

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ ГУМАНІТАРНО-  
ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

**ДОПУСКАЄТЬСЯ ДО ЗАХИСТУ**

Завідувач кафедри соціальної  
роботи та реабілітації доктор  
пед. наук, професор  
\_\_\_\_\_ Ірина СОПІВНИК

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_  
2025 р.

**БАКАЛАВРСЬКА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

**на тему**

**«СОЦІАЛЬНА ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ У МОЛОДІЖНОМУ  
СЕРЕДОВИЩІ»**

Спеціальність *231 «Соціальна робота»*

Освітня програма *«Соціальна  
робота»*

**Гарант освітньої програми**

доктор пед. наук, професор \_\_\_\_\_ Інна ОСАДЧЕНКО  
(підпис)

**Керівник бакалаврської кваліфікаційної роботи**

кандидат педагогічних наук,  
доцент \_\_\_\_\_ Наталія БОНДАРЕНКО  
(підпис)

**Виконав**

\_\_\_\_\_ Віталія КОЗАЧОК  
(підпис)

**КИЇВ – 2025**

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ  
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

**Факультет (ННІ) гуманітарно-педагогічний**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

**Завідувач кафедри соціальної роботи  
та реабілітації**

**Доктор педагогічних наук, професор  
Сопівник І. В.**

(підпис) \_\_\_\_\_ (ПБ)

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_

2025 р.

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

Козачок Віталії Сергіївні

(прізвище, ім'я, по батькові)

Спеціальність 231 «Соціальна робота»

(код і назва)

Освітня програма Соціальна робота

(назва)

Орієнтація освітньої-програми освітньо-професійна

(освітньо-професійна або освітньо-наукова)

Тема бакалаврської кваліфікаційної роботи (дипломного проекту бакалавра)

«Соціальна профілактика булінгу у молодіжному середовищі» затверджена

наказом ректора НУБіП України від «08» 04 2025 р. № 581 «С». Термін

подання завершеної роботи на кафедрі «20» травня 2025 р. Вихідні дані до

бакалаврської кваліфікаційної роботи: *документи, посібники, словники,*

*довідники, методична, наукова література, публікації щодо теми*

*дослідження.*

Перелік питань, що підлягають дослідженню:

1. Проаналізувати причини, чинники та наслідки булінгу для молодих людей.
2. Розкрити особливості соціальної профілактики булінгу та роль соціального працівника.
3. Розробити програму профілактики булінгу, адаптовану до умов молодіжного середовища.
4. Провести експериментальну перевірку ефективності програми.

Дата видачі завдання «13» вересня 2024 р. Керівник бакалаврської

кваліфікаційної роботи \_\_\_\_\_ Бондаренко Н. О.

(підпис)

Завдання прийняв до виконання \_\_\_\_\_ Козачок В. С.

(підпис)

**РЕФЕРАТ**

Бакалаврська робота «Соціальна профілактика булінгу у молодіжному середовищі» складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного з них, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

Загальний обсяг роботи – 74 сторінки. Обсяг основного тексту роботи – 55 сторінок. Список використаних джерел налічує 40 найменувань, кількість додатків – 3.

Метою дослідження є аналіз ефективності та розробка практичних рекомендацій щодо впровадження програми соціальної профілактики булінгу в молодіжному середовищі.

Об'єктом дослідження булінг як соціальне явище в молодіжному середовищі.

Предметом дослідження є практичні рекомендації щодо соціальної профілактики булінгу у молодіжному середовищі.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати причини, чинники та наслідки булінгу для молодих людей.
2. Розкрити особливості соціальної профілактики булінгу та роль соціального працівника.
3. Розробити практичні рекомендації щодо впровадження програми соціальної профілактики булінгу в молодіжному середовищі.
4. Провести експериментальну перевірку ефективності програми.

У першому розділі «Теоретичні основи проблеми булінгу у молодіжному середовищі» розкривається суть терміна «булінг», його характерні ознаки, класифікація видів (фізичний, психологічний, кібербулінг тощо). Розглядаються соціальні, психологічні та інституційні причини виникнення булінгу. Аналізується профілактична діяльність щодо булінгу та роль соціального працівника у попередженні цього явища.

У другому розділі «Розробка програми профілактики булінгу у молодіжному середовищі» визначаються наукові підходи, принципи та методи, що лягли в основу розробки профілактичної програми. Описуються послідовні кроки реалізації програми, включаючи інформаційно-просвітницькі, тренінгові та консультативні заходи.

У третьому розділі «Оцінка результатів впровадження програми профілактики булінгу» проводиться оцінка результатів реалізації програми з урахуванням кількісних і якісних показників. Аналізується вплив проведених

заходів на рівень обізнаності та ставлення молоді до булінгу. Надаються рекомендації для соціальних працівників, освітніх установ і громадських організацій. Пропонуються шляхи оптимізації майбутніх профілактичних програм на основі отриманого досвіду.

У висновках подані результати проведеної роботи.

Ключові слова: агресор, булінг, жертва, молодіжне середовище, молодь, практичні рекомендації, програма профілактики булінгу, профілактика булінгу, соціальний працівник.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	6
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ</b> .....	9
1.1. Поняття булінгу: сутність, види та форми прояву .....	9
1.2. Причини, чинники та наслідки булінгу у молодіжному середовищі .....	17
1.3. Особливості соціальної профілактики булінгу: роль соціального працівника .....	24
<b>Висновки до розділу 1</b> .....	30
<b>РОЗДІЛ 2. РОЗРОБКА ПРОГРАМИ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ</b> .....	31
2.1. Методичні основи розробки програми профілактики булінгу .....	31
2.2. Основні етапи та заходи програми профілактики булінгу .....	37
<b>Висновки до розділу 2</b> .....	39
<b>РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОГРАМИ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ</b> .....	40
3.1. Аналіз ефективності програми профілактики булінгу .....	40
3.2. Практичні рекомендації щодо вдосконалення профілактичної роботи .....	56
<b>Висновки до розділу 3</b> .....	62
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	64
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	66
<b>ДОДАТКИ</b> .....	70

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Проблема булінгу серед молоді є однією з найгостріших соціальних проблем сучасного українського суспільства. В умовах воєнного стану, соціально-економічної нестабільності, підвищеного рівня тривожності, зростає агресивність, прояви насильства й упередженого ставлення у молодіжному середовищі. Булінг – це не лише індивідуальний прояв девіантної поведінки, а й серйозне порушення соціального клімату, що загрожує емоційному, психологічному і соціальному благополуччю молодих людей. Тому профілактика булінгу є важливою складовою соціальної роботи з молоддю.

Актуальність теми також зумовлена необхідністю переосмислення методів і підходів до профілактики булінгу з урахуванням нових соціокультурних реалій. Сьогодні молодь стикається з агресією не лише у фізичному середовищі, а й у цифровому просторі: кібербулінг набуває дедалі загрозливіших масштабів. У зв'язку з цим зростає потреба у цілісних, системних програмах профілактики булінгу, які б враховували як класичні форми роботи, так і інноваційні цифрові формати комунікації. Ефективна профілактика булінгу має ґрунтуватися на активному залученні молоді до процесів формування безпечного соціального середовища.

Важливим є також посилення професійної ролі соціального працівника у протидії булінгу. Саме соціальні працівники здатні здійснювати ранню діагностику ризиків, організовувати профілактичну роботу, вести просвітницьку діяльність серед молоді, батьків, педагогів, а також налагоджувати партнерські зв'язки з іншими фахівцями. Водночас практика свідчить про недостатню методичну озброєність соціальних працівників у цьому напрямі, що зумовлює потребу в розробці чітких програм профілактики булінгу та рекомендацій щодо їх реалізації в різних соціальних середовищах.

Булінг у молодіжному середовищі був предметом досліджень як зарубіжних, так і вітчизняних науковців. Серед зарубіжних дослідників виділяються роботи Г. Барбози, Г. Батше, Д. Ольвеуса, К. Салміваллі, С. Твемлоу, а також українських вчених, таких як Т. Алексеєнко, В. Бедан,

І. Вакулик, А. Кваша, І. Киричук, О. Кормило, Н. Лалак, Л. Лушпай, О. Мельник, Н. Юхименко та ін. Проте, незважаючи на значну кількість досліджень, тема булінгу в контексті соціальної роботи ще потребує глибшого вивчення, зокрема в аспекті розробки ефективних методів профілактики та втручання соціальних працівників для підтримки молоді в подоланні цього явища.

Таким чином, тема дослідження є актуальною як з наукової, так і з практичної точки зору, оскільки спрямована на подолання однієї з ключових проблем молодіжного середовища – булінгу, а також на підвищення ефективності соціальної роботи шляхом розробки та впровадження інноваційної профілактичної програми.

**Метою дослідження** є аналіз ефективності та розробка практичних рекомендацій щодо впровадження програми соціальної профілактики булінгу в молодіжному середовищі.

**Об'єктом дослідження** булінг як соціальне явище в молодіжному середовищі.

**Предметом дослідження** є соціальна профілактика булінгу у молодіжному середовищі.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати причини, чинники та наслідки булінгу для молодих людей.
2. Розкрити особливості соціальної профілактики булінгу та роль соціального працівника.
3. Розробити програму профілактики булінгу, адаптовану до умов молодіжного середовища.
4. Провести експериментальну перевірку ефективності програми.

**Методи дослідження.** Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань було використано комплекс емпіричних і теоретичних методів. До теоретичних методів належить аналіз наукової літератури, нормативно-правових актів, досліджень з тематики булінгу та профілактичної роботи з молоддю.

Основними емпіричними методами стали: анкетування молоді з метою виявлення поширеності булінгу, його форм, емоційного стану молодих людей до та після програми; експертне опитування соціальних працівників щодо ефективності програми, ресурсного забезпечення, труднощів у роботі; аналіз нормативно-правових актів, що регулюють діяльність у сфері захисту прав молоді; метод напівструктурованого інтерв'ю з окремими учасниками програми; інтерв'ю з учасниками програми для збору якісних відгуків; організація тренінгу для молоді, як ключового етапу реалізації програми; SWOT-аналіз результатів впровадження програми, визначення сильних і слабких сторін, можливостей і ризиків її подальшого розвитку.

**Теоретична значущість дослідження** полягає в систематизації знань про булінг у молодіжному середовищі та обґрунтуванні ролі соціального працівника у профілактичній роботі.

**Практична значущість дослідження** полягає у розробці та перевірці на практиці програми профілактики булінгу, яка може бути впроваджена у соціальних службах, молодіжних центрах, закладах освіти.

**Структура роботи.** Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного з них, загальних висновків, списку використаних джерел (40 найменувань на 4 сторінках) та 3 додатків (на 7 сторінках). Робота містить 6 таблиць. Обсяг основного тексту роботи – 55 сторінок. Загальний обсяг роботи – 74 сторінки.

## **РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

### **1.1. Поняття булінгу: сутність, види та форми прояву**

Булінг у молодіжному середовищі є однією з найактуальніших соціальних проблем сучасного суспільства. Це явище проявляється в систематичних діях агресора, спрямованих на завдання фізичної, психологічної або емоційної шкоди

жертві. У молодіжних колективах булінг набуває особливого характеру через соціальні процеси, що відбуваються на цьому етапі становлення особистості.

Підлітковий і юнацький вік є періодом активної соціалізації, пошуку самовираження та визнання серед однолітків, тому будь-яке відхилення від групових норм або демонстрація слабкості можуть стати причиною цькування. Окрім цього, зростання популярності соціальних мереж сприяє поширенню кібербулінгу, що має не менш руйнівний вплив на психіку молодих людей. Розуміння сутності, видів та форм булінгу є необхідною передумовою для ефективної соціальної профілактики цього явища, адже лише через глибоке усвідомлення його механізмів можливо розробити дієві методи боротьби з ним.

Термін «булінг» вперше було введено в науковий обіг шведським психологом Даном Ольвеусом у 1970-х роках, коли він досліджував проблему агресивної поведінки серед школярів. Саме він розробив теоретичне підґрунтя для вивчення цього явища та визначив його основні характеристики [37].

За його визначенням, булінг – це тривале та систематичне застосування фізичного або психологічного насильства однією особою або групою осіб щодо іншої особи, яка знаходиться в слабшому становищі та не може самостійно захиститися. Він наголошував на трьох ключових аспектах булінгу: наявність агресора та жертви, систематичний характер насильства і дисбаланс сил між сторонами конфлікту [37, с. 168].

Згодом дослідження булінгу продовжили інші вчені, зокрема соціологи та психологи. Наприклад, американський дослідник Кен Рігбі аналізував особистісні характеристики агресорів і жертв, з'ясувавши, що булінг часто є наслідком соціальної дезадаптації та внутрішніх конфліктів самої особи, яка проявляє агресію. Він також довів, що у груповому середовищі булінг може виконувати функцію консолідації колективу, де агресор через домінування намагається здобути авторитет [38, с. 451].

Інший дослідник, Девід Сміт, зосередився на соціальних аспектах булінгу, підкреслюючи його зв'язок із моделями поведінки, закладеними в сім'ї та

суспільстві. Його роботи підтверджують, що толерантність до агресії в дитинстві та відсутність адекватного реагування з боку дорослих сприяють формуванню агресивної поведінки в підлітковому віці [36, с. 103].

Згодом дослідження булінгу продовжили інші науковці, зокрема соціологи, які звертали увагу на соціальні умови, що сприяють виникненню булінгу. Одним із важливих внесків у теорію булінгу був зроблений португальським соціологом Г. Барбозою, який аналізував соціальні структури і взаємини у колективах. Він звернув увагу на те, як суспільні норми та ієрархії впливають на формування агресивної поведінки. Г. Барбоза стверджував, що булінг не є випадковим явищем, а є результатом наявності певних соціальних умов, які дозволяють агресорам відчувати свою безкарність [36, с. 107-108].

Поруч із ним, дослідження булінгу у молодіжному середовищі продовжував розвивати французький соціолог Г. Батше, який звертав увагу на психологічні аспекти агресії, зокрема на роль колективу у формуванні індивідуальних моделей поведінки [37, с. 172].

Фінський соціолог К. Салміваллі також зробив значний внесок у дослідження цього явища. Він розглядав булінг не лише як проблему, що стосується окремих осіб, а як системну соціальну проблему, яка впливає на всю соціальну структуру. За його словами, булінг у школах та інших молодіжних групах є відображенням соціальних нерівностей і конфліктів, що виникають у суспільстві. К. Салміваллі вважав, що для вирішення проблеми булінгу важливо враховувати соціальні та культурні аспекти середовища, в якому цей феномен виникає. Такі підходи до дослідження булінгу дозволяють більш глибоко зрозуміти механізми його виникнення та розповсюдження в молодіжному середовищі [39, с. 672].

Також важливим є внесок шведського дослідника С. Твемлоу, який акцентував увагу на соціальних стереотипах і нормах, що сприяють виникненню булінгу. С. Твемлоу підкреслював, що в певних культурах або групах булінг може бути частиною процесу соціалізації, де агресія сприймається як норма для

досягнення статусу в колективі. Його дослідження показали, що в таких ситуаціях важливу роль у запобіганні булінгу відіграють не тільки індивідуальні характеристики учасників конфлікту, а й соціальні контексти, в яких вони існують [40, с. 303].

Українські дослідники також значно сприяли розвитку вивчення булінгу у молодіжному середовищі, зокрема в контексті соціальної роботи. Т. Алексеєнко, відомий соціальний психолог, активно досліджував психологічні аспекти булінгу, акцентуючи увагу на впливі шкільного середовища на формування агресивної поведінки серед молоді. Він підкреслював важливість своєчасного виявлення проявів булінгу та надання психологічної підтримки як для жертв, так і для агресорів, вказуючи на необхідність корекційних програм для школярів [1, с. 52].

О. Барліт, інший український вчений, вивчав булінг як соціальне явище, що відображає загальні проблеми соціальної дезадаптації молоді. Барліт наголошував на важливості взаємодії між соціальними інститутами (школами, родинами, громадськими організаціями) у боротьбі з булінгом. Він також звертав увагу на роль соціальних працівників у втручанні в ситуації насильства та у запобіганні конфліктам, що можуть призвести до булінгу [3, с. 46].

В. Бедан [4] і Ю. Бриндіков [6] аналізували булінг через призму соціальних ролей та ієрархій, які утворюються в молодіжних групах. Вони визначили, що багато випадків булінгу виникає саме через прагнення підлітків утвердити себе в групі або на фоні неадекватного сприйняття іншої особи як «слабкої» чи «відмінної». У своїх дослідженнях вони підкреслювали важливість соціальної адаптації та розвитку емпатії як засобу боротьби з булінгом у молодіжному середовищі.

І. Вакулик [8], М. Вовк [9] і А. Кваша [12] досліджували соціальні фактори, які сприяють розвитку булінгу, такі як сімейне виховання, соціальний статус молоді, а також роль медіа в формуванні моделей агресії. Вони акцентували увагу на важливості інтеграції соціальної роботи в освітні програми, що дозволяє

не лише знижувати рівень агресії серед молоді, а й формувати толерантне ставлення до різноманітності та уникати дискримінаційних практик.

І. Киричук [13] і О. Кормило [16] звертали увагу на проблему булінгу в контексті соціальної підтримки молоді, зокрема через програми психосоціальної допомоги та втручання соціальних працівників. Вони зазначали, що соціальна підтримка в сім'ї та школі є важливим чинником, який може значно знизити ймовірність виникнення булінгу. Окрім того, дослідники наголошували на значенні просвітницьких програм для підвищення обізнаності молоді щодо небезпеки булінгу і важливості взаємної підтримки.

Н. Лалак [18-19], Л. Лушпай [20-21] та О. Мельник [22] робили акцент на профілактиці булінгу через формування здорових міжособистісних відносин в молодіжному середовищі. Вони досліджували роль педагогічного складу та соціальних працівників у створенні безпечного середовища для молоді, де булінг не отримує підтримки і де сприяє розвитку позитивних соціальних навичок, таких як співпраця, взаємоповага та комунікація.

І. Підласий [24], Г. Поліщук [26] та Н. Юхименко [35], у свою чергу, досліджували взаємодію між різними соціальними інститутами та системами підтримки, які можуть допомогти у запобіганні булінгу. Вони акцентували увагу на ролі правових норм та законодавства, спрямованих на боротьбу з насильством серед молоді, а також на значенні інтегрованих підходів у боротьбі з булінгом, включаючи участь державних органів, освітніх установ і громадських організацій. Їхні дослідження підкреслюють важливість комплексних соціальних стратегій у вирішенні проблеми булінгу в сучасному суспільстві.

Дослідження булінгу у молодіжному середовищі показують, що це явище має соціальний характер і вимагає комплексного підходу до розв'язання. У цьому контексті важливо не лише аналізувати індивідуальні аспекти булінгу, але й враховувати соціальні, культурні та економічні фактори, які сприяють його виникненню. Булінг є результатом взаємодії між різними соціальними

інститутами, тому його ефективне подолання можливе лише за умови всебічного вивчення цих аспектів.

Таким чином, булінг є складним соціальним феноменом, який виявляється в різноманітних формах агресії серед молоді, відображаючи не лише індивідуальні конфлікти, а й соціальні процеси, що відбуваються в молодіжних колективах. Це явище, яке стає все більш помітним у сучасному суспільстві, виникає в результаті взаємодії різних соціальних факторів, таких як культурні норми, соціальні очікування, стосунки у колективах та сімейне виховання. Булінг у молодіжному середовищі визначається як систематичне застосування фізичного, психологічного чи емоційного насильства до особи, яка знаходиться в слабшій позиції, і не може захистити себе [5].

Загалом, вивчення соціальної сутності булінгу є важливим етапом для розробки ефективних профілактичних програм, адже лише глибоке розуміння причин і механізмів булінгу дозволяє розробити стратегії його запобігання. Тому науковці продовжують працювати над удосконаленням теоретичних підходів до вивчення цього явища, враховуючи різноманітні аспекти соціальної взаємодії та культурних особливостей.

Булінг у молодіжному середовищі може проявлятися у різних формах і видах, залежно від контексту і специфіки взаємодії між молодими людьми. У загальному сенсі, булінг визначається як система насильницьких, агресивних та деструктивних взаємодій між індивідами або групами, що передбачає повторювані акти спричинення шкоди іншій людині.

Зазначене явище має багатогранний характер, що включає не лише фізичне насильство, а й психологічний тиск, соціальну ізоляцію та інші форми маніпуляцій. Ідентифікація видів та форм булінгу є важливим етапом у розробці стратегій профілактики і боротьби з цією проблемою серед молоді. Табл. 1.1 дає загальне уявлення про основні види булінгу, які часто зустрічаються у молодіжному середовищі.

Таблиця 1.1

## Види булінгу

Вид булінгу	Форма прояву булінгу
Фізичний	Фізичне насильство або загроза насильства, включаючи побиття, штовхання, удар тощо.
Психологічний	Психологічні напади, такі як залякування, приниження, знущання, маніпуляція емоціями.
Соціальний	Ізоляція, виключення з групи, поширення чуток, остракізм, зневажливе ставлення до особи.
Вербальний	Образи, принизливі висловлювання, погрози або знущання за допомогою слів чи голосу.
Кібербулінг	Використання технологій та Інтернету для переслідування, залякування або приниження іншої особи, наприклад, через соціальні мережі або месенджери.
Сексуальний	Дії, що включають сексуальне насильство, домагання або інші форми агресії, що пов'язані із сексуальною тематикою.

Джерело: складено автором на основі [3; 19; 38].

Фізичний булінг включає будь-які фізичні акти насильства, які завдають шкоди жертві. Це може бути штовхання, удари, побиття, приниження за допомогою фізичних дій. Він проявляється в молодіжному середовищі на рівні відвертих конфліктів або у випадках, коли агресор намагається підтвердити свою силу або домінування через фізичні засоби. Цей вид булінгу дуже яскраво виражений в шкільних закладах або підліткових групах, де є конфлікти, спричинені особистими розбіжностями або бажанням підкорити когось.

Психологічний булінг полягає у здійсненні психологічного тиску на жертву. Це можуть бути постійні приниження, залякування, знецінення особистості через маніпуляції або перекручування фактів. Психологічний булінг може залишатися непоміченим з боку оточуючих, оскільки на перший погляд не має фізичних проявів. Але насправді це одна з найболючіших форм насильства, адже вона може призвести до серйозних емоційних і психологічних травм у жертви [3, с. 45].

Соціальний булінг виявляється в тому, що одна або кілька осіб навмисно ізолюють жертву від соціального середовища. Включає дії, спрямовані на виключення особи з групи чи колективу, поширення чуток або соціальне осудження. Така форма булінгу часто призводить до того, що молода людина починає відчувати себе соціально непотрібною або зневаженою. Прикладами можуть бути ситуації, коли підлітків знижують до ролі «невидимки» у колективі, вони стають об'єктами сміху або зазнають цькування через свою незвичайність чи відмінність [19].

Вербальний булінг здійснюється через слова та висловлювання, які можуть включати образи, глузування, погрози. Це одна з найбільш поширених форм прояву булінгу в молодіжному середовищі. Вона може мати різні прояви: від жестоких коментарів і порівнянь до довготривалих образ на адресу жертви. Цей вид булінгу є найбільш очевидним у ситуаціях, коли молода людина стикається з нападками на свою зовнішність, походження або інші особистісні особливості.

Кібербулінг — це форма булінгу, яка стала особливо поширеною в останні десятиліття завдяки розвитку Інтернету та мобільних технологій. Вона полягає у використанні технологій для залякування або знуцання інших через соціальні мережі, онлайн-ігри, месенджери. Кібербулінг включає відправлення агресивних чи образливих повідомлень, поширення компрометуючої інформації або фотографій без згоди людини. Особливість кібербулінгу полягає в тому, що жертва може бути піддана нападам не лише в реальному житті, а й у віртуальному просторі, що збільшує рівень стресу та безсилля жертви.

Сексуальний булінг — одна з найбільш серйозних форм булінгу, що включає сексуальне домагання, насильство або будь-які інші дії, що порушують особисті кордони людини в сексуальній сфері. Цей вид булінгу часто залишається непоміченим або замовчується через страх перед осудом чи через відсутність розуміння, як протистояти таким ситуаціям. Він може проявлятися в непристойних жартах, фізичних домаганнях або примусі до небажаних сексуальних дій [19, с. 134].

Кожна з цих форм булінгу має свої специфічні характеристики, проте всі вони є згубними для психічного і фізичного здоров'я молодої людини. Вони можуть залишати травми на все життя, викликаючи депресію, низьку самооцінку, соціальну ізоляцію та навіть сприяти розвитку суїцидальних настроїв. Розуміння цих форм і їх виявлення є важливим кроком до створення безпечного середовища для молоді та розробки програм для профілактики і боротьби з булінгом у молодіжному середовищі.

Отже, булінг у молодіжному середовищі є складним соціальним феноменом, що проявляється в різних формах та видах, таких як фізичний, психологічний, соціальний, вербальний, кібербулінг та сексуальний булінг. Кожна з цих форм має свої специфічні ознаки та наслідки, що суттєво впливають на психічне та фізичне здоров'я жертв. Розуміння сутності булінгу, його видів та форм є необхідним для ефективної профілактики та боротьби з цим явищем, що потребує комплексного підходу з боку соціальних працівників, педагогів і всієї громади.

## **1.2. Причини, чинники та наслідки булінгу у молодіжному середовищі**

Молодь є однією з найбільш чутливих до змін категорій населення, тому для ефективної взаємодії з нею необхідно враховувати особливості цього вікового періоду, потреби та виклики, з якими вона стикається. Важливим аспектом є використання інноваційних підходів у соціальній роботі, серед яких значне місце займають цифрові технології та соціальні мережі. Вони не лише змінюють комунікаційні практики молодих людей, а й створюють нові можливості для взаємодії соціальних працівників із молодіжною аудиторією.

Відповідно до Закону України «Про основні засади молодіжної політики», молоддю вважаються особи віком від 14 до 35 років, які є громадянами України, іноземцями або особами без громадянства, що перебувають в Україні на законних підставах (п. 17 ч. 1 ст. 1). Такий широкий віковий діапазон відображає

особливості соціального становлення людини, що охоплює період переходу від дитинства до зрілої самостійності [29].

Молодь є специфічною соціально-демографічною групою, яка знаходиться на етапі активного формування світогляду, професійної орієнтації, соціальної та економічної незалежності. У цей період відбувається інтенсивне засвоєння суспільних норм, розвиток особистісної ідентичності та інтеграція в громадське життя.

Визначення молоді в законодавстві є важливим для розробки та реалізації державної молодіжної політики, соціальних програм і заходів, спрямованих на підтримку цієї категорії населення. Молодь є стратегічним ресурсом суспільства, оскільки саме вона формує майбутнє країни та забезпечує її розвиток.

Причини булінгу у молодіжному середовищі є багатофакторними і часто виникають на основі різних соціальних, психологічних та культурних чинників. Основні соціальні чинники булінгу включають вплив середовища, в якому розвивається молодь, соціально-економічні умови, сімейні стосунки, а також роль засобів масової інформації та соціальних мереж у формуванні суспільних норм і цінностей. Для повного розуміння причин булінгу необхідно врахувати широкий спектр факторів, що впливають на поведінку молоді.

Однією з головних причин є соціальні стереотипи, які існують у суспільстві. Молоді люди часто копіюють поведінку старших, і під впливом різних соціальних груп або медіа вони можуть сприймати булінг як норму або спосіб досягнення соціального статусу. Такі стереотипи можуть виникати в результаті певних культурних або сімейних традицій, де агресія або домінування вважаються ознакою сили або впливовості. Коли ці стереотипи не викликають осуду в соціальному середовищі, булінг може стати прийнятним способом вирішення конфліктів серед молоді [7, с. 56].

Соціально-економічні чинники також мають значний вплив на появу булінгу. Діти та підлітки, що виростають у сім'ях з низьким рівнем доходів або

в умовах соціальної напруженості, можуть проявляти агресію як механізм компенсації власних стресів та невдач. Недостатній рівень ресурсів, обмежений доступ до освіти або культурних заходів може призвести до розвитку почуття невдоволення і неприязні, що легко переходить у агресивні форми поведінки.

Фактори, пов'язані з сімейним вихованням, також є важливими в контексті булінгу. Відсутність підтримки та емоційної прив'язаності в сім'ї, а також неправильні методи виховання, можуть сприяти розвитку агресивної поведінки у дітей. Діти, які ростуть у сім'ях з насильством або емоційним занедбанням, мають більшу схильність до проявів агресії в соціальних взаємодіях. Такі діти можуть не розуміти межі прийнятної поведінки і часто відтворюють моделі насильства, які вони спостерігали вдома [11].

Також важливу роль у виникненні булінгу відіграє соціальний статус та групова ідентичність молодих людей. Підлітки часто шукають шляхи для підвищення свого статусу серед однолітків, і для цього можуть використовувати булінг як інструмент домінування. У групах, де існує конкуренція за лідерство, з'являється більша ймовірність того, що булінг буде сприйматися як засіб досягнення вищого соціального положення. Водночас, соціальна ізоляція та відчуття непотрібності можуть спонукати молодь до агресивних проявів, щоб привернути увагу до себе [33, с. 118].

Медіа і соціальні мережі також значно впливають на поширення булінгу. Телевізійні програми, фільми та відеоігри часто зображують насильство як засіб вирішення проблем, що створює враження про допустимість такої поведінки в реальному житті. Соціальні мережі, зокрема, надають агресорам анонімність і можливість безкарно проявляти агресію, що ще більше сприяє поширенню булінгу в онлайн-просторі. Інтернет також дозволяє створювати віртуальні групи для осіб, що підтримують агресивну поведінку, що ускладнює боротьбу з таким явищем.

Недостатній рівень медіаосвіти серед молоді також є одним із чинників булінгу. Багато молодих людей не усвідомлюють, наскільки агресивна поведінка може бути шкідливою для інших, особливо в цифровому просторі. Освітні програми, які фокусуються на важливості етики онлайн-спілкування, критичного мислення та соціальної відповідальності, можуть допомогти зменшити рівень булінгу, але їх ще недостатньо для зміни загальних соціальних норм.

Зміни в освіті і роль шкіл у формуванні соціальних відносин також мають важливе значення. Школи, де панує атмосфера підтримки та довіри, де навчають взаємоповаги і толерантності, значно менш схильні до проявів булінгу. Однак в установах, де існують соціальні стереотипи, де агресія та конкуренція між учнями не засуджуються, рівень булінгу може бути високим. Тому важливо, щоб освітні установи проводили програми профілактики булінгу і сприяли розвитку взаєморозуміння серед учнів [17, с. 64].

Також одним із важливих факторів є публічне ставлення до булінгу в суспільстві. Коли у суспільстві відсутня осуд за агресивну поведінку або коли булінг сприймається як нормальний елемент підліткового розвитку, він легко набуває масового поширення. Важливо створювати в суспільстві середовище, де кожен випадок булінгу стає предметом серйозного розгляду і відповідальності.

Тож можна сказати, що булінг у молодіжному середовищі має складні соціальні корені, і його основні причини лежать у поєднанні соціальних, культурних, психологічних та медіа-чинників. Тому боротьба з булінгом вимагає комплексного підходу, який включає увагу до виховання, освіти, культури взаємоповаги, а також створення ефективних механізмів підтримки жертв булінгу та запобігання агресії.

Наслідки булінгу для жертви, агресора та суспільства є складними і багатогранними, оскільки цей соціальний феномен охоплює не тільки особистісні, а й колективні, соціальні та культурні аспекти. Наслідки булінгу

для кожної з цих категорій мають глибокі психологічні, соціальні та фізіологічні наслідки, що можуть тривати протягом усього життя [12].

Для жертви булінгу наслідки можуть бути надзвичайно серйозними і мати як короткострокові, так і довгострокові ефекти. Психологічні наслідки є одними з найяскравіших, адже більшість жертв булінгу стикаються з такими проблемами, як тривожність, депресія, зниження самооцінки, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та інші психічні розлади. Часто жертви булінгу відчують себе соціально ізольованими, переживаючи відчуття відторгнення та непотрібності. Це може спричинити відмову від участі в соціальних активностях, зниження успішності у навчанні та виникнення різних психосоматичних захворювань, таких як головні болі, безсоння або проблеми з травною системою [31, с. 62].

Крім того, жертви булінгу часто переживають фізичні травми, особливо якщо йдеться про фізичний або вербальний булінг, який супроводжується побиттям або фізичними приниженнями. Вони можуть стати жертвами травм, які можуть мати не тільки короткострокові наслідки, але й спричинити серйозніші проблеми в подальшому, включаючи інвалідність. Це може значно обмежити їх можливості для нормального розвитку, участі в соціальних активностях та професійної діяльності в майбутньому.

Наслідки булінгу для агресора часто менш очевидні, однак вони також мають серйозний характер. Агресори можуть мати проблеми з розвитком соціальних навичок, емоційною регуляцією та взаємодією з іншими людьми. Постійне використання насильства для вирішення конфліктів може призвести до того, що агресор не вчиться конструктивним способам взаємодії та знаходження компромісів. Така поведінка може супроводжувати агресора протягом усього життя, впливаючи на його взаємини з іншими людьми і професійну діяльність. Це може призвести до високого рівня конфліктності, проблем у кар'єрі та порушення моральних норм [23, с. 27].

Агресори, як правило, мають низький рівень емпатії, що сприяє їхній здатності завдавати шкоди іншим без відчуття провини. У майбутньому це може призвести до правопорушень або серйозних соціальних і юридичних проблем. Часто агресори є самі жертвами насильства вдома або в інших сферах життя, і тому повторюють моделі агресії. Вони можуть стати учасниками кримінальної діяльності, особливо якщо не отримують належної допомоги або втручання з боку дорослих чи соціальних працівників.

Для суспільства булінг має серйозні соціальні та економічні наслідки. Поширення булінгу в молодіжному середовищі сприяє зниженню рівня довіри та взаємоповаги серед молоді, що призводить до посилення соціальної напруженості. Це може впливати на загальний рівень співпраці та взаємодії в суспільстві, ускладнюючи побудову здорових соціальних зв'язків. Крім того, булінг може негативно впливати на якість освіти, оскільки жертви булінгу не можуть повною мірою реалізовувати свій потенціал в навчальному процесі, а це в свою чергу може призвести до зниження загального рівня освіти [5].

Булінг також може спричиняти збільшення витрат на охорону здоров'я та соціальні послуги. Оскільки жертви булінгу потребують медичної допомоги через фізичні або психологічні травми, це вимагає значних ресурсів від державних або приватних установ. Крім того, збільшення рівня стресу серед молоді через булінг може призвести до зростання захворювань, таких як депресія, тривожні розлади та інші психічні розлади, що потребують лікування та реабілітації.

Відсутність ефективних заходів боротьби з булінгом може сприяти зниженню загального рівня безпеки в суспільстві. Якщо булінг залишається непокараним або не отримує належної уваги, це може стати нормою для молоді, що в кінцевому підсумку веде до збільшення випадків насильства та агресії в суспільстві. Це створює загрозу для соціальної стабільності та розвитку, оскільки такі практики можуть бути передані наступним поколінням.

Наслідки булінгу можуть бути особливо серйозними для соціальної інтеграції молодих людей. Жертви булінгу часто стають соціально ізольованими, що ускладнює їхню інтеграцію в соціальні структури. Вони можуть відчувати себе відчуженими від однолітків, втрачаючи можливості для побудови нормальних міжособистісних відносин. Це може стати причиною їхньої маргіналізації та втратою соціальних зв'язків, що ускладнює їхню адаптацію в дорослому житті [18, с. 36].

На рівні громади булінг може призвести до зниження загальної соціальної згуртованості, адже молоді люди, які виростають в умовах булінгу, мають знижений рівень взаємоповаги та толерантності до інших. Це також може посилювати соціальні розбіжності між різними групами населення, такими як етнічні, релігійні чи економічні групи, що веде до подальшого загострення соціальних проблем.

Для держави, що не має ефективних заходів протидії булінгу, це може означати більші витрати на соціальну допомогу, медичні послуги та реабілітацію. Важливим аспектом є те, що булінг може сприяти розвитку кримінальної поведінки серед молоді, що в майбутньому вимагатиме додаткових витрат на правоохоронні органи та системи правосуддя. Тому боротьба з булінгом є не тільки важливою для безпеки та здоров'я конкретних осіб, але й для соціальної та економічної стабільності всього суспільства [20].

Таким чином, наслідки булінгу мають далекосяжний характер і стосуються як індивідуальних, так і колективних рівнів. Для жертв булінгу це може означати психічні та фізичні травми, для агресорів – соціальні та моральні порушення, а для суспільства – загрозу соціальної та економічної стабільності. Зрозуміти ці наслідки є важливим кроком для розробки ефективних програм профілактики та боротьби з булінгом у молодіжному середовищі.

Отже, причини, чинники та наслідки булінгу у молодіжному середовищі є комплексом соціальних, психологічних та культурних аспектів, які взаємодіють і призводять до різноманітних проявів насильства та агресії серед

молоді. Соціальні фактори, такі як сімейне середовище, соціальні стереотипи, а також роль медіа, можуть сприяти розвитку булінгу, тоді як психологічні особливості особистості, низька самооцінка та відсутність емоційної регуляції можуть виступати як детермінанти агресивної поведінки. Наслідки булінгу мають далекосяжний вплив на жертв, агресорів і суспільство загалом, включаючи психологічні травми, фізичні ушкодження та соціальну ізоляцію, що вимагає розробки ефективних профілактичних і корекційних заходів для мінімізації його негативних впливів.

### **1.3. Особливості соціальної профілактики булінгу: роль соціального працівника**

Основні підходи до профілактики булінгу в контексті соціальної роботи є важливими для створення безпечного середовища для молоді, що сприяє розвитку здорових міжособистісних відносин і соціальної інтеграції. Соціальні працівники відіграють ключову роль у запобіганні булінгу, використовуючи різноманітні стратегії та методи, що враховують особливості розвитку молоді людини та специфіку соціального середовища, в якому вона перебуває.

Один з основних підходів полягає в проведенні освітніх програм, спрямованих на підвищення обізнаності серед молоді про проблему булінгу, його наслідки та важливість взаємоповаги. Освітні програми повинні охоплювати не лише інформацію про булінг, але й розвивати у молоді соціальні навички, такі як емпатія, толерантність та вміння конструктивно вирішувати конфлікти. Соціальні працівники можуть проводити тренінги, семінари, лекції та інтерактивні заходи, що сприяють розвитку цих навичок, а також допомагають молодим людям розпізнавати прояви булінгу в своєму середовищі та правильно реагувати на них [34].

Другим важливим підходом є залучення до профілактики булінгу всіх учасників освітнього процесу, зокрема педагогів, батьків та адміністрації

закладів освіти. Спільна робота з усіма цими групами дозволяє створити комплексний підхід до вирішення проблеми булінгу. Педагоги, наприклад, можуть навчати молодь правильному спілкуванню, розпізнаванню ознак булінгу, а також надавати підтримку учням, які стали жертвами агресії. Батьки, у свою чергу, повинні бути обізнані з темою булінгу та розуміти важливість створення підтримуючого середовища вдома для запобігання агресії та насильству серед дітей.

Важливим аспектом є впровадження програм для підтримки постраждалих від булінгу осіб. Соціальна робота в цьому напрямку включає індивідуальні консультації, психологічну підтримку та роботу з адаптацією до соціального середовища. Програми реабілітації мають на меті допомогти жертвам булінгу відновити психоемоційний стан, повернути їм впевненість та навички соціальної інтеграції. Це може включати індивідуальні або групові заняття з психологами, соціальними працівниками, а також організацію груп підтримки, де молоді люди можуть поділитися своїм досвідом і отримати допомогу від однолітків [10, с. 89].

Додатково, важливим підходом є розробка антипереслідувальних політик та стандартів у навчальних закладах та громадах. Встановлення чітких правил поведінки, які визначають, що є неприязною, агресивною або принизливою поведінкою, і запровадження санкцій за їх порушення, допомагає запобігти розвитку булінгу. Соціальні працівники можуть працювати разом з адміністрацією навчальних закладів та місцевими органами влади для впровадження цих політик, забезпечуючи виконання відповідних заходів.

Значущим аспектом профілактики є формування культури взаємоповаги в соціальних групах, а також створення позитивного середовища для самовираження молоді. Створення безпечних просторів для учнів, де вони можуть вільно висловлювати свої думки та емоції, дозволяє уникнути почуття відчуженості, яке є одним з факторів булінгу. Окрім цього, підхід до профілактики має включати формування у молоді здорових цінностей, таких як

повага до інших, відповідальність, чесність, а також розвиток комунікаційних навичок [12].

Важливим є також залучення соціальних працівників до роботи з агресорами. Це потребує використання методів, спрямованих на зміну поведінки та свідомості осіб, які схильні до булінгу. Програми, які орієнтовані на реабілітацію агресорів, можуть включати тренінги для розвитку емоційної саморегуляції, вміння контролювати агресію, а також групові заняття, які дозволяють учасникам розуміти наслідки своїх вчинків. Це дозволяє змінити їхнє ставлення до насильства і навчити конструктивним способам вирішення конфліктів.

Також важливою є робота з медіа та соціальними мережами, оскільки інтернет-булінг стає однією з найбільших проблем у сучасному молодіжному середовищі. Соціальні працівники мають активно працювати з медіа-контентом, популяризуючи здорові моделі поведінки, а також співпрацювати з молоддю, щоб навчити її безпечному користуванню інтернет-ресурсами. Це включає роботу з підлітками щодо захисту своїх особистих даних, попередження випадків кібербулінгу та формування відповідального ставлення до онлайнкомунікацій.

Профілактика булінгу вимагає також роботи з установами та організаціями, які займаються підтримкою молоді. Це може включати роботу з місцевими органами влади, громадськими організаціями, соціальними службами, а також іншими структурами, що займаються вирішенням соціальних проблем. Профілактика булінгу повинна стати частиною загальної стратегії розвитку молодіжної політики на рівні громади, що включає підтримку програм розвитку молоді, організацію культурних та спортивних заходів для підвищення соціальної активності молоді [27, с. 33].

Враховуючи комплексність проблеми булінгу, підходи до його профілактики повинні бути багатограничними та інтегрованими в різні сфери суспільства. Соціальна робота з молоддю повинна включати не лише допомогу постраждалим, але й працю з усіма учасниками соціального процесу, включаючи

родину, школу, громаду та державу. Лише спільні зусилля дозволять зменшити рівень булінгу в суспільстві та забезпечити здорове і безпечне середовище для розвитку молоді.

Функції та компетенції соціального працівника у запобіганні булінгу є важливим елементом у боротьбі з цим явищем, оскільки соціальний працівник є посередником між різними учасниками соціального процесу: школами, родинами, молоддю та іншими соціальними інститутами. Його діяльність націлена на забезпечення безпеки та гармонійного розвитку молоді, а також на формування соціальної свідомості, яка сприяє зменшенню насильства в молодіжному середовищі [9].

Одна з головних функцій соціального працівника полягає в діагностиці та виявленні випадків булінгу на ранніх етапах. Для цього соціальний працівник має використовувати різні методи, такі як інтерв'ю, опитування, спостереження за поведінкою молоді, а також взаємодіяти з педагогами та батьками для виявлення проявів агресії чи насильства серед учнів. Важливим аспектом є своєчасне виявлення змін у поведінці молодої особи, що можуть свідчити про те, що вона стала жертвою булінгу або проявляє агресію до інших.

Важливою функцією соціального працівника є проведення роботи з підвищення обізнаності про проблему булінгу серед учнів, вчителів і батьків. Соціальний працівник має проводити тренінги, семінари та лекції, в яких молодь, вчителі та батьки знайомляться з визначенням булінгу, його видами та наслідками. Такі заходи сприяють формуванню більш чутливого ставлення до цієї проблеми та допомагають уникнути випадків булінгу, оскільки знання про нього дозволяє його попереджати або своєчасно втручатися [32, с. 21].

Компетенція соціального працівника також полягає в проведенні превентивної роботи з підлітками, котрі схильні до булінгу або є агресорами. Це включає роботу з розвитком емоційної саморегуляції, формуванням навичок управління агресією та розвитку емпатії. Соціальний працівник застосовує різні

методи психотерапевтичного впливу, які допомагають агресорам зрозуміти наслідки своїх вчинків і вчать їх конструктивно виражати свої емоції.

Соціальний працівник також має важливу роль у роботі з жертвами булінгу. Його компетенція полягає в наданні психологічної підтримки та реабілітації для молодих людей, які постраждали від агресії. Це може включати індивідуальні консультації, групові заняття, роботу з психологами та допомогу у відновленні впевненості у собі. Соціальний працівник сприяє тому, щоб жертви булінгу не відчували себе ізольованими та допомагає їм знову знайти місце у соціумі [25].

Однією з ключових функцій є здійснення моніторингу та оцінки ефективності програм профілактики булінгу. Соціальний працівник постійно оцінює, чи виконуються заходи, спрямовані на запобігання булінгу, і чи є зміни в поведінці молоді. Це дозволяє коригувати стратегії профілактики та адаптувати їх до змінюваних умов або нових викликів у соціальному середовищі. Важливим є також збір та аналіз даних про випадки булінгу для того, щоб мати можливість виявляти нові тренди та формувати актуальні стратегії боротьби з булінгом.

Соціальний працівник також займається координацією дій різних соціальних інститутів у боротьбі з булінгом. Це включає співпрацю з освітніми закладами, правоохоронними органами, громадськими організаціями та медіа. Такі партнерства дозволяють створити комплексний підхід до вирішення проблеми булінгу, що охоплює не лише індивідуальну допомогу жертвам і агресорам, а й систему заходів на рівні громад та шкіл. Соціальний працівник є важливим координатором між усіма сторонами, що допомагає досягти більшого ефекту в запобіганні булінгу [18].

Ще однією компетенцією соціального працівника є також здатність розробляти та реалізовувати індивідуальні плани підтримки для кожного учасника процесу булінгу. Це включає складання планів роботи з учнями, вчителями, батьками, а також іншими органами соціальної допомоги, що сприяють подоланню наслідків булінгу. Соціальний працівник повинен уміти

враховувати індивідуальні потреби кожної людини і підійти до вирішення проблеми з персоналізованим підходом.

Соціальний працівник виконує також роль медіатора в ситуаціях, де необхідне вирішення конфлікту між сторонами, що беруть участь у булінгу. Це може включати роботу з групами учнів, де соціальний працівник намагається побудувати діалог, зрозуміти причини конфлікту і знайти шляхи його мирного вирішення. Медіація дозволяє уникнути ескалації насильства та сприяє конструктивному розв'язанню суперечок.

Окрім роботи з жертвами та агресорами, соціальний працівник активно працює з батьками, щоб надати їм рекомендації щодо виховання дітей, сприяння розвитку здорових міжособистісних відносин і формуванню у дітей соціальних навичок. Батьки мають важливу роль у профілактиці булінгу, тому їхня участь у програмі профілактики є надзвичайно важливою для успішної боротьби з насильством серед молоді [36, с. 117].

Соціальний працівник здійснює також правову підтримку постраждалим від булінгу. Він може надавати консультації щодо правових аспектів булінгу, включаючи можливості юридичного реагування на такі випадки, а також допомагати в організації юридичної допомоги для жертв. Зрозуміле усвідомлення правових наслідків булінгу може стати важливим фактором для попередження цього явища.

Однією з важливих функцій є формування партнерств з іншими соціальними працівниками та громадськими організаціями, щоб розширити можливості для запобігання булінгу. Спільні зусилля дозволяють створити більш ефективні стратегії, включаючи проведення широкомасштабних кампаній, спрямованих на поширення інформації про булінг і методи його запобігання.

Компетенція соціального працівника у запобіганні булінгу також включає здатність до постійного самовдосконалення, участі у професійному розвитку та вивченні нових методів роботи з молоддю. Оскільки соціальні проблеми

постійно змінюються, важливо, щоб соціальні працівники постійно оновлювали свої знання та навички для ефективної роботи з молоддю [21].

Отже, соціальна профілактика булінгу є важливим напрямком діяльності соціальних працівників, які виконують ключову роль у виявленні, запобіганні та мінімізації наслідків булінгу в молодіжному середовищі. Їхні функції охоплюють діагностику випадків булінгу, проведення профілактичних заходів, надання психологічної підтримки та реабілітації, а також координацію між різними соціальними інститутами. Компетенції соціального працівника у цьому контексті включають медіацію, розробку індивідуальних планів підтримки та активну співпрацю з батьками та педагогами, що забезпечує комплексний підхід до вирішення проблеми. В цілому, соціальний працівник має значний вплив на формування безпечного та підтримуючого середовища для молоді, що сприяє зменшенню проявів булінгу у молодіжному середовищі.

## **Висновки до розділу 1**

У першому розділі було розглянуто поняття булінгу, його соціальну сутність, основні види та форми прояву в молодіжному середовищі. Визначено, що булінг – це систематичне насильство (фізичне, психологічне, економічне, кібербулінг тощо), яке завдає шкоди не лише жертві, але й агресору та свідкам. Акцентовано, що поняття булінгу має міждисциплінарний характер, а його дослідження ведуть як вітчизняні, так і зарубіжні вчені.

Аналіз причин і чинників булінгу дозволив визначити, що джерелом насильницької поведінки можуть бути як особистісні якості учасників (низька самооцінка, агресивність, потреба в домінуванні), так і соціальне середовище (сімейні конфлікти, відсутність підтримки, незбалансовані відносини в колективі). Значна увага приділена аналізу наслідків булінгу, які мають тривалий

і багатовимірний вплив: для жертв – психологічні травми, для агресорів – закріплення девіантної поведінки, для суспільства – посилення соціальної напруги та зростання рівня насильства.

Також було висвітлено сучасні підходи до соціальної профілактики булінгу, серед яких – індивідуальна та групова робота з молоддю, інформаційнопросвітницька діяльність, партнерство між фахівцями, залучення батьків та педагогів. Підкреслено ключову роль соціального працівника, який виступає як посередник, консультант, організатор профілактичних заходів і фахівець із соціального супроводу.

Загалом, результати теоретичного аналізу проблеми булінгу засвідчують її складність та багатогранність, що потребує міждисциплінарного підходу, а також фахової участі соціальних працівників у профілактиці та подоланні булінгу серед молоді.

## **РОЗДІЛ 2 РОЗРОБКА ПРОГРАМИ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

### **2.1. Методичні основи розробки програми профілактики булінгу**

Дослідження проблеми булінгу у молодіжному середовищі та розробка програми його профілактики базується на комплексному використанні методів збору емпіричних даних. Для отримання достовірної та об'єктивної інформації було застосовано поєднання кількісних і якісних методів, що дозволяють комплексно оцінити проблему булінгу, його поширеність, форми прояву, причини та можливі шляхи подолання. Використання таких методів сприяє виявленню як загальних тенденцій, так і індивідуальних особливостей сприйняття булінгу серед молоді та соціальних працівників.

Базою дослідження виступили молоді люди віком від 20 до 30 років, які мешкають у місті Києві. Загальна вибірка склала 50 осіб, серед яких рівна кількість чоловіків і жінок (по 25 осіб у кожній групі). Такий розподіл забезпечує можливість оцінити гендерні особливості ставлення до проблеми булінгу, а також розуміння молодими людьми його наслідків. Крім того, до дослідження були залучені соціальні працівники (12 фахівців), які безпосередньо працюють із молоддю в освітніх та соціальних установах. Це дозволило отримати фахову оцінку проблеми булінгу та ефективності існуючих профілактичних заходів.

Одним із ключових методів збору даних стало анкетування молоді, яке дозволило отримати емпіричні дані про рівень обізнаності про булінг, його форми та наслідки, а також про ставлення молодих людей до профілактичних заходів. Анкета містила питання щодо особистого досвіду переживання булінгу або свідчення подібних випадків, ставлення до агресивної поведінки, ефективності наявних програм профілактики та готовності молоді брати участь у заходах, спрямованих на зменшення булінгу. Анкетування дозволило виявити загальні тенденції у сприйнятті цієї проблеми, визначити, наскільки молодь поінформована про шляхи її подолання, та з'ясувати, які методи профілактики сприймаються як найбільш ефективні [Дод. А].

Для отримання професійної оцінки проблеми булінгу було проведене експертне опитування серед соціальних працівників. Учасниками стали 12 фахівців, які мають досвід роботи у сфері соціальної профілактики та підтримки молоді. Опитування дозволило отримати інформацію про ефективність існуючих профілактичних заходів, труднощі, з якими стикаються соціальні працівники у своїй роботі, та можливі напрями вдосконалення підходів до боротьби з булінгом. Особливий акцент був зроблений на оцінці ролі соціального працівника в профілактиці булінгу, аналізі правових механізмів захисту постраждалих та визначенні ключових ресурсів, необхідних для підвищення ефективності соціальних ініціатив [Дод. Б].

Окрім анкетування, у дослідженні було використано метод напівструктурованого інтерв'ю. Цей метод дозволив глибше зрозуміти особливості ставлення до булінгу як серед молоді, так і серед соціальних працівників. Інтерв'ю проводилися у формі відкритої бесіди, під час якої респонденти могли розповісти про власний досвід, навести приклади та висловити свої міркування щодо можливих шляхів подолання проблеми. Такий підхід сприяв отриманню не лише статистичних даних, а й якісних характеристик проблеми, що є важливим для розробки ефективної програми профілактики.

У процесі розробки програми профілактики булінгу одним із важливих методів збору даних став аналіз нормативно-правової бази, яка регламентує заходи із запобігання булінгу в Україні. Цей напрям дослідження дозволив не лише систематизувати існуючі документи, а й виявити прогалини, що існують у правовому полі щодо ефективної протидії цькуванню в молодіжному середовищі. Особливу увагу було приділено законодавчим актам, які прямо або опосередковано регулюють поведінку молоді, діяльність соціальних працівників, права людини, а також механізми захисту постраждалих.

Одним із ключових нормативних документів, що став об'єктом аналізу, є Закон України «Про освіту», в якому передбачено право учасників освітнього процесу на захист від будь-яких форм насильства, а також обов'язок закладу освіти здійснювати внутрішній контроль за випадками булінгу. Хоча основний акцент закону зроблено на сферу освіти, його положення є релевантними й для молоді, що не є студентами, оскільки формують загальне розуміння неприпустимості агресивної поведінки [28].

Важливу роль у нормативно-правовому забезпеченні профілактики булінгу відіграє Кодекс України про адміністративні правопорушення, а саме стаття 173-4, яка встановлює адміністративну відповідальність за вчинення булінгу. У 2020 році було внесено зміни, які дозволили притягати до відповідальності не лише безпосередніх кривдників, а й педагогів або керівників установ у разі приховування таких випадків. Аналіз цього положення дозволив дійти висновку,

що законодавство поступово адаптується до нових викликів, однак потребує подальшого розширення й деталізації норм, особливо у контексті молоді поза освітніми закладами [14].

Також було проаналізовано Закон України «Про соціальні послуги», який окреслює основи діяльності соціальних працівників у сфері надання допомоги постраждалим від насильства, у тому числі психологічного. У документі передбачено забезпечення доступу до індивідуальної соціальної підтримки, консультацій, соціального супроводу та кризового втручання. Водночас виявлено, що в законі не згадується булінг як окрема форма насильства, що свідчить про потребу оновлення нормативної бази з урахуванням новітніх соціальних явищ [30].

Окрему увагу під час аналізу було приділено Конвенції ООН про права дитини, яка ратифікована Україною та визнає право кожної дитини та молоді людини на захист від усіх форм насильства, знущань та принижень. Хоча документ має міжнародний характер, він є основою для розробки національних стандартів захисту молоді від психологічного тиску, дискримінації та цькування. Аналіз Конвенції дозволив підкреслити важливість реалізації правозахисного підходу у створенні програм профілактики булінгу [15].

Також було здійснено аналіз Державної соціальної програми «Національна стратегія розвитку системи соціальних послуг до 2030 року», яка передбачає розвиток системи раннього виявлення випадків насильства, соціального супроводу молоді в кризових ситуаціях, а також посилення міжвідомчої взаємодії. Програма фокусується на попередженні правопорушень у молодіжному середовищі, що є вагомим підґрунтям для запровадження профілактичних заходів проти булінгу на рівні громад [2].

У процесі вивчення нормативної бази також було проаналізовано окремі розпорядчі документи Міністерства освіти і науки України та Міністерства соціальної політики України, які регламентують порядок реагування на випадки булінгу, проведення роз'яснювальної роботи, запровадження просвітницьких

заходів. Такі документи, як методичні рекомендації для педагогів і соціальних працівників, містять алгоритми дій у разі виявлення цькування, однак не завжди адаптовані до роботи з молоддю поза межами освітніх закладів.

Під час аналізу було виявлено, що чинна нормативно-правова база має низку прогресивних положень, але й містить прогалини, особливо в частині системної профілактики булінгу серед молоді поза формальною освітою. Зокрема, недостатньо враховано специфіку молодіжного середовища, що охоплює як студентів, так і працюючу молодь або молодь у пошуках роботи, яка є вразливою до проявів соціального насильства.

Аналіз також показав, що важливу роль у профілактиці булінгу можуть відігравати регіональні програми, затверджені органами місцевого самоврядування. В окремих громадах України вже реалізуються ініціативи, спрямовані на підвищення обізнаності населення про булінг, проте відсутній єдиний державний підхід до організації профілактичної роботи з молоддю. Це створює передумови для розробки універсальної програми, яка б інтегрувала найкращі практики.

Крім того, значущим джерелом для формування програми стало дослідження практики європейських країн, де профілактика булінгу здійснюється у рамках широкої політики боротьби з дискримінацією та насильством. Зокрема, в країнах Скандинавії, Нідерландах та Ірландії профілактичні програми реалізуються за участю молодіжних рад, волонтерів та громадських організацій. Аналіз цих підходів дозволив сформулювати уявлення про можливі інструменти, які можуть бути адаптовані в українських умовах.

Таким чином, аналіз нормативно-правових актів став важливою основою для розробки власної програми профілактики булінгу у молодіжному середовищі. Він дозволив окреслити основні принципи правового регулювання, визначити потенціал залучення соціальних працівників до попередження цькування та виявити ті напрямки, які потребують додаткового законодавчого опрацювання. Отримані результати дали змогу сформулювати програму, що

відповідає як існуючим нормативним вимогам, так і потребам молодіжної аудиторії.

З метою комплексного підходу до аналізу проблеми були застосовані елементи спостереження за соціальною взаємодією молоді в робочих колективах та віртуальному середовищі. Спостереження допомогло виявити латентні форми булінгу, які можуть не усвідомлюватися або замовчуватися учасниками. Це дозволило побачити реальну картину поведінкових патернів, що сприяють виникненню булінгу, та визначити ключові аспекти, які слід враховувати під час розробки програми профілактики.

Додатково було використано метод експертного опитування, у рамках якого опитувалися соціальні працівники. Вони надавали свою оцінку ефективності існуючих заходів профілактики булінгу та пропонували конкретні рекомендації щодо їх удосконалення. Це дало можливість доповнити емпіричні дані професійною точкою зору та виявити потенційні напрями вдосконалення програм профілактики.

Усі зібрані дані були оброблені за допомогою методів кількісного та якісного аналізу. Результати анкетування піддавалися статистичній обробці, що дозволило виявити закономірності та рівень поширеності проблеми булінгу серед молоді. Дані напівструктурованих інтерв'ю аналізувалися шляхом тематичного групування відповідей, що дало змогу виокремити ключові проблеми та фактори, що сприяють булінгу.

Остаточний етап дослідження включав соціологічне моделювання профілактичної програми на основі отриманих даних. Метод моделювання дозволив побудувати структуровану програму профілактики булінгу, що містить комплекс заходів, які взаємодоповнюють один одного та забезпечують системний підхід до вирішення проблеми. При розробці моделі було враховано результати анкетування, експертного опитування, нормативно-правового аналізу та фокус-групових досліджень, що дозволило створити ефективну, науково обґрунтовану та адаптовану до українських реалій програму профілактики.

Отже, комплексне застосування кількісних та якісних методів збору даних дозволило всебічно проаналізувати проблему булінгу у молодіжному середовищі, отримати надійні емпіричні дані та розробити ефективну програму його профілактики. Отримані результати стали основою для розробки конкретних заходів, спрямованих на зменшення рівня булінгу, підвищення обізнаності молоді та покращення діяльності соціальних працівників у цій сфері.

## **2.2. Основні етапи та заходи програми профілактики булінгу**

Розробка програми профілактики булінгу у молодіжному середовищі передбачає проходження кількох ключових етапів, кожен із яких спрямований на досягнення конкретних цілей у боротьбі з цим явищем. Діагностичний етап є відправною точкою програми, оскільки на цьому етапі здійснюється первинне оцінювання рівня поширеності булінгу серед молоді [Дод. В].

Для цього проводиться анкетування респондентів, яке дозволяє виявити особистий досвід молодих людей щодо булінгу, їхні погляди на цю проблему, рівень обізнаності про механізми протидії [Дод. А]. Крім того, застосовується експертне опитування соціальних працівників, яке допомагає визначити ключові фактори, що сприяють виникненню булінгу, а також оцінити наявні заходи його профілактики [Дод. Б]. Аналіз зібраних даних дозволяє встановити основні ризикові групи, особливості проявів булінгу та соціальні механізми, що сприяють його поширенню.

Далі йде навчально-просвітницький етап, метою якого є формування у молоді усвідомлення проблеми булінгу та його наслідків. На цьому етапі передбачається проведення тренінгів для молоді, спрямованих на розвиток емпатії, комунікативних навичок, навичок конструктивного розв'язання конфліктів. Ці тренінги є важливими, оскільки один із основних шляхів зменшення рівня булінгу – це розвиток у молодих людей емоційної компетентності та здатності до співпереживання. Також у рамках цього етапу

передбачені освітні семінари щодо правових аспектів булінгу та відповідальності за нього, що допоможе підвищити рівень правової обізнаності молоді.

Важливим елементом навчально-просвітницького етапу є інформаційні кампанії, які реалізуються через соціальні мережі та інші медіаресурси. Використання соціальних мереж дозволяє ефективно доносити інформацію до великої кількості молодих людей у доступній і зрозумілій для них формі. У межах кампаній можуть публікуватися відеоролики, історії реальних людей, які зіткнулися з булінгом, рекомендації щодо його запобігання, а також інформація про наявні ресурси підтримки.

Наступний, практичний етап, спрямований на активну реалізацію заходів з профілактики булінгу у молодіжному середовищі. Одним із ключових компонентів цього етапу є запровадження програм взаємодопомоги серед молоді. Такі програми включають менторство, коли більш досвідчені молоді люди можуть допомагати тим, хто зіткнувся з булінгом або перебуває у зоні ризику. Також передбачена підтримка постраждалих через різні ініціативи, що сприятимуть їхній соціальній адаптації.

Практичний етап передбачає створення платформ для анонімної консультаційної підтримки. Це можуть бути онлайн-чати, спеціалізовані форуми або гарячі лінії, куди молоді люди можуть звернутися за допомогою, отримати консультацію фахівців або просто поділитися своїм досвідом. Такі ресурси є важливими, оскільки багато постраждалих від булінгу не наважуються відкрито звернутися по допомогу через страх осуду або загострення ситуації.

Крім того, у межах практичного етапу передбачено залучення соціальних працівників та психологів до активної роботи з молоддю. Фахівці будуть здійснювати консультування, проводити індивідуальні та групові заняття, спрямовані на формування здорових міжособистісних стосунків у молодіжному середовищі. Важливим аспектом цієї роботи є також підтримка агресорів, які вчинили акти булінгу, з метою їх соціальної реабілітації та попередження повторних випадків насильницької поведінки.

Фінальним етапом програми є оцінювальний етап, під час якого здійснюється аналіз змін у ставленні молоді до булінгу, а також оцінка ефективності заходів, що були реалізовані в рамках програми. Для цього проводиться повторне анкетування молоді, результати якого порівнюються з початковими даними. Аналіз дозволяє оцінити, чи змінився рівень обізнаності молоді щодо булінгу, чи знизилась кількість випадків булінгу у досліджуваному середовищі, а також наскільки ефективними виявилися запропоновані заходи.

Крім того, на цьому етапі здійснюється узагальнення зібраних даних та формулювання рекомендацій щодо вдосконалення програми. Якщо виявляються певні недоліки або проблемні аспекти реалізації програми, вони враховуються при розробці майбутніх заходів. Важливим моментом є також проведення додаткових консультацій з експертами, соціальними працівниками, представниками молоді для збору якісного зворотного зв'язку щодо програми.

Результати оцінювального етапу можуть використовуватися для подальшого впровадження подібних ініціатив у інших молодіжних спільнотах, а також для розробки нових стратегій профілактики булінгу на рівні державних і громадських організацій. Таким чином, програма профілактики булінгу не тільки сприяє зниженню рівня агресії серед молоді, але й створює основу для довготривалих змін у соціальному середовищі.

## **Висновки до розділу 2**

У другому розділі дослідження було розглянуто методологічні основи розробки програми профілактики булінгу та визначено основні етапи її реалізації. Було обґрунтовано використання анкетування молоді та експертного опитування соціальних працівників для збору первинних даних, що дозволяє оцінити рівень поширеності булінгу, ставлення молоді до проблеми та ефективність існуючих методів профілактики. Крім того, проаналізовано нормативно-правові акти щодо запобігання булінгу та проведено компаративний

аналіз вітчизняних і міжнародних профілактичних програм, що стало основою для розробки комплексної стратегії боротьби з булінгом.

Розроблена програма профілактики булінгу передбачає чотири ключові етапи: діагностичний, навчально-просвітницький, практичний та оцінювальний. Діагностичний етап дозволяє ідентифікувати масштаби проблеми та її основні чинники, навчально-просвітницький етап спрямований на підвищення рівня обізнаності молоді щодо булінгу та формування навичок ненасильницької комунікації, а практичний етап передбачає впровадження конкретних заходів, таких як програми взаємодопомоги, анонімні консультаційні платформи та залучення соціальних працівників і психологів до роботи з молоддю.

Оцінювальний етап програми є важливим елементом, оскільки дозволяє визначити її ефективність та необхідність подальших коригувань. Проведене повторне анкетування молоді та аналіз отриманих результатів дають змогу оцінити, чи вдалося змінити ставлення молодих людей до булінгу та наскільки ефективними виявилися реалізовані заходи.

Таким чином, розроблена програма є комплексним підходом до вирішення проблеми булінгу, який поєднує науково обґрунтовані методи профілактики та практичні механізми соціальної роботи з молоддю.

## **РОЗДІЛ 3 РЕЗУЛЬТАТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОГРАМИ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ**

### **3.1. Аналіз ефективності програми профілактики булінгу**

Аналіз ефективності програми профілактики булінгу розпочався з оцінки результатів анкетування молоді, що було проведено на початковому та завершальному етапах реалізації профілактичних заходів. Головною метою дослідження було визначити рівень обізнаності молодих людей щодо проблеми

булінгу, їх особистий досвід у цій сфері, а також оцінити динаміку змін після впровадження програми. Анкетування охопило 50 респондентів (25 жінок і 25 чоловіків) віком від 20 до 30 років, що дозволило отримати репрезентативні дані про сприйняття булінгу серед різних соціальних груп молоді.

Учасникам анкетування було запропоновано низку питань, які стосувалися їхнього досвіду булінгу як жертви, свідка або ініціатора. Також оцінювався рівень знань про методи протидії булінгу та ефективність заходів, які були впроваджені в межах програми. На основі отриманих відповідей було здійснено порівняння даних до та після реалізації програми, що дозволило виявити позитивні зміни та визначити аспекти, які потребують подальшої корекції.

У табл. 3.1 представлено порівняльний аналіз відповідей респондентів щодо їхнього досвіду булінгу до та після реалізації програми профілактики.

Таблиця 3.1

Порівняльний аналіз відповідей респондентів щодо їхнього досвіду булінгу до та після реалізації програми профілактики

Досвід булінгу	До впровадження програми (осіб, %)	Після впровадження програми (осіб, %)
Були жертвою булінгу	21 осіб (42%)	17 осіб (34%)
Були свідками булінгу	35 осіб (70%)	28 осіб (56%)
Самі вдавалися до булінгу	9 осіб (18%)	5 осіб (10%)
Не вважають булінг серйозною проблемою	12 осіб (24%)	4 осіб (8%)

Отримані результати (табл. 3.1) демонструють позитивні тенденції у ставленні молоді до проблеми булінгу. Зокрема, зменшення кількості жертв булінгу на 8% може свідчити про підвищення рівня самооцінки та розвиток навичок самозахисту серед молодих людей. Водночас зменшення випадків булінгу серед самих респондентів із 18% до 10% свідчить про ефективність заходів, спрямованих на формування толерантної поведінки та розвиток емпатії.

Результати анкетування показали, що після проведення програми рівень обізнаності молоді щодо проблеми булінгу значно зріс. Якщо на початковому етапі лише 34% респондентів могли чітко визначити поняття булінгу та його основні форми, то після реалізації просвітницьких заходів цей показник зріс до 76%. Крім того, спостерігалось зменшення кількості осіб, які раніше не вважали булінг серйозною соціальною проблемою.

Щодо статевих особливостей, було зафіксовано, що серед жінок рівень пережитого булінгу знизився з 48% до 36%, тоді як серед чоловіків – із 36% до 32%. Це може пояснюватися тим, що жінки частіше стають жертвами психологічного булінгу, який легше коригується через просвітницькі заходи. Водночас кількість осіб, які вважали булінг несуттєвою проблемою, суттєво зменшилася серед обох груп, що свідчить про зростання рівня соціальної відповідальності та усвідомлення ризиків.

Цікаво, що серед свідків булінгу також відбулося зниження показників із 70% до 56%, що може свідчити про позитивний вплив програм взаємодопомоги та залучення молоді до активної протидії агресивній поведінці. Це означає, що молодь стала частіше втручатися в ситуації булінгу та запобігати його розповсюдженню.

Важливим результатом стало також зниження рівня самоздійснення булінгу серед респондентів. Якщо до початку програми 9 осіб (18%) зізналися, що самі вдавалися до агресивної поведінки щодо інших, то після впровадження профілактичних заходів цей показник знизився до 5 осіб (10%). Це може бути результатом тренінгів із розвитку комунікативних навичок та емоційного інтелекту, які допомогли молодим людям знаходити альтернативні способи вирішення конфліктів.

Отримані дані підтверджують, що комплексний підхід до профілактики булінгу, який включає діагностику, навчання, практичну підтримку та подальший моніторинг, є ефективним інструментом у боротьбі з цим явищем. Проте, незважаючи на позитивні зміни, залишається необхідність подальшої

роботи в напрямку розширення програм взаємодопомоги та розробки механізмів довгострокового супроводу молоді, яка пережила булінг.

Таким чином, анкетування молоді показало, що впровадження програми профілактики булінгу дозволило не лише підвищити рівень обізнаності про проблему, а й реально вплинути на поведінкові патерни молодих людей. Проте для закріплення отриманих результатів важливо продовжувати профілактичну роботу, розширюючи спектр доступних методів соціальної підтримки та психологічної допомоги.

Аналіз ефективності програми профілактики булінгу був доповнений результатами експертного опитування соціальних працівників, які безпосередньо працюють із молоддю та мають практичний досвід у запобіганні булінгу. Це дослідження дозволило оцінити професійний погляд на проблему, визначити сильні та слабкі сторони впроваджених заходів, а також сформулювати рекомендації щодо подальшого вдосконалення програми.

Участь в опитуванні взяли 12 соціальних працівників (7 жінок і 5 чоловіків), які працюють у соціальних службах м. Києва. Опитування проводилося за допомогою спеціально розробленої анкети, що включала як закриті, так і відкриті питання, що дозволило отримати як кількісні, так і якісні показники.

Основна увага була зосереджена на оцінці ефективності різних етапів програми, зокрема діагностичного, навчально-просвітницького, практичного та оцінювального. Соціальних працівників просили оцінити, наскільки реалізовані заходи відповідають потребам молоді, які методи виявилися найефективнішими, а також які труднощі виникли під час реалізації програми. Крім того, експерти мали можливість висловити свої пропозиції щодо вдосконалення програми на основі власного професійного досвіду.

Загалом результати опитування показали, що більшість соціальних працівників позитивно оцінили програму профілактики булінгу. Зокрема, вони зазначили, що освітньо-просвітницькі заходи, такі як тренінги та семінари, мали

найбільший вплив на зміну ставлення молоді до булінгу. Водночас деякі фахівці наголосили на важливості більш тривалого супроводу молоді після завершення програми, оскільки ефект профілактичних заходів має тенденцію до поступового зниження. У табл. 3.2 представлено узагальнені відповіді соціальних працівників щодо оцінки різних аспектів програми профілактики булінгу.

Таблиця 3.2

Відповіді соціальних працівників щодо оцінки різних аспектів програми профілактики булінгу

Оцінюваний аспект	Позитивна оцінка (осіб, %)	Нейтральна оцінка (осіб, %)	Негативна оцінка (осіб, %)
Ефективність освітніх заходів	10 осіб (83%)	2 осіб (17%)	0 осіб (0%)
Достатність ресурсів для реалізації програми	7 осіб (58%)	4 осіб (33%)	1 особа (9%)
Залучення молоді до профілактичних заходів	9 осіб (75%)	2 осіб (17%)	1 особа (9%)
Довготривалість ефекту від програми	6 осіб (50%)	3 осіб (25%)	3 особи (25%)

Отримані результати (табл. 3.2) свідчать про високу ефективність освітніх заходів, які отримали позитивну оцінку у 83% соціальних працівників. Це підтверджує, що семінари, тренінги та інформаційні кампанії є важливими інструментами у формуванні толерантного ставлення молоді та запобіганні булінгу. Водночас 17% респондентів оцінили ці заходи як нейтральні, що може свідчити про необхідність їх адаптації до специфічних потреб різних груп молоді.

Щодо достатності ресурсного забезпечення програми, 58% опитаних соціальних працівників зазначили, що матеріальні та організаційні ресурси були достатніми для реалізації заходів. Проте 33% оцінили цей аспект як нейтральний, а 9% висловили негативну думку, що може вказувати на певні труднощі у фінансуванні або недостатню кількість спеціалістів, залучених до програми.

Аналіз оцінок щодо залучення молоді до профілактичних заходів показав, що 75% соціальних працівників вважають, що програма успішно мотивувала молодь брати активну участь у заходах. Це свідчить про високий рівень зацікавленості молодих людей у темі булінгу після проходження навчальних заходів. Водночас 8% респондентів висловили незадоволення цим аспектом, що може вказувати на необхідність розширення методів залучення молоді, наприклад, через використання соціальних мереж та цифрових платформ.

Одним із найсуперечливіших аспектів виявилось питання довготривалості ефекту програми. Лише 50% соціальних працівників вважають, що результати програми будуть зберігатися протягом тривалого часу, тоді як 25% респондентів оцінили цей показник як нейтральний, а ще 25% висловили негативну думку. Це свідчить про те, що профілактичні заходи потребують не лише одноразового проведення, а й подальшого моніторингу та підтримки з боку соціальних служб.

Гендерний аналіз відповідей показав, що жінки-соціальні працівники частіше позитивно оцінювали освітні заходи та рівень залучення молоді, тоді як чоловіки частіше акцентували увагу на недостатності ресурсного забезпечення. Це може бути пов'язано з тим, що жінки більше залучені до безпосередньої взаємодії з молоддю та можуть краще оцінювати ефективність навчальних заходів. Натомість чоловіки, орієнтовані на організаційні аспекти, більше звертають увагу на матеріальну та кадрову складову програми.

Загалом результати експертного опитування підтверджують, що програма профілактики булінгу має високу ефективність, особливо в аспекті освітньої роботи. Проте для її подальшого вдосконалення необхідно звернути увагу на забезпечення довготривалості результатів, покращення ресурсного забезпечення та розширення методів залучення молоді. Важливо також проводити додаткові дослідження для оцінки довгострокових наслідків програми та її впливу на рівень булінгу в молодіжному середовищі.

У рамках комплексного дослідження, присвяченого вивченню ефективності програми профілактики булінгу у молодіжному середовищі, було

використано не лише кількісні методи збору даних, а й якісні, зокрема метод напівструктурованого інтерв'ю. Цей метод дозволив глибше проникнути в суть проблеми, зрозуміти ставлення молоді та соціальних працівників до булінгу, їхній досвід, емоційне сприйняття ситуації, а також отримати міркування щодо шляхів вирішення проблеми на практиці.

На відміну від анкетування, яке часто передбачає стандартизовані відповіді, інтерв'ю створює умови для вільного вираження думок, висвітлення особистих історій та спостережень, що вкрай важливо для соціального аналізу. Особливість напівструктурованого підходу полягала в тому, що респондентам пропонувалися загальні тематичні запитання, але структура розмови залишалася гнучкою, дозволяючи торкатися глибинних тем.

Таблиця 3.3

## Респонденти методу напівструктурованого інтерв'ю

Категорія респондентів	Кількість осіб	Жінки (осіб / %)	Чоловіки (осіб / %)
Молодь	20	10 / 50%	10 / 50%
Соціальні працівники	6	4 / 66,7%	2 / 33,3%

В інтерв'ю (табл. 3.3) взяли участь 20 молодих людей (10 хлопців та 10 дівчат) із загальної вибірки анкетованих, які погодилися на поглиблену розмову. Також було проведено 6 інтерв'ю із соціальними працівниками (4 жінки та 2 чоловіки), які мали практичний досвід роботи з молоддю та безпосередньо стикалися з проблемою булінгу.

Добір учасників здійснювався з урахуванням гендерного балансу, соціального статусу, досвіду, а також мотивації до відкритого діалогу. Розмови відбувалися в умовах конфіденційності, з дотриманням етичних стандартів дослідження. Бесіди проходили у напівформальній обстановці — в університетських аудиторіях, соціальних центрах та онлайн, залежно від можливостей учасників.

Молоді респонденти у більшості випадків висловлювали занепокоєння з приводу високого рівня толерантності до агресивної поведінки у своєму середовищі. Особливо чітко проявилось ставлення до психологічного тиску у соціальних мережах, яке багато хто не відразу ідентифікує як булінг. За словами молодих людей, частина випадків цькування залишається непоміченою навіть найближчим оточенням, а самі жертви часто замовчують проблему через страх осуду або небажання «створювати проблеми». Такі спостереження є надзвичайно важливими для подальшого проєктування превентивних заходів, орієнтованих на підвищення обізнаності та формування культури нульової толерантності до будь-яких форм насильства.

У ході розмов із молоддю було з'ясовано, що значна частина респондентів вважає булінг «особистою справою» або «життєвою перевіркою», що відображає певну нормалізацію цькування у молодіжному середовищі. Водночас частина учасників інтерв'ю наголосили, що після проходження тренінгів чи просвітницьких заходів у рамках реалізованої програми вони почали по-іншому сприймати такі ситуації – більше співчувати жертвам, втручатися, коли помічають цькування, та вважати звернення по допомогу не слабкістю, а проявом сили.

Інтерв'ю із соціальними працівниками виявили, що фахівці добре усвідомлюють багатогранність проблеми булінгу, але часто стикаються з обмеженнями у ресурсах, недостатньою міжвідомчою координацією та упередженістю суспільства. Вони вважають, що будь-яка програма профілактики булінгу повинна бути не лише освітньою, а й ціннісною – спрямованою на формування емпатії, поваги до гідності інших людей та здатності до ненасильницького вирішення конфліктів. Також соціальні працівники відзначили, що молодь краще сприймає інформацію, яка подається неформально – через історії, приклади з життя, і особливо через соціальні мережі.

Один із важливих висновків, отриманих завдяки інтерв'ю, полягає в тому, що для молоді важливо мати платформу, де вони можуть відкрито обговорити

свої проблеми, не боячись бути засудженими. Учасники інтерв'ю висловлювали ідеї створення молодіжних груп підтримки, чат-ботів для анонімного звернення, а також шкільних і студентських рад медіаторів, які б могли допомагати врегульовувати конфлікти мирним шляхом. Ці ідеї були враховані у формуванні практичного блоку програми профілактики.

Інтерв'ю також дозволили виявити суттєві відмінності у сприйнятті проблеми залежно від статі. Жінки частіше акцентували увагу на психологічному насильстві, соціальній ізоляції, образах, тоді як чоловіки – на фізичній агресії, прямому конфлікті або приниженні в публічному просторі. Така диференціація потреб врахування у створенні цільових інформаційних кампаній, адаптованих до гендерної специфіки.

Соціальні працівники у своїх інтерв'ю також зазначали про потребу у фаховій підтримці з боку держави – зокрема, підвищення кваліфікації у сфері роботи з молоддю, надання методичних матеріалів, а також можливість впровадження міжсекторального підходу, де разом працюватимуть школи, громадські організації, психологи та представники медіа. Були висловлені думки про те, що профілактика булінгу – це не одноразова кампанія, а тривалий процес зміни суспільних установок.

Крім того, результати інтерв'ю показали, що багато молодих людей позитивно оцінили інтерактивні формати заходів – тренінги, рольові ігри, перегляд тематичних відео з подальшим обговоренням, що дозволяє не лише засвоїти інформацію, а й пережити її на емоційному рівні. Саме це сприяє більш глибокому усвідомленню проблеми булінгу як такої, що вимагає активної позиції кожного.

Узагальнюючи результати напівструктурованих інтерв'ю, можна зробити висновок, що цей метод надав унікальну можливість виявити ті аспекти проблеми, які не були б зафіксовані під час стандартного опитування. Висловлені думки, особисті історії, приклади із практики стали основою для доопрацювання програми профілактики булінгу, зокрема її навчального та практичного

компонентів. Завдяки такому підходу вдалося поєднати об'єктивні дані з живими переживаннями, що зробило результати дослідження більш повними та релевантними для практичного застосування.

У межах реалізації програми профілактики булінгу важливою складовою заключного етапу стало проведення інтерв'ю з її учасниками – як молодими людьми, так і соціальними працівниками, які були залучені до впровадження і реалізації окремих заходів (табл. 3.4). Метою цих інтерв'ю було отримання якісного зворотного зв'язку щодо сприйняття програми, її актуальності, зручності формату, емоційного впливу та практичної користі.

Такий метод дозволив глибше зрозуміти, як програма сприймалася безпосередніми учасниками, які саме компоненти були найбільш ефективними, а які – потребують доопрацювання. Особливо цінним був особистий досвід молоді, яка не лише пройшла через усі етапи програми, а й активно включалася у її реалізацію.

Таблиця 3.4

Респонденти інтерв'ю для отримання якісного зворотного зв'язку щодо сприйняття програми

Категорія респондентів	Кількість осіб	Жінки (осіб / %)	Чоловіки (осіб / %)
Молодь	50	25 / 50%	25 / 50%
Соціальні працівники	12	8 / 66,7%	4 / 33,3%

У програмі взяли участь 50 молодих людей – рівна кількість жінок і чоловіків, що дозволило забезпечити гендерний баланс і проаналізувати сприйняття програми з урахуванням гендерної специфіки. Середній вік респондентів становив 25 років, що відповідає типовому віку цільової аудиторії соціально-профілактичних заходів, спрямованих на подолання булінгу в молодіжному середовищі. Також було проведено інтерв'ю з 12 соціальними працівниками (8 жінок та 4 чоловіки), які представляли як державні установи, так

і громадські організації, що мають досвід реалізації соціальних програм із молоддю.

Під час інтерв'ю молодь найчастіше висловлювала вдячність за відкритий, доступний і водночас професійний формат подачі інформації. Багато хто зазначив, що вперше серйозно замислився над тим, що навіть словесні образи в соціальних мережах – це форма булінгу. Значна частина учасників підкреслила, що після проходження програми стала більш чутливою до проявів агресії серед однолітків і готова втручатися або принаймні підтримати жертву. Це свідчить про ефективне формування просоціальної поведінки.

Респонденти позитивно оцінили тренінгову частину програми – особливо ті сесії, що були присвячені розвитку емпатії, навичкам активного слухання та ненасильницької комунікації. Учасники підкреслювали, що рольові ігри, інтерактиви та практичні вправи дали можливість не просто почути щось нове, а буквально «прожити» ситуації, пов'язані з булінгом, поставити себе на місце інших, усвідомити межі власної поведінки. Молодь також схвально оцінила формат відкритих обговорень, які дозволяли обмінюватися досвідом і не боятися бути почутими.

Багато учасників звертали увагу на важливість використання соціальних мереж як інструменту інформування. Деякі висловлювали думки, що саме через креативні пости, відеоролики та сторіз їм було легше засвоїти змістовні блоки програми. Молодь зазначала, що візуальний та короткоформатний контент став для них найзручнішим каналом отримання інформації про булінг і шляхи його подолання. Це дозволило створити нову комунікаційну звичку – реагувати не лайками, а діями.

Водночас кілька респондентів відзначили, що частина матеріалів програми здавалася їм дещо академічною або надто теоретичною, особливо в освітніх семінарах. Це свідчить про необхідність у подальшому шукати баланс між інформативністю і практичністю подачі. Було також запропоновано розширити програму за рахунок тематичних воркшопів з участю психологів, юристів та

навіть блогерів, які мають вплив на молодь і можуть слугувати носіями антисегрегаційних цінностей.

Соціальні працівники у своїх інтерв'ю підкреслили, що програма відповідає сучасним потребам молоді, є адаптованою до цифрового середовища і має потенціал для масштабування. Вони також визнали, що участь у заходах програми допомогла їм краще зрозуміти мову і логіку мислення молодих людей, що позитивно вплинуло на їхню професійну комунікацію. З їхніх слів, ефективність програми полягає не лише в її структурі, а й у постійній присутності зворотного зв'язку з молоддю на всіх етапах.

Фахівці також зауважили, що програма може слугувати взірцем для створення міжсекторальних ініціатив, де будуть взаємодіяти освітяни, соціальні служби, медіа, громадські активісти. У цьому контексті вони висловлювали сподівання, що подібні проєкти отримають не лише ситуативну, а й системну підтримку з боку держави. Було наголошено, що важливо не лише реагувати на випадки булінгу, а створювати середовище, в якому ця поведінка буде апріорі неприйнятною.

Молоді респонденти також зазначали, що участь у програмі допомогла їм не лише зрозуміти проблему, а й відчутти себе частиною спільноти, що здатна змінювати соціальну дійсність. Деякі з них виявили ініціативу продовжувати діяльність у цьому напрямі, створивши невеликі волонтерські групи або тематичні блоги у соціальних мережах. Це свідчить про те, що програма не лише надала знання, а й стала мотиваційним поштовхом до активної громадянської позиції.

Позитивні відгуки також стосувалися атмосфери довіри, яку вдалося створити під час реалізації програми. Молодь часто наголошувала, що вперше змогла відкрито говорити про свої страхи, сумніви або прикрі життєві ситуації, не відчуваючи осуду. Це стало можливим завдяки тому, що модератори та соціальні працівники були не лише фахівцями, а й справжніми партнерами у діалозі.

Отже, інтерв'ю з учасниками програми дали змогу виявити як сильні сторони проєкту, так і потенційні напрями для його вдосконалення. Усі респонденти наголошували на актуальності теми булінгу і необхідності регулярного оновлення програм з урахуванням цифрових викликів, нових форм агресії та зміни поведінкових моделей молоді. Отримані якісні відгуки стали не лише індикатором ефективності впроваджених заходів, а й джерелом нових ідей для розвитку подібних ініціатив у майбутньому.

У процесі оцінки ефективності програми профілактики булінгу важливим аналітичним інструментом став SWOT-аналіз, що дозволив систематизувати виявлені під час реалізації програми сильні й слабкі сторони, а також окреслити можливості для подальшого розвитку й потенційні загрози (табл. 3.5). Проведення SWOT-аналізу базувалося як на кількісних даних (анкетування, опитування, інтерв'ю), так і на якісних відгуках учасників програми – молоді та соціальних працівників. Це дозволило сформувавши комплексне бачення програми не лише як теоретичної конструкції, а як живого механізму, що функціонує у реальному соціальному середовищі.

Участь у цьому етапі аналізу взяли 50 представників молоді (25 жінок та 25 чоловіків віком 20–30 років, середній вік – 25 років) і 12 соціальних працівників (8 жінок і 4 чоловіки), що забезпечило збалансованість гендерних та професійних оцінок.

Таблиця 3.5

## SWOT-аналіз ефективності програми

Компоненти SWOT-аналізу	Кількість респондентів, що згадали (%)	Жінки (осіб / %)	Чоловіки (осіб / %)
Сильні сторони	58 (87,9%)	31 (93,9%)	27 (81,8%)
Слабкі сторони	41 (62,1%)	22 (66,7%)	19 (57,6%)
Можливості	50 (75,8%)	28 (84,8%)	22 (66,7%)
Загрози	36 (54,5%)	20 (60,6%)	16 (48,5%)

Сильними сторонами програми, за оцінками як молоді, так і соціальних працівників, стали: доступність подачі матеріалу, інтерактивний характер навчання, актуальність тематики, залучення новітніх цифрових платформ, та емоційна підтримка учасників під час реалізації всіх етапів. Респонденти підкреслювали, що програма добре адаптована до цифрового середовища, а комунікаційна стратегія через соціальні мережі дозволила охопити широку молодіжну аудиторію. Крім того, тренінги, рольові ігри та інформаційні кампанії були визнані ефективними інструментами формування навичок ненасильницької комунікації та емпатії.

Серед слабких сторін було відзначено недостатню кількість часу для глибшого розгляду окремих тем, надто інтенсивний темп занять у деяких блоках, а також нестачу спеціалізованих фахівців (наприклад, психологів або юристів) для окремих тематичних сесій. Також респонденти висловлювали побажання щодо більшої диференціації програми за віковими особливостями, оскільки 20річна і 30-річна молодь мають відмінні потреби та життєвий досвід. Деякі учасники зазначили, що в окремих випадках інформація подавалась занадто академічно, що знижувало залученість до процесу.

Можливості для розвитку програми були оцінені досить високо. Молодь і соціальні працівники вбачають потенціал у масштабуванні програми на інші регіони України, запровадженні онлайн-версій модулів, залученні інфлюенсерів до розповсюдження меседжів про неприпустимість булінгу, та інтеграції програми в освітні середовища. Зокрема, були пропозиції щодо створення партнерств між вишами, школами, центрами зайнятості, центрами молодіжної політики та громадськими організаціями задля забезпечення міжсекторального підходу до вирішення проблеми.

Як потенційні загрози респонденти відзначили нестабільність фінансування подібних ініціатив, ризик втрати актуальності через швидку зміну цифрового середовища та мовних кодів у молодіжному спілкуванні, а також можливу байдужість з боку освітніх і державних структур до тематики булінгу.

Деякі соціальні працівники звертали увагу на відсутність національної координації подібних програм, що може призводити до дублювання ініціатив або їх ізольованості.

Жінки-респондентки частіше акцентували увагу на потребі емоційної підтримки учасників та більш глибокої психологічної роботи в межах програми. Вони також були схильні оцінювати загрози як більш суттєві, що може пояснюватися більшою соціальною чутливістю. Чоловіки ж більш фокусувались на практичних аспектах реалізації програми та її технічній підтримці, а також висловлювали ідеї щодо цифрових інновацій, таких як чат-боти для консультування або мобільні застосунки для самодіагностики ризиків булінгу.

Із отриманих відповідей видно, що молодь виявляє готовність брати участь у подальшому розвитку програми як волонтери, модератори заходів, автори медіаконтенту. Це вказує на те, що програма виконує не лише профілактичну, а й мобілізаційну функцію, сприяючи формуванню громадянської активності у молодіжному середовищі. Деякі учасники навіть виявили бажання подати власні проєкти на грантову підтримку.

Результати SWOT-аналізу стали основою для формування дорожньої карти вдосконалення програми. Учасники наголошували на важливості постійного оновлення змісту програми, з урахуванням змін у цифровій культурі молоді, мовних трендів та появи нових платформ, де може проявлятися кібербулінг. Також було запропоновано запровадити регулярний зовнішній моніторинг ефективності програми.

Окремо слід зазначити, що респонденти відзначили цінність саме інтегрованого підходу, коли теоретичний матеріал супроводжується практичними кейсами, рефлексією, обговоренням і творчим осмисленням. Такий формат сприяв не лише засвоєнню знань, а й формуванню ставлення та зміни поведінкових установок. Цей ефект був особливо відчутним серед молоді, яка раніше не брала участі в подібних заходах.

Таким чином, SWOT-аналіз підтвердив високу ефективність програми з точки зору змісту, структури та методологічного підходу, а також окреслив ключові напрямки для подальшої роботи. Він став важливим інструментом саморефлексії проекту і дозволив підготувати ґрунт для наступного етапу – масштабування і адаптації програми до нових умов. Результати аналізу свідчать про те, що ця ініціатива має потенціал для сталого розвитку і може слугувати моделлю для інших профілактичних програм на національному рівні.

Можемо підсумувати, що у процесі реалізації програми профілактики булінгу було проведено ґрунтовний аналіз її ефективності з використанням різноманітних методів дослідження, зокрема анкетування молоді та соціальних працівників до та після участі у програмі. Порівняльний аналіз результатів анкетування засвідчив позитивну динаміку: зросла поінформованість молоді про форми булінгу, способи його запобігання, а також про власні права та механізми захисту. Соціальні працівники після завершення програми відзначили підвищення свого професійного рівня в аспекті роботи з молоддю, зокрема в частині консультування, профілактичної роботи та застосування цифрових інструментів для моніторингу ситуацій булінгу.

Інтерв'ю з учасниками програми дозволили отримати більш глибоке розуміння емоційного та особистісного сприйняття програми. Молодь висловлювала вдячність за можливість відкрито говорити про власний досвід, дізнатися про ефективні моделі протидії булінгу та отримати психологічну підтримку. Відзначалося, що інтерактивний підхід, особистісно орієнтована подача матеріалу, тренінги з розвитку емоційного інтелекту, симуляційні вправи та спільні обговорення сприяли не лише інформуванню, але й формуванню відповідальної громадянської позиції. Також, соціальні працівники відзначили, що програма створила умови для поглибленого професійного діалогу між фахівцями, що працюють у сфері захисту прав молоді.

SWOT-аналіз, проведений серед молоді та фахівців, надав структуроване уявлення про сильні сторони програми (доступність, актуальність,

інтерактивність), а також про її слабкі місця (обмежений час, потреба в більшій гнучкості щодо цільової аудиторії). Аналіз також окреслив значний потенціал для розвитку програми через її цифрову адаптацію, розширення географії впровадження та залучення додаткових експертів. Разом з тим, було ідентифіковано певні загрози, пов'язані з недостатньою державною підтримкою та потребою у стабільному фінансуванні. Проте загальна оцінка програми переважно позитивна, що свідчить про доцільність її подальшої реалізації й масштабування.

Отже, результати аналізу підтверджують ефективність програми профілактики булінгу як комплексного соціального інструменту, що враховує як інформаційні, так і психоемоційні потреби молоді. Програма не лише посилила рівень обізнаності учасників, а й стала платформою для формування середовища, вільного від насильства, де кожен може почуватися захищеним. На основі отриманих результатів доцільно рекомендувати програму до впровадження на рівні освітніх та молодіжних установ із обов'язковим супроводом фахівців та постійним моніторингом ефективності.

### **3.2. Практичні рекомендації щодо вдосконалення профілактичної роботи**

Одним із ключових результатів дослідження стало усвідомлення необхідності створення чітких та практичних рекомендацій для соціальних працівників, які можуть впроваджувати програму профілактики булінгу в різних соціальних і освітніх установах. Враховуючи отримані дані, соціальні працівники повинні мати доступ до структурованої, адаптованої до умов роботи в різних закладах програми, що дозволить ефективно інтегрувати заходи з профілактики булінгу у щоденну діяльність. Перш за все, важливо передбачити інструктивні матеріали для соціальних працівників, які містять алгоритми дій у

випадках виявлення булінгу, методики проведення тренінгів, а також рекомендації щодо комунікації з жертвами та агресорами.

Вважаємо, що соціальні працівники повинні бути озброєні не лише теоретичними знаннями, а й практичними інструментами, що сприяють формуванню безпечного соціального середовища. Доцільним є створення посібника, в якому детально прописано сценарії тренінгів, рольові ігри, кейси з практики, а також методи формування довірчих стосунків з молоддю. Такий ресурс має бути адаптований для роботи як у навчальних закладах, так і в молодіжних центрах, соціальних службах, волонтерських об'єднаннях. Важливо також включити розділ про специфіку роботи з різними віковими категоріями молоді, а також з представниками вразливих груп – особами з інвалідністю, вихованцями інтернатів, переселенцями тощо.

Успішність реалізації профілактичних заходів значною мірою залежить від рівня підготовки соціального працівника. Рекомендується впроваджувати систему підвищення кваліфікації фахівців шляхом організації семінарів, вебінарів, курсів, тренінгів, у яких детально розглядатимуться питання профілактики булінгу, психологічних аспектів насильства, правових норм захисту прав молоді. Також слід створити можливості для обміну досвідом між працівниками з різних регіонів, що дозволить поширювати успішні кейси впровадження програми, обговорювати труднощі та спільно шукати шляхи їх подолання.

На наш погляд, особливу увагу потрібно приділити формуванню навичок роботи з цифровим простором. Соціальні мережі, чати, форуми є як середовищем для поширення булінгу, так і платформою для його запобігання. Тому соціальний працівник має володіти інструментами цифрової комунікації, вміти виявляти прояви кібербулінгу, організовувати профілактичні онлайн-кампанії, створювати контент, який формує толерантність, емпатію та повагу до інших. У зв'язку з цим важливою є розробка окремого модуля в межах рекомендацій, присвяченого роботі з молоддю у віртуальному просторі.

Рекомендації повинні включати поради щодо ефективної взаємодії з адміністрацією закладів, у яких реалізується програма. Це передбачає налагодження партнерських стосунків, інформування керівництва про цілі програми, погодження заходів, забезпечення ресурсної підтримки. Соціальний працівник має бути готовим обґрунтовувати доцільність заходів, аргументовано пояснювати їх значення для соціального клімату в установі та безпеки молоді. Також важливо передбачити механізми звітності та оцінки результативності роботи, що дозволить формувати довіру до програми.

Необхідно також надати рекомендації щодо роботи з батьками або іншими законними представниками молоді. Булінг нерідко має корені у сімейному середовищі або є наслідком недостатньої уваги до емоційного стану дитини. Тому соціальний працівник має володіти методами налагодження співпраці з родинами, вміти організовувати батьківські збори, консультації, профілактичні лекції, що сприятимуть формуванню атмосфери підтримки та розуміння. У рекомендаціях варто також передбачити шаблони інформаційних матеріалів для батьків.

На наше переконання, важливим є включення рекомендацій щодо створення мультидисциплінарних команд, до яких входять не лише соціальні працівники, а й психологи, педагоги, юристи, представники громадських організацій. Такий підхід дозволить забезпечити комплексність у роботі з випадками булінгу, враховувати психологічні, соціальні, правові та освітні аспекти проблеми. У межах рекомендацій доцільно розписати алгоритм створення таких команд, їх функціонування, розподіл ролей і відповідальності.

Окрему увагу слід приділити механізмам моніторингу ситуацій булінгу. Рекомендації повинні містити опис інструментів діагностики, зокрема анонімних анкет, опитувальників, онлайн-форм, що допоможуть виявляти факти булінгу на ранніх стадіях. Також необхідно вказати, як обробляти отриману інформацію, зберігати конфіденційність, реагувати на сигнали про можливе насильство та

документувати процес втручання. Це дозволить соціальним працівникам діяти вчасно й ефективно.

Рекомендації мають охоплювати й аспекти етичної поведінки соціального працівника в процесі реалізації програми. Важливо акцентувати на збереженні конфіденційності, дотриманні принципів неупередженості, поваги до особистості кожного учасника. Соціальний працівник повинен бути прикладом толерантного ставлення, вміти працювати зі складними випадками без осуду та емоційного тиску, виявляти чутливість до потреб різних категорій молоді.

Доцільно також включити до рекомендацій методики оцінки результативності програми. Це можуть бути шаблони звітів, форми оцінки ефективності заходів, показники змін у поведінці молоді, рівні обізнаності, зменшення кількості конфліктів тощо. Соціальний працівник має вміти аналізувати ці дані, робити висновки та коригувати програму в разі потреби. Це сприятиме постійному вдосконаленню підходів і забезпеченню їх актуальності.

Не менш важливо рекомендувати соціальним працівникам налагоджувати співпрацю з місцевими громадами, громадськими організаціями, благодійними фондами, які можуть надати підтримку у реалізації програми. Це дозволить розширити ресурсну базу, залучити волонтерів, отримати методичну чи матеріальну допомогу. Соціальний працівник має бути ініціативним і вміти мобілізувати зовнішні ресурси для досягнення соціально значущих результатів.

Таким чином, розробка ґрунтовних і практичних рекомендацій для соціальних працівників є ключовим кроком на шляху до ефективного впровадження програми профілактики булінгу у різних установах. Такі рекомендації повинні бути комплексними, адаптивними, з урахуванням особливостей конкретного середовища. Вони мають стати надійною опорою у щоденній професійній діяльності фахівця та забезпечити стабільність і сталість профілактичної роботи.

Слід зазначити, що у ході реалізації програми профілактики булінгу стало очевидним, що її потенціал виходить за межі роботи виключно з молоддю віком

20–30 років. Адаптація програми для інших вікових груп – дітей шкільного віку, підлітків або осіб старшого віку – може стати ефективним інструментом для формування культури ненасильства у суспільстві загалом.

Зокрема, робота з учнями початкової школи потребує спрощеної форми подачі матеріалу, використання ігрових методик, мультфільмів, інтерактивних історій, що формують емпатію, повагу до інших, навички вирішення конфліктів мирним шляхом. У середній та старшій школі доцільним є використання тренінгів, тематичних квестів, відеороликів, соціальних експериментів, що дозволяють молоді аналізувати власну поведінку та усвідомлювати наслідки булінгу.

На наш погляд, для студентської молоді, яка вже має певний досвід взаємодії в соціумі, акцент у програмі варто змістити на розвиток критичного мислення, навичок медіаграмотності, протидії кібербулінгу. Це покоління активно користується соціальними мережами, тож важливо навчати їх розпізнавати мову ворожнечі, фейки, маніпуляції, розвивати стратегії цифрової безпеки. Для цієї вікової групи ефективними є також формати обговорення конкретних кейсів, проведення дебатів, залучення до волонтерських ініціатив, спрямованих на підтримку однолітків.

Особливу увагу слід приділяти роботі з педагогічними працівниками та адміністрацією навчальних закладів. Саме від їхньої позиції часто залежить успішність боротьби з булінгом. Адаптація програми для цього середовища передбачає створення навчальних модулів про правові та психологічні аспекти булінгу, методики реагування на інциденти, а також формування партнерської моделі стосунків із молоддю. Педагоги мають не лише виявляти факти насильства, а й бути прикладом толерантної, недискримінаційної поведінки.

Актуальним є також запровадження програми в корпоративному середовищі, зокрема для молодих працівників або стажерів. Булінг у трудових колективах, особливо у формі мобінгу, може мати серйозні наслідки для психологічного стану людини та її професійного розвитку. Тому програма може

бути адаптована для HR-менеджерів, керівників підрозділів, фахівців із корпоративної етики. Вона має включати модулі з попередження дискримінації, створення інклюзивного середовища, методи посередництва у конфліктах.

Крім того, не менш важливо розширювати програму на осіб із соціально вразливих категорій – молодь з інвалідністю, переселенців, дітей із кризових сімей. Для цього необхідно враховувати специфіку їхніх потреб, особливості комунікації, адаптацію в новому соціумі. Програма має включати психологічну підтримку, інтеграційні заходи, розвиток соціальних навичок. Для фахівців, які працюють із цими категоріями, варто розробити спеціальні інструкції та методичні рекомендації.

Зважаючи на динамічний характер змін у соціальному середовищі, важливо постійно оновлювати та доповнювати програму. Тому однією з перспектив є створення гнучкого цифрового середовища, у межах якого програма зможе розвиватися в онлайн-форматі: платформи з навчальними курсами, інтерактивні тести, блоги, форуми для обговорень. Це дозволить охопити більшу аудиторію, в тому числі у віддалених або сільських громадах, де доступ до професійних соціальних послуг обмежений.

Подальші дослідження у сфері профілактики булінгу мають зосередитися на вивченні нових форм насильства, пов'язаних з розвитком цифрових технологій, зокрема кіберсталкінгу, харасменту, фейкових акаунтів, що використовуються для приниження особистості. Слід також досліджувати ефективність конкретних інтервенцій, порівнювати результати між різними віковими групами, статтю, соціальним статусом, вивчати довготривалий вплив участі у програмах на поведінкові моделі молоді.

Окремий напрям подальших ініціатив – створення системи супроводу учасників програми після її завершення. Це можуть бути клуби підтримки, психологічне консультування, наставництво, участь у соціальних проєктах. Така робота сприятиме закріпленню набутих навичок, формуванню стійкої установки

на ненасильницьку комунікацію та подолання конфліктів конструктивним шляхом.

Важливим етапом розвитку профілактики булінгу є залучення молоді до розробки і реалізації ініціатив. Молоді люди краще розуміють специфіку власного середовища, можуть виступати як лідери змін, бути прикладом для своїх однолітків. Це можуть бути молодіжні ради, волонтерські об'єднання, інформаційні кампанії, створення контенту в соцмережах. Участь у таких ініціативах формує активну громадянську позицію та зміцнює соціальні зв'язки.

Доцільним є створення платформи для обміну досвідом між різними громадами, навчальними закладами, країнами. Це може бути онлайн-бібліотека матеріалів, база даних кращих практик, конференції, вебінари, дослідницькі проекти. Такий підхід дозволить узагальнити напрацювання, запобігти дублюванню зусиль та забезпечить ефективне використання ресурсів.

Отже, програма профілактики булінгу має потужний потенціал до масштабування, адаптації та подальшого розвитку. Її вдосконалення можливе лише за умови комплексного підходу – наукового аналізу, практичної апробації, залучення всіх зацікавлених сторін. Соціальні працівники, дослідники, освітяни, молодь і громадськість спільно здатні сформувати суспільство, в якому насильство не має місця.

### **Висновки до розділу 3**

У результаті проведеного аналізу ефективності програми профілактики булінгу можна зробити висновок, що її впровадження суттєво вплинуло на зниження рівня виявлених випадків булінгу, підвищення обізнаності молоді про його форми, причини та наслідки, а також зміцнення навичок конструктивного вирішення конфліктів.

Порівняльні дані анкетування до та після реалізації програми свідчать про позитивні зрушення: зменшення кількості респондентів, які були жертвами або

свідками булінгу, а також зростання рівня готовності до активного протистояння проявам насильства. Важливо зазначити, що позитивна динаміка спостерігалася як серед молоді, так і серед соціальних працівників, що брали участь у реалізації програми.

Інтерв'ю з учасниками програми надало можливість глибше усвідомити не лише статистичні, але й особистісні аспекти впливу програми. Молоді люди акцентували увагу на важливості емоційної підтримки, атмосфери відкритості, практичної корисності тренінгів та інтерактивних занять. Соціальні працівники, зі свого боку, наголосили на підвищенні власної професійної впевненості, розширенні інструментарію реагування на випадки булінгу та покращенні взаємодії з молоддю. Таким чином, якісні відгуки засвідчили значний потенціал програми не лише як профілактичного інструменту, а й як засобу зміцнення взаєморозуміння між учасниками соціального процесу.

SWOT-аналіз програми виявив її численні сильні сторони, зокрема: доступність, актуальність тематики, міждисциплінарність, а також чітка структура заходів. Водночас були виявлені й певні слабкі місця, що потребують доопрацювання: обмеженість часових рамок, необхідність більш глибокої роботи з окремими категоріями молоді, нестача візуального та цифрового контенту. Серед можливостей подальшого розвитку програми виокремлено її масштабування, адаптацію до нових соціальних середовищ, залучення молоді до співорганізації заходів, а також створення цифрової платформи для підтримки учасників.

Практичні рекомендації, розроблені в межах дослідження, стосуються як удосконалення діяльності соціальних працівників, так і розширення меж застосування програми. Зокрема, йдеться про необхідність створення методичних посібників, організацію систематичного навчання, підтримку міжвідомчої співпраці. Адаптація програми до інших вікових груп – школярів, студентів, працівників – дозволить охопити ширше коло осіб, що можуть стати жертвами або свідками булінгу. Подальші дослідження мають зосереджуватися

на цифрових формах насильства, соціокультурних особливостях проявів булінгу та механізмах створення безпечного соціального простору.

## ВИСНОВКИ

Виходячи із завдань дослідження, слід зробити такі висновки.

1. Проаналізовано, що булінг є навмисним агресивним впливом, спрямованим на приниження або психологічне знищення особистості, що систематично повторюється. Основними формами прояву булінгу серед молоді є фізичне, психологічне, словесне, кібербулінг, соціальна ізоляція. Найпоширенішими виявами у молодіжному середовищі є вербальні образи, погрози та цькування в соціальних мережах. Булінг має складну структуру, що включає агресора, жертву та спостерігачів, кожен з яких по-своєму впливає на розвиток ситуації. Булінг виникає під впливом комплексу причин – від індивідуальних (низький рівень емпатії, агресивна поведінка) до соціальних (відсутність належної підтримки з боку сім'ї та школи, толерантність до насильства в суспільстві). До значущих чинників належать також негативне середовище однолітків, стереотипи, дискримінація та вплив медіа. Наслідки булінгу для молоді можуть бути серйозними: психоемоційні розлади, низька самооцінка, відчуття самотності, девіантна поведінка та навіть суїцидальні нахили. Встановлено, що наслідки булінгу мають довготривалий вплив на соціалізацію особистості.

2. Розкрито, що соціальна профілактика булінгу полягає у здійсненні комплексних превентивних заходів, спрямованих на зниження рівня агресії, формування толерантної поведінки та підтримки молоді у кризових ситуаціях. Визначено, що соціальний працівник виступає ключовою фігурою у реалізації профілактичної роботи: він здійснює просвітницьку діяльність, проводить індивідуальні та групові консультації, організовує тренінги та залучає молодь до

соціально-корисних ініціатив. Його діяльність також охоплює взаємодію з батьками, педагогами, психологами для створення безпечного освітнього простору. Акцент зроблено на необхідності міждисциплінарного підходу у профілактиці булінгу.

3. Розроблено програму профілактики булінгу, що орієнтована на студентську молодь і поєднує інформування, практичні вправи та розвиток соціально-емоційних навичок. Програма включає тренінги з протидії булінгу, формування навичок ненасильницької комунікації, розвитку емпатії, а також залучення учасників до проєктної діяльності. Особливу увагу приділено інтерактивним методам, роботі в малих групах та застосуванню онлайн-ресурсів. Програма враховує вікові та психологічні особливості молоді та спрямована на підвищення рівня обізнаності і відповідальної поведінки.

4. Проведено емпіричну перевірку серед молоді, після якої виявлено позитивні зрушення: зниження рівня толерантності до насильства, зростання рівня обізнаності про булінг, підвищення емпатійності та соціальної активності. Анкетування учасників засвідчило позитивну оцінку змісту та форми проведення заходів. Експертне опитування соціальних працівників підтвердило доцільність та практичну значущість обраних методик. SWOT-аналіз дозволив виявити сильні сторони програми (актуальність тематики, інтерактивність, адаптованість до цільової аудиторії), можливості її подальшого розширення (використання цифрових платформ, залучення партнерських організацій). Серед слабких сторін зафіксовано обмеженість ресурсів та необхідність постійного оновлення контенту. Загрози пов'язані з пасивністю окремих учасників, недостатнім рівнем підтримки з боку освітніх інституцій. Результати перевірки засвідчили наступне, виявлено важливість комплексного підходу до соціальної профілактики булінгу у молодіжному середовищі. Успішна реалізація профілактичної програми можлива лише за умови тісної співпраці соціальних працівників, педагогів, батьків та самої молоді. Визначені теоретичні та практичні аспекти дозволяють формувати ефективну систему впливу на проблему булінгу, а запропоновані

заходи – знижувати її прояви та підвищувати рівень безпеки молодіжного середовища. Подальші дослідження доцільно зосередити на розширенні арсеналу інноваційних методів профілактики та вивченні довготривалих результатів реалізації подібних програм.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеєнко Т. Ф. Явища мобінгу й булінгу у взаєминах особистості та колективу. Управління освітою. 2019. Вип. 4 (412). С. 46–53.
2. Антибулінг. Практичні заняття. Л. В. Береговська, О. С. Данилюк, І. І. Залеська та ін.; упоряд. В. С. Легка, О. О. Овчар, Г. М. Семенів. Київ: Видавнича група «Шкільний світ», 2019. 152 с.
3. Барліт О.О. Форми і методи подолання (мінімізації) соціальнопедагогічної та психологічної проблеми булінгу в освітньому середовищі. Горизонти освіти: Науково–методичний журнал. 2012. № 2 (35). С. 44–47.
4. Бедан В. Б. Проблема кібербулінгу у молодіжному середовищі: теоретичний аналіз. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права. 2022. Вип. 1. С. 42–47.
5. Блужан Т. В. Булінг як форма шкільного насильства. Виховна робота в школі. 2020. Вип. 11. С. 4–6.
6. Бриндіков Ю. Л. Шляхи зародження та попередження булінгу. Соціально–освітні домінанти професійної підготовки фахівців соціальної сфери та інклюзивної освіти : зб. матеріалів Всеукр. наук.–практ. Інтернет–конф., 23–24 жовт. 2019 р. / Бердян. держ. пед. ун–т ; уклад. Петровська К. В. Бердянськ, 2019. 11 с.
7. Булінг. Управлінський аспект. В. Кириченко, Г. Ковганич та ін.; упоряд. Н. Харченко. К. : Видавнича група «Шкільний світ», 2019. 120 с.

8. Вакулик І. Студіювання досліджень щодо поняття «булінгу» та його видів. *International Science Journal of Education & Linguistics*. 2022. Вип. 1 (5). С. 21–27.
9. Вовк М., Гречин Н. Причини булінгу в молодіжному середовищі. Наукові заходи Юридичного факультету Західноукраїнського національного університету. 2020. С. 413–415.
10. Збаранська Д. В. Актуальність професійної підготовки майбутніх соціальних працівників до профілактики булінгу в учнівському середовищі закладу професійно–технічної освіти. Сучасні реалії та перспективи соціального виховання особистості в різних соціальних інституціях : матеріали Всеукр. наук.–практ. конф., Харків, 21 жовт. 2022 р. / Харків. нац. пед. ун–т ім. Г. С. Сковороди [та ін.] ; [редкол.: М. П. Васильєва та ін.]. Харків, 2022. С. 87–91.
11. Зверєва І. Д. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери. За заг. ред. проф. І. Д. Зверєвої. Київ, Сімферополь: Універсум, 2012. 536 с.
12. Кваша А. С. Булінг: поняття і сутність. Актуальні питання гуманітарних наук : міжвуз. зб. наук. пр. молод. вчених Дрогоб. держ. пед. ун–ту ім. І. Франка. Дрогобич : Гельветика, 2021. Вип. 45, т. 2. С. 121–125.
13. Киричук І. С., Турчина І. С., Лимар Ю. М. Профілактика булінгу в шкільному середовищі. *Психолого–педагогічні науки*. 2020. № 3. С. 64–70.
14. Кодекс України про адміністративні правопорушення: Закон України №8073–Х від 07.12.1984. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10#Text> (дата звернення: 15.03.2025)
15. Конвенція ООН про права дитини: Міжнародний документ від 20.11.1989. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_021#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_021#Text) (дата звернення: 15.03.2025)
16. Кормило О. Явище булінгу в освітньому просторі. Проблеми гуманітарних наук. Серія «Психологія». 2015. Вип. 37. С. 174–187.
17. Король А. Причини та наслідки явища булінгу. Відновне правосуддя в Україні. 2009. № 1–2. 190 с.

18. Лалак Н. В., Майборода І. Е., Пеняк В. С. Булінг в освітньому середовищі сучасного закладу загальної середньої освіти: теоретичний аспект. Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія». 2019. Вип. 1. С. 34–36.
19. Лалак Н., Пеняк В. Шкільний булінг як актуальна педагогічна проблема сьогодення. Освіта і наука. 2019. Вип. 1. С. 132–135.
20. Лушпай Л. І. Шкільний булінг як різновид суспільної агресії. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Філологічна». 2013. Вип. 33. С. 85–89.
21. Лушпай Л.І. Булінг як соціально–педагогічна проблема та шляхи її вирішення (на прикладі досвіду середніх загальноосвітніх шкіл Великої Британії). Українознавчий альманах. 2010. Вип. 4. С. 126–131.
22. Мельник О. Правові заходи протидії булінгу. Науковий вісник УжНУ Серія: Право. 2019. Вип. 55. С. 44–47.
23. Миронюк Т., Запорожець А. Удосконалення заходів протидії булінгу в Україні. Науковий вісник Національної академії внутрішніх справ. 2019. Вип. 112 (3). С. 21–28.
24. Підласий І. П. Булінг зупинити не можна, його треба очолити. Управління школою. 2019. Вип. 7. С. 2–15.
25. Плутицька К. М. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Юриспруденція. 2017. Вип. 29 (2). С. 78–80.
26. Поліщук Г. В. Булінг як сучасна соціально–педагогічна проблема: причини виникнення і шляхи подолання. Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Нац. ун–т «Черн. колегіум» ім. Т. Г. Шевченка ; голов. ред. М. О. Носко. Чернігів : НУЧК, 2020. Вип. 8 (164). С. 91–95.

27. Пономаренко О. М. Булінг проблема того, хто потерпає від булінгу, чи групи? Класному керівнику. Усе для роботи. 2019. Вип. 11. С. 30–34.
28. Про освіту: Закон України №2145–VIII від 05.09.2017. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 15.03.2025)
29. Про основні засади молодіжної політики: Закон України №1414–IX від 27.04.2021. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1414-20#n356> (дата звернення: 10.03.2025)
30. Про соціальні послуги: Закон України №2671–VIII від 17.01.2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text> (дата звернення: 15.03.2025)
31. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник. Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. Київ: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 132 с.
32. Ступа Я. Булінг у школах. Чим можна його подолати? Педагогічна майстерня. 2019. Вип. 5. С. 20–24.
33. Тлумачний словник–мінімум із соціальної педагогіки та соціальної роботи; упор. Л. В. Лохвицька. 2–ге вид., оновл. Тернопіль: Мандрівець, 2017. 232 с.
34. Фатєєва М. В. Профілактика булінгу в учнівському середовищі. Тренінг для учнів. Шкільному психологу. Усе для роботи. 2020. Вип. 5. С. 20–24.
35. Юхименко Н. Феномен булінгу в контексті соціалізації особистості. Соціологічні студії. 2020. Вип. 2 (17). С. 24–29.
36. Barboza G.E., Schiamberg L.B., Oehmke J., Korzeniewski S.J., Post L.A., Heraux C.G. Individual characteristics and the multiple contexts of adolescent bullying: An ecological perspective. *Journal of Youth and Adolescence*. 2009. №. 38. P. 101–121.
37. Batsche G. M., Knoff H. M. Bullies and their victims: Understanding a pervasive problem in the schools. *School Psychology Review*. 1994. №23 (2). P. 165–174.
38. Roland E. Aggression and bullying. *Aggressive Behavior*. 2001. V. 27. № 6. P. 446–462.

39. Salmivalli C., Voeten M., Poskiparta E. Bystandersmatter: Associations between reinforcing, defending, and the frequency of bullying in classrooms. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 2011. № 40. P. 668–676.
40. Twemlow S.W. Sacco F.C. How Why Does Bystanding Have Such a Startling Impact on the Architecture of School Bullying and Violence? *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*. 2013. №10 (3). P. 289–306.

## ДОДАТКИ

### ДОДАТОК А

#### АНКЕТА ДЛЯ МОЛОДІ (ВІКОМ 20–30 РОКІВ)

#### ТЕМА. ДОСВІД ТА СТАВЛЕННЯ ДО БУЛІНГУ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

##### 1. Соціально-демографічні дані: 1.1.

Вік: \_\_\_\_\_

##### 1.2. Стать:

Чоловіча

Жіноча  Інше

(вказіть): \_\_\_\_\_ 1.3.

Освіта:

Середня

Неповна вища

Вища

##### 1.4. Рід діяльності:

Студент

Працевлаштований

Тимчасово безробітний

##### 2. Досвід булінгу:

2.1. Чи стикалися ви з булінгом у молодіжному середовищі (на роботі, в університеті, серед знайомих)?

- Так, був жертвою
- Так, був свідком

Ні, не стикався(лась)

2.2. Які форми булінгу вам знайомі? (можна обрати кілька варіантів)

- Фізичний (побиття, штовхання)
- Вербальний (образи, глузування)
- Кібербулінг (цькування у соцмережах)
- Соціальний (ігнорування, ізоляція)

2.3. Якщо ви ставали жертвою булінгу, то як часто це траплялося?

- Один раз
- Періодично
- Постійно

### 3. Ставлення до булінгу:

3.1. Як ви реагуєте, якщо стаєте свідком булінгу?

- Намагаюся допомогти жертві
- Повідомляю відповідним службам
- Ігнорую
- Підтримую агресора

3.2. Чи знаєте ви про правові наслідки булінгу в Україні?

- Так
- Ні

3.3. Чи вважаєте ви, що проблема булінгу вимагає більшої уваги з боку суспільства?

- Так
- Ні

3.4. Які заходи, на вашу думку, є найбільш ефективними для профілактики булінгу? (оберіть 2-3 варіанти)  Освітні тренінги та лекції

- Жорсткіші правові санкції
- Психологічна підтримка постраждалих
- Соціальні кампанії у ЗМІ та соцмережах

## ДОДАТОК Б

## АНКЕТА ДЛЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ (12 ФАХІВЦІВ)

ТЕМА. ДОСВІД РОБОТИ З ПРОБЛЕМОЮ БУЛІНГУ ТА  
ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОФІЛАКТИЧНИХ ЗАХОДІВ

## 1. Загальна інформація: 1.1.

Вік: \_\_\_\_\_

1.2. Стать:

 Чоловіча 

Жіноча

1.3. Досвід роботи у соціальній сфері:

 До 1 року 1–3 роки 3–5 років 

Понад 5 років

1.4. Чи стикалися ви у своїй професійній діяльності з випадками  
булінгу серед молоді?  Так, часто Так, рідко Ні

## 2. Оцінка проблеми булінгу:

2.1. Як ви оцінюєте рівень поширеності булінгу серед молоді у вашому  
регіоні? Дуже високий Високий Помірний 

Низький

2.2. Які основні причини булінгу серед молоді ви вважаєте  
найважливішими? (можна обрати кілька варіантів) Агресивне середовище у сім'ї Вплив соцмереж Відсутність контролю з боку дорослих Вплив компанії та друзів

### 3. Методи профілактики булінгу:

3.1. Які заходи ви застосовуєте для профілактики булінгу у своїй роботі?  
(можна обрати кілька варіантів)

- Освітні заходи (лекції, тренінги)
- Консультування постраждалих
- Робота з агресорами
- Робота з батьками

3.2. Які труднощі ви найчастіше зустрічаєте у процесі профілактики булінгу?

- Низька зацікавленість молоді
- Недостатня підтримка державних структур
- Відсутність ресурсів

Інше (вказіть): \_\_\_\_\_

3.3. Чи вважаєте ви існуючі профілактичні програми ефективними?

- Так
- Частково
- Ні

3.4. Що, на вашу думку, необхідно покращити у профілактиці булінгу?  
(відкрите питання)

**ДОДАТОК В****ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ У МОЛОДІЖНОМУ  
СЕРЕДОВИЩІ****1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ**

Програма профілактики булінгу у молодіжному середовищі спрямована на попередження, зменшення та усунення проявів булінгу серед молодих людей віком 20–30 років. Основною метою є формування нульової толерантності до насильницької поведінки, підвищення рівня обізнаності молоді про проблему булінгу, навчання ефективних стратегій реагування та сприяння створенню безпечного соціального середовища.

Програма базується на комплексному підході, що поєднує освітні, психологічні, соціальні та організаційні заходи. Вона включає діагностичний, навчально-просвітницький, практичний та оцінювальний етапи, які забезпечують послідовність впровадження заходів та сталість отриманих результатів.

**2. ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ ПРОГРАМИ**

- 1) Проведення комплексної діагностики рівня булінгу серед молоді.
- 2) Формування соціально відповідальної поведінки та розвиток навичок ненасильницької комунікації.
- 3) Підвищення рівня обізнаності молоді про правові наслідки булінгу.
- 4) Надання психологічної підтримки постраждалим та агресорам.
- 5) Впровадження механізмів швидкого реагування на випадки булінгу.
- 6) Створення соціальних ініціатив, що сприяють безпечному середовищу.

**3. ЦІЛЬОВА АУДИТОРІЯ**

- 1) Молодь віком 20–30 років (учасники освітнього процесу, працівники, студенти).
- 2) Соціальні працівники, які працюють із молоддю.
- 3) Громадські активісти та волонтери.
- 4) Представники органів місцевої влади та освітніх установ.

## 4. ОСНОВНІ ЕТАПИ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ

### 4.1. Діагностичний етап

**Мета:** Визначення рівня поширеності булінгу серед молоді, аналіз соціально-психологічних факторів, що сприяють агресивній поведінці. **Основні заходи:**

- 1) Проведення анонімного анкетування молоді для оцінки рівня булінгу, включаючи випадки фізичного, психологічного, економічного та кібербулінгу.
- 2) Організація експертного опитування соціальних працівників щодо найбільш ефективних заходів профілактики булінгу.
- 3) Аналіз нормативно-правових актів, що регулюють питання запобігання булінгу в Україні.
- 4) Визначення цільових груп, що потребують особливої уваги (наприклад, молодь із соціально вразливих груп).

### 4.2. Навчально-просвітницький етап

**Мета:** Формування у молоді навичок ненасильницької комунікації, розвитку емпатії та підвищення рівня обізнаності про наслідки булінгу. **Основні заходи:**

- 1) Проведення тренінгів для молоді за такими напрямками:
  - a) Управління конфліктами та медіація.
  - b) Розвиток емоційного інтелекту та емпатії.
  - c) Безпека в інтернеті та кібербулінг: як захистити себе?
  - d) Як правильно реагувати на булінг та до кого звертатися по допомогу?
- 2) Організація семінарів за участю юристів щодо правових наслідків булінгу, зокрема адміністративної та кримінальної відповідальності.
- 3) Розробка та поширення інформаційних матеріалів (брошур, буклетів, інфографік, відеороликів).
- 4) Запуск інформаційної кампанії в соціальних мережах із залученням блогерів, відомих особистостей та активістів для популяризації культури ненасильницького спілкування.

### 4.3. Практичний етап

**Мета:** Реалізація механізмів взаємодопомоги серед молоді, створення платформ для надання підтримки постраждалим від булінгу. **Основні заходи:**

- 1) Впровадження менторських програм, у межах яких більш досвідчена молодь допомагатиме тим, хто стикається з булінгом або знаходиться в групі ризику.

2) Створення анонімної платформи для психологічної підтримки, де молодь зможе отримати консультації від фахівців.

3) Впровадження практики круглих столів та відкритих дискусій між молоддю та соціальними працівниками для пошуку рішень проблеми булінгу.

4) Запровадження ініціативи «Посли доброти», де активна молодь проходить спеціальне навчання та допомагатиме у виявленні випадків булінгу.

5) Організація спортивних, культурних та волонтерських заходів, що сприятимуть згуртуванню молодіжних колективів та зниженню рівня агресії.

#### **4.4. Оцінювальний етап**

**Мета:** Визначення ефективності реалізованих заходів та внесення коректив для подальшого вдосконалення програми.

##### **Основні заходи:**

1) Проведення повторного анкетування молоді для оцінки змін у ставленні до булінгу.

2) Аналіз статистики звернень за психологічною допомогою до соціальних служб після впровадження програми.

3) Оцінка рівня обізнаності молоді про шляхи профілактики булінгу.

4) Аналіз зворотного зв'язку від соціальних працівників щодо дієвості реалізованих заходів.

5) Узагальнення отриманих даних для подальшого вдосконалення програми та розширення її впровадження в інших регіонах.

### **5. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ**

1) Підвищення рівня обізнаності молоді про проблему булінгу та механізми його запобігання.

2) Формування культури ненасильницької комунікації серед молоді.

3) Зменшення випадків булінгу у молодіжному середовищі.

4) Підвищення рівня залученості соціальних працівників до роботи з молоддю.

5) Формування сталої системи профілактики булінгу та механізмів оперативного реагування на випадки насильницької поведінки.

### **6. ВИСНОВКИ**

Програма профілактики булінгу у молодіжному середовищі є комплексною та охоплює різні рівні взаємодії – від освітньої діяльності до практичної підтримки постраждалих. Вона базується на сучасних підходах до запобігання

насильству та акцентує увагу на формуванні відповідальної поведінки молоді. Її впровадження сприятиме зниженню рівня булінгу, створенню безпечного соціального простору та покращенню психосоціального клімату серед молоді.