173.
- 47.Сингаївська І., Іванова О. Коучинговий підхід як інструмент для встановлення довірливих стосунків між батьками і підлітками. Вчені записки університету «КРОК» № 2 (70), 2023. С. 166–172.
- 48.Слободяник Т. В. Сучасні підходи до дослідження проблеми насильства в шкільному середовищі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2015. № 16. С. 82–88.
- 49.Стельмах С. С. Вікові аспекти виникнення булінгу серед дітей. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2016. Вип. 133. С. 204–207.
- 50.Степаненко Л. В. Копінг-стратегії та психологічний захист як механізми саморегуляції особистості. *Теорія і практика сучасної психології*. 2017. № 1. С. 37–41.
- 51.Ступарик С., Волощук О. Прояви та шляхи ефективної профілактики булінгу в підлітковому середовищі. *Теорія виховання*. 2019. Т. 17. С. 107–114.
- 52.Токарева Н. М. Лабіринти дорослішання: психічний розвиток особистості підлітково-юнацького віку : монографія. Кривий Ріг : ТОВ «НВП «Інтерсервіс»», 2021. 216 с.
- 53.Філоненко Л.А. Психологічна допомога підліткам при тривалому стресовому стані // Розвиток та становлення особистості в умовах трансформаційних процесів: зб. наук. праць за матер. міжрегіон. науковопрактичної онлайн-конференції студентів, аспірантів та молодих учених (КиївХмельницький-Полтава-Чернівці, 16 березня 2023 року / за ред. Л. О. Данильчук. Хмельницький: 2023. Том 2. 297 с. – С. 232-235.
- 54.Хоружий С. М. Психологічні чинники булінгу серед дітей підліткового віку. *Науковий вісник ХДУ*. 2021. № 1. С. 103–110.

- 55.Черних Т. В. Розвиток особистості у підлітковому віці. Практична психологія у сучасному вимірі. Дніпро : Університет імені Альфреда Нобеля, 2022. С. 196–199
- 56.Шпак М. М. Особливості розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці. *Science and Education a New Dimension*. 2005. № 3 (25). С. 101–104.
- 57.Auerbach R. P., Abela J. R. Z., Ho Moon-Ho R. Responding to symptoms of depression and anxiety: Emotion regulation, neuroticism, and engagement in risky behaviors. *Behaviour Research and Therapy*. 2007. Vol. 45, № 9. P. 2182–2191.
- 58.Bozzini A. B., et al. Factors associated with risk behaviors in adolescence. *Journal of Pediatric Psychology*. 2020. Vol. 45, № 6. P. 693–704.
- 59.Olweus D. Bully/Victim Problems in School: Facts and Intervention. *European Journal of Psychology of Education*. 1997. Vol. 12 (4). P. 495–510.
- 60.Pinker S. The Better Angels of Our Nature: Why Violence Has Declined. London: Penguin Books, 2012. 832 p.
- 61.Renzetti C. M., Edleson J. L. Encyclopedia of Interpersonal Violence. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, 2008. 925 p.
- 62.Roland E. Bullying: A Developing Tradition of Research and Management. In: Tattum D. P. (ed.). Understanding and Managing Bullying. Oxford: Heinemann Educational, 1993. 214 p.
- 63.Olweus Bully/Victim Questionnaire (OBVQ). Arab Psychology Database. URL: <https://db.arabpsychology.com/scales/olweus-bully-victim-questionnaire-obvq/> (дата звернення: 12.02.2026).

ДОДАТКИ

Додаток А

Лекційне заняття на тему: «Булінг: що це і як йому протидіяти»

Мета заняття: сформувати у підлітків розуміння сутності булінгу, його форм і наслідків, розвинути навички розпізнавання булінгових ситуацій та формувати відповідальну і безпечну поведінку.

Цільова аудиторія: підлітки 13–16 років

Тривалість: 40–45 хвилин

Хід заняття

1. Вступна частина (5 хв)

Сьогодні пропонується поговорити про явище, яке є досить поширеним у підлітковому середовищі, хоча не завжди одразу усвідомлюється як проблема. Йдеться про булінг. Кожен із присутніх, ймовірно, чув це слово, однак важливо зрозуміти, що саме воно означає і чим відрізняється від звичайного конфлікту чи жарту.

Спробуйте подумати і відповісти для себе або вголос: що означає булінг і чи доводилося спостерігати подібні ситуації у школі або поза нею. Кілька відповідей можна коротко обговорити, звертаючи увагу на те, що у кожного може бути свій досвід і своє розуміння цієї проблеми.

Такий обмін думками допомагає побачити, що булінг не є абстрактним поняттям, а реальною ситуацією, з якою можуть стикатися різні люди. Усвідомлення цього створює основу для подальшого більш глибокого розуміння теми.

2.1. Що таке булінг (5–7 хв)

Булінг розглядається як систематична агресивна поведінка, що спрямована на одну людину і повторюється протягом певного часу. У таких ситуаціях завжди присутня нерівність сил, через яку людині складно або неможливо себе захистити. Агресія може проявлятися як відкрито, так і приховано, але її головною метою є приниження або заподіяння шкоди.

Для кращого розуміння пропонується розглянути кілька ситуацій. Двоє учнів посварилися і наступного дня помирилися; одного учня регулярно ображають і висміюють; учні сперечаються через гру.

Після ознайомлення із ситуаціями пропонується визначити, де йдеться про звичайний конфлікт, а де вже можна говорити про булінг. Важливо не просто назвати відповідь, а пояснити її, звертаючи увагу на повторюваність дій, намір завдати шкоди та нерівність сил.

Таке обговорення дозволяє сформувати більш чітке уявлення про сутність булінгу та навчитися відрізняти його від інших форм взаємодії.

2.2. Види булінгу (7–8 хв)

Булінг може проявлятися у різних формах, і не всі з них є очевидними. Найбільш помітною є фізична агресія, однак психологічні прояви часто залишаються непоміченими, хоча мають не менш серйозний вплив. Соціальна ізоляція або ігнорування також можуть завдавати значної шкоди, особливо у підлітковому віці, коли потреба у спілкуванні є дуже важливою.

З розвитком цифрового середовища зростає поширення кібербулінгу, який може відбуватися у будь-який час і не обмежується простором школи.

Для закріплення розуміння пропонується проаналізувати кілька прикладів. Про однокласника поширюють неправдиві чутки; його не беруть у компанію; йому пишуть образливі повідомлення в соціальних мережах.

Після кожного прикладу варто визначити, про яку форму булінгу йдеться, і коротко пояснити свій вибір. Обговорення дозволяє не лише закріпити матеріал, але й розвинути уважність до різних проявів агресії.

2.3. Ролі в булінгу (5 хв)

У кожній ситуації булінгу існують різні ролі, і важливо розуміти, що вплив мають не лише агресор і жертва. Людина, яка спостерігає за ситуацією, також є її учасником, навіть якщо не втручається.

Для усвідомлення власної позиції пропонується уявити ситуацію, у якій один учень ображає іншого. Варто подумати, як можна діяти у такому

випадку: залишитися осторонь, підтримати того, кого ображають, або звернутися по допомогу.

Кілька відповідей можна обговорити, звертаючи увагу на наслідки кожного варіанту. Такий аналіз дозволяє зрозуміти, що навіть невеликі дії можуть впливати на ситуацію і змінювати її розвиток.

2.4. Наслідки булінгу (5–7 хв)

Булінг має серйозні наслідки, які можуть проявлятися як у поведінці, так і у внутрішньому стані людини. Постійний тиск призводить до зниження самооцінки, появи тривоги та відчуття ізоляції.

Для більш глибокого розуміння пропонується уявити себе на місці людини, яку постійно ображають або ігнорують. Які емоції можуть виникати у такій ситуації? Як це може впливати на навчання, спілкування та загальний стан?

Кілька відповідей обговорюються, після чого узагальнюється, що наслідки можуть бути тривалими і впливати на різні сфери життя.

Такий підхід сприяє розвитку емпатії та кращому розумінню переживань інших людей.

2.5. Як протидіяти булінгу (5–7 хв)

Протидія булінгу передбачає усвідомлені дії, спрямовані на припинення агресії та підтримку постраждалих.

Пропонується подумати, що саме можна зробити у ситуації булінгу. Чи варто мовчати, чи краще звернутися по допомогу? Як можна підтримати іншу людину?

Обговорення відповідей дозволяє сформулювати розуміння того, що звернення до дорослих є правильним рішенням, а підтримка з боку однолітків має велике значення.

Розгляд таких ситуацій сприяє формуванню активної позиції та відповідальності за власні дії.

3. Заключна частина (3–5 хв)

Після завершення обговорення варто замислитися над отриманою інформацією та сформулювати для себе основні висновки.

Пропонується відповісти на запитання: що нового вдалося дізнатися і що було найбільш важливим. Кожен може коротко висловити свою думку або зробити висновок для себе.

Такий етап дозволяє узагальнити матеріал і закріпити його на рівні особистісного розуміння. Усвідомлення отриманих знань сприяє їх подальшому застосуванню у реальному житті.

Додаток Б

Соціально-психологічний тренінг на тему: «Стоп булінг: формування безпечної взаємодії у підлітковому середовищі»

Мета тренінгу: розвиток у підлітків навичок розпізнавання булінгу, формування емпатії, конструктивної комунікації та ефективних стратегій реагування на агресію.

Цільова аудиторія: підлітки 13–16 років

Тривалість: 60 хвилин

Форма роботи: групова

Хід тренінгу

1. Вступна частина (10 хв)

На початку заняття формується безпечний простір для взаємодії, що передбачає встановлення довірливого контакту між учасниками. Кожному пропонується назвати своє ім'я та рису, яка допомагає у спілкуванні з іншими людьми. Подібна форма самопрезентації сприяє зниженню емоційного напруження та створенню позитивної атмосфери в групі.

Після цього узгоджуються правила роботи, що включають взаємну повагу, недопущення критики особистості та конфіденційність. Формування правил забезпечує організованість процесу та підвищує ефективність подальшої взаємодії.

2. Основна частина

Вправа 1. «Очікування» (5 хв)

Учасникам пропонується замислитися над власними очікуваннями від заняття та коротко їх сформулювати. Висловлювання можуть здійснюватися усно або шляхом запису на стікерах.

Хід виконання: кожен учасник формулює відповідь на запитання про те, що саме він хотів би дізнатися або зрозуміти. Після цього відповіді озвучуються та узагальнюються, що дозволяє визначити загальний напрям роботи групи.

Матеріали: стікери або аркуші паперу, ручки.

Очікуваний результат: усвідомлення учасниками власної мотивації, підвищення залученості та формування внутрішньої готовності до активної участі.

Вправа 2. «Емоції в дії» (10 хв)

Учасники аналізують емоційні стани, які виникають у ситуації булінгу, та їх вплив на поведінку особистості.

Хід виконання: пропонується відповісти на запитання, які емоції може переживати людина, що зазнає булінгу. Відповіді записуються або озвучуються. Далі обговорюється, як ці емоції впливають на самооцінку, поведінку та соціальні контакти. Для поглиблення розуміння пропонується коротка уявна ситуація, в якій учасники ставлять себе на місце такої людини.

Матеріали: дошка або фліпчарт, маркер.

Очікуваний результат: розвиток емпатії, усвідомлення емоційного стану інших людей та формування здатності до співпереживання.

Вправа 3. «Ролі в ситуації» (10 хв)

Учасники аналізують структуру булінгової ситуації та роль кожного її учасника.

Хід виконання: пропонується опис ситуації булінгу, після чого учасники визначають ролі агресора, жертви та спостерігачів. Обговорюється поведінка кожного з них. Далі пропонується змінити сценарій, зосередившись на

можливостях впливу спостерігачів на розвиток подій. Обговорення проводиться у груповому форматі.

Матеріали: опис ситуації або усна подача.

Очікуваний результат: усвідомлення значущості ролі спостерігачів, формування відповідальності за власну поведінку у соціальних ситуаціях.

Вправа 4. «Стоп булінг» (15 хв)

Вправа спрямована на формування практичних навичок реагування на булінг.

Хід виконання: група ділиться на декілька підгруп, кожна з яких отримує опис ситуації булінгу. Завдання полягає у визначенні способів реагування, які сприяють припиненню агресії. Учасники обговорюють можливі дії, після чого презентують свої варіанти. Проводиться спільне обговорення ефективності запропонованих стратегій.

Матеріали: картки із ситуаціями.

Очікуваний результат: формування навичок конструктивної поведінки, розвиток здатності приймати рішення у складних соціальних ситуаціях.

Вправа 5. «Підтримка» (10 хв)

Учасники визначають способи надання допомоги людині, яка зазнає булінгу.

Хід виконання: пропонується відповісти на запитання, як можна підтримати іншу людину у ситуації булінгу. Відповіді обговорюються, після чого узагальнюються найбільш ефективні способи підтримки. Можливе доповнення прикладами конкретних фраз або дій.

Матеріали: дошка або фліпчарт.

Очікуваний результат: формування навичок соціальної підтримки, розвиток відповідального ставлення до інших.

3. Заключна частина (10 хв)

Завершальний етап передбачає рефлексію отриманого досвіду. Учасникам пропонується визначити, що було найбільш корисним та що вони готові застосовувати у повсякденному житті.

Обговорення сприяє закріпленню знань і навичок, а також формує усвідомлене ставлення до проблеми булінгу.

Очікувані результати тренінгу

У результаті проведення тренінгу передбачається:

- підвищення рівня обізнаності щодо булінгу
- розвиток емпатії та емоційного інтелекту
- формування навичок конструктивної взаємодії
- зниження рівня толерантності до агресивної поведінки

Додаток В

Опитувальник булінгу Ольвеуса (Olweus Bully/Victim Questionnaire – OBVQ)

Анотація. Опитувальник булінгу Ольвеуса (Olweus Bully/Victim Questionnaire, OBVQ), розроблений Д. Ольвеусом у 1996 році, є широко застосовуваним інструментом самооцінювання, призначеним для визначення поширеності, характеру та частоти проявів булінгу і віктимізації серед дітей шкільного віку. Методика активно використовується у дослідженнях та програмах профілактики булінгу, зокрема в межах програм запобігання насильству в освітньому середовищі. Опитувальник містить паралельні шкали, які дозволяють оцінити як участь респондента в ролі агресора, так і досвід перебування у ролі жертви. Інструмент охоплює різні форми булінгу, включаючи фізичну, вербальну, соціальну та кібербулінг, що забезпечує комплексне дослідження явища міжособистісної агресії у підлітковому середовищі.

Мета методики. Основною метою опитувальника є отримання достовірної інформації щодо рівня поширеності булінгу у шкільному середовищі, а також виявлення його основних форм і ролей учасників. Методика дозволяє визначити частоту булінгових ситуацій, виявити підлітків,

які виступають агресорами, жертвами або поєднують обидві ролі, а також оцінити ефективність профілактичних заходів.

Сутність (конструкт). Булінг у межах методики розглядається як агресивна поведінка, що має систематичний характер, супроводжується дисбалансом сил і спрямована на завдання шкоди іншій особі. Опитувальник включає дві основні шкали: шкалу жертви (victim scale) та шкалу агресора (bully scale).

Шкала частоти (варіанти відповіді)

1. Я не зазнавав(ла) булінгу протягом останніх кількох місяців.
2. Один або два рази за останні кілька місяців.
3. 2–3 рази на місяць.
4. Приблизно один раз на тиждень.
5. Кілька разів на тиждень.

ШКАЛА ЖЕРТВИ (переклад)

1. Мене обзивали образливими словами, насміхалися з мене або дражнили.
2. Інші учні навмисно виключали мене зі спільних справ або ігнорували.
3. Мене били, штовхали, копали або замикали в приміщенні.
4. Про мене поширювали неправдиві чутки.
5. У мене забирали гроші або псували мої речі.
6. Мені погрожували або змушували робити те, чого я не хотів(ла).
7. Мене ображали через мою зовнішність або походження.
8. Мене ображали через релігійні переконання.
9. Мене принижували за допомогою образливих жестів або висловлювань.
10. Мене принижували із сексуальним підтекстом.
11. Мене висміювали через мої здібності.
12. Мене ображали через телефон (повідомлення, дзвінки).
13. Мене цькували через інтернет.
14. Я зазнавав(ла) булінгу іншим способом.

ШКАЛА АГРЕСОРА (переклад)

1. Я ображав(ла) іншого учня, дражнив(ла) або насміхав(ла)ся з нього.
2. Я навмисно виключав(ла) його з групи або ігнорував(ла).
3. Я штовхав(ла), бив(ла) або принижував(ла) фізично.
4. Я поширював(ла) чутки про нього.
5. Я забирав(ла) його речі або псував(ла) їх.
6. Я змушував(ла) його робити те, чого він не хотів.
7. Я ображав(ла) його через зовнішність або походження.
8. Я ображав(ла) його через релігію.
9. Я ображав(ла) його через особливості або інвалідність.
10. Я принижував(ла) його із сексуальним підтекстом.
11. Я висміював(ла) його здібності.
12. Я ображав(ла) його через телефон.
13. Я цькував(ла) його через інтернет.
14. Я чинив(ла) булінг іншим способом.

Додаток Д

Опитувальник міжособистісних взаємин (PRQ) для дітей

Покажіть, як часто наведені нижче твердження є правдивими для вас.

Для цього оберіть одну з відповідей під кожним твердженням.

Варіанти відповідей:

- Ніколи
 - Іноді
 - Досить часто
 - Дуже часто
1. Мені подобається займатися спортом
 2. Я отримую хороші оцінки в школі
 3. Інші ображають мене, називають неприємними словами
 4. Я ображаю слабших дітей
 5. Мені подобається заводити друзів

6. Я порушую дисципліну на уроці (балуюсь у класі)
 7. Я відчуваю, що не можу довіряти іншим
 8. Інші мене дразнять або чіпляються до мене
 9. Я є частиною групи, яка насміхається з інших
 10. Мені подобається допомагати людям, яких ображають
- Пам'ятайте: оберіть одну відповідь під кожним твердженням.
11. Мені подобається лякати інших
 12. Інші навмисно виключають мене зі спільної діяльності
 13. Я беру участь у бійках у школі
 14. Мені подобається показувати іншим, що я головний
 15. Я ділюся речами з іншими
 16. Мені подобається засмучувати слабших
 17. Мені подобається вступати в бійку з тим, кого я можу легко перемогти
 18. Інші насміхаються з мене
 19. Інші мене б'ють або штовхають
 20. Мені подобається допомагати іншим

Інтерпретація результатів

Даний опитувальник містить 3 шкали та декілька допоміжних (нейтральних) тверджень. Оцінювання здійснюється таким чином:

- Ніколи — 1 бал
- Іноді — 2 бали
- Досить часто — 3 бали
- Дуже часто — 4 бали

Розподіл тверджень за шкалами

Шкала агресора (Bully Scale): 4, 9, 11, 14, 16, 17

Шкала жертви (Victim Scale): 3, 8, 12, 18, 19

Просоціальна шкала (Pro-Social Scale): 5, 10, 15, 20