

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ
Завідувач випускової кафедри
_____ Ельвіра ЛУЗІК
«__» _____ 2023 р

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «МАГІСТР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: «Психологічні засоби профілактики булінгу в студентському
середовищі»**

Виконавець: здобувач вищої освіти ПП-201 Мз Лобзова Марина Юріївна

Керівник: канд. пед. наук, доцент Хоменко-Семенова Леся Олексіївна

Нормоконтролер: _____ Тамара МИХЕСВА

КИЇВ 2023

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 «Психологія»
ОП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

_____ Ельвіра ЛУЗІК

«__» _____ 2023 р.

ЗАВДАННЯ
на виконання кваліфікаційної роботи
Лобзової Марини Юріївни

1. Тема кваліфікаційної роботи «Психологічні засоби профілактики булінгу в студентському середовищі» затверджена наказом ректора від № 2033/ст від 04.10.2023.

2. Термін виконання роботи: з 01 вересня 2023 до 30 жовтня 2023 р.

3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до першого, другого та третього розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 78 сторінки, з них обсяг основного тексту 55 сторінки, список використаних джерел нараховує 43 позицій.

4. Зміст кваліфікаційної роботи: Вступ; Розділ 1. Теоретичний аналіз проблеми булінгу в студентському середовищі; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Експериментальне дослідження прояву булінгу в студентському середовищі; Висновки до другого розділу; Розділ 3. Шляхи попередження булінгу в студентському середовищі; Висновки до третього розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.

5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): таблиці, рисунки.

6. Календарний план-графік

№ пор.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження	01.08.2023	
2.	Формулювання мети, завдання досліджень. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником	15.08.2023	
3.	Написання теоретичної частини. Подання керівнику розділу 1.	19.09.2023	
4.	Проведення діагностичної частини. Написання розділу 2. Подання керівнику.	29.09.2023	
5.	Проведення формувального експерименту. Написання розділу 3. Подання керівнику.	12.10.2023	
6.	Написання вступу, висновків	20.10.2023	
7.	Оформлення роботи. Подання керівникові.	31.10.2023	
8.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	23.11.2023	
9.	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків разом із науковим керівником	01.12.2022	
10.	Подання остаточного варіанту на кафедру для перевірки на академічну доброчесність	12.12.2023	
11.	Подання кваліфікаційної роботи на рецензування	15.12.2023	
12.	Захист кваліфікаційної роботи	25.12.2023	

7. Дата видачі завдання: «__»_____2023 р.

Керівник кваліфікаційної роботи _____ Леся ХОМЕНКО-СЕМЕНОВА

Завдання прийняв до виконання _____ Марина БЛЮКОННА

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Психологічні засоби профілактики булінгу в студентському середовищі»: 77 сторінок, 43 використаних джерел та літератури, 6 додатків.

Об'єкт дослідження – булінг у студентському середовищі.

Предмет дослідження – психологічні засоби профілактики булінгу в студентському середовищі.

Мета дослідження полягає у доведенні ефективності психокорекційної програми з профілактики булінгу в студентському середовищі.

У кваліфікаційній роботі розкрито сутність проблеми булінгу в студентському середовищі, зокрема аналізовано причини, прояви та наслідки цього явища.

Описано психологічні засоби та стратегії профілактики булінгу, а саме застосування тренінгів, психологічних консультацій та інших методів.

Практичне значення роботи полягає в тому, що вона надає конкретні рекомендації щодо використання психологічних засобів для профілактики булінгу в студентському середовищі, що сприяє створенню безпечної та здорової атмосфери навчального закладу.

**БУЛІНГ, ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ, СТУДЕНТИ, СТУДЕНТСЬКЕ
СЕРЕДОВИЩЕ, ПРОФІЛАКТИКА, ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ, БЕЗПЕКА**

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ	9
1.1. Загальна характеристика булінгу в студентському середовищі	9
1.2. Психологічні особливості студентів як учасників булінгу.....	14
1.3. Основні принципи та методи профілактики булінгу в студентському середовищі.....	21
Висновки до першого розділу	24
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВУ БУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ	28
2.1. Розроблення експериментального дослідження та обґрунтування вибору методик для діагностики булінгу серед студентів.....	28
2.2. Аналіз емпіричного дослідження аспектів булінгу серед студентів та його впливу на психологічний стан учасників	35
Висновки до другого розділу	40
РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ БУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ	42
3.1. Розробка та впровадження психокорекційної програми попередження булінгу в студентському середовищі	42
3.2. Оцінка ефективності впливу психокорекційної програми попередження булінгу в студентському середовищі	47
3.3. Практичні рекомендації студентам щодо попередження булінгу в студентському середовищі	52
Висновки до третього розділу	55
ВИСНОВКИ	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	59
ДОДАТКИ	65

ВСТУП

Актуальність теми. Проблема булінгу в студентському середовищі стає надзвичайно актуальною у сучасному освітньому просторі. За останні десятиліття випадки психологічного та фізичного насильства серед студентів набули поширеності та інтенсивності, що ставить під загрозу не тільки фізичне та психічне здоров'я студентів, але й їхню успішність та академічну кар'єру.

Враховуючи значущість даної теми, численні дослідники приділили свої зусилля її вивченню. Особливу увагу приділили вивченню відхилень від соціальних стандартів, і такі дослідження були проведені С.О. Лариноюю, яка фокусувалася на девіантній поведінці як науково-педагогічній проблемі.

Значне місце приділено аналізу студентства, наприклад, Б.Г. Ананьєва визначила, що студентський період можна розглядати як важливий етап у розвитку дорослої особистості. Пізніше, М.Г. Дзугкоєва уточнила цей період як пізню юність або ранню дорослість у віці від 18 до 25 років, і цей підхід був також підтриманий І.С. Коном, С.Л. Рубінштейном, К.С. Альбухановою-Славською, та Е. Еріксоном, які вважали його важливим етапом у розвитку особистості.

Серед вчених, які досліджували булінг як соціальну проблему, слід виділити Г.В. Ковалю, який аналізував сучасні підходи, визначення та класифікацію булінгу. Г.А. Єпанчинцева вивчала студентство як соціальну групу та аналізувала проблеми та кризові стани, що в ній виникають. Л.С. Аптікієва досліджувала булінг з точки зору подолання асоціальної спрямованості особистості.

Метою даної кваліфікаційної роботи є доведення ефективності психокорекційної програми з профілактики булінгу в студентському середовищі.

Для досягнення цієї мети в роботі поставлені такі **завдання**:

- Здійснити теоретичний аналіз проблеми булінгу у студентському середовищі.
- Підібрати комплекс психодіагностичних методик та провести емпіричне дослідження виявлення булінгу у студентському

середовищі.

- Розробити та впровадити психокорекційну програму з профілактики булінгу у студентському середовищі.
- Перевірити ефективність психокорекційної програми та надати практичні рекомендації студентам, психологам, адміністраціям ЗВО щодо профілактики булінгу.

Об'єктом дослідження є булінг у студентському середовищі.

Предметом дослідження є психологічні засоби профілактики булінгу в студентському середовищі.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використовувалися теоретичні методи аналізу наукової літератури, емпіричні методи дослідження, включаючи анкетування студентів та спостереження, а також методи психодіагностики.

Для вивчення явища булінгу використовувалися різноманітні методики, такі як опитувальники OLWEUS і Bullying Participant Behaviors Questionnaire (BPBQ), спрямовані на виявлення та аналіз шкільного булінгу та учасників цих ситуацій. Крім того, використовувалися шкала суб'єктивного відчуття самотності, також відома як UCLA Loneliness Scale, а також авторська методика «Швидкий тест на булінг» для оперативного виявлення випадків булінгу.

Наукова новизна отриманих результатів. Дослідження присвячене розробці та застосуванню психологічних засобів профілактики булінгу в студентському середовищі. Отримані результати включають в себе нові підходи до розуміння проблеми булінгу та розробку практичних інтервенцій для її запобігання.

Практичне значення отриманих результатів. Результати дослідження можуть бути корисні для студентів, психологів, адміністрації навчальних закладів та всіх зацікавлених осіб у вдосконаленні психологічної підтримки та профілактики булінгу в студентському середовищі.

Апробація отриманих результатів. Основні ідеї та результати дослідження були представлені на засіданні випускової кафедри педагогіки та психології професійної освіти для Освітньо-професійної програми «Практична психологія»

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається з вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, 8 таблиць та 2 рисунки. Загальний обсяг роботи складає 79 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ БУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

1.1. Загальна характеристика булінгу в студентському середовищі

Насильство серед підлітків є серйозною проблемою охорони здоров'я. Це п'ята провідна причина смерті в цій віковій групі, відповідальна за понад 12% смертей чоловіків у всьому світі. Це питання залишається зростаючим, але занедбаним у всьому світі [6]. За даними ЮНЕСКО, приблизно 246 мільйонів дітей і підлітків щороку стикаються з тією чи іншою формою насильства та домагань у школі [7].

В університетському житті, поміж лекціями, навчальними завданнями і соціальними взаємодіями, існує темна тінь - булінг. Це явище, яке здебільшого асоціюється зі шкільним віком, на жаль, проникає і в студентське середовище.

Булінг в університеті може приймати різні форми. Він може розгортатися у вигляді знущань, образ, фізичних або психологічних тисків. Кібербулінг, або цькування в інтернеті, набирає особливої актуальності завдяки сучасним технологіям.

Його мотивація може бути різною. Деякі студенти вчиняють булінг через заздрість, конкурентність або відчуття вищості. Інші можуть робити це, щоб підсилити свою популярність або владу в університетському співтоваристві.

Ця проблема може мати серйозні наслідки для жертви. Студент, який потрапив у цькування, може відчувати стрес, депресію, а навчальна продуктивність може суттєво знизитися. Цькування може призвести до відчуття самоізоляції та, в жаклих випадках, спонукати до самогубства [2].

У сучасному світі термін «булінг» все частіше згадується у контексті освітніх установ. Виникає актуальна проблема взаємодії дітей, особливо підлітків. Термін «булінг» відноситься до таких явищ, як:

- Насильство: це умисна фізична або психологічна дія, спрямована на

вплив на іншу особу проти її волі і завдає їй фізичної, моральної або матеріальної шкоди, або містить загрозу завдати таку шкоду зі злочинною метою.

- Агресія: це індивідуальна або колективна поведінка або дія, спрямована на завдання фізичної або психологічної шкоди, а навіть на знищення іншої людини або групи.
- Третирування: це приниження, висміювання або безцеремонне ставлення до когось.

Проте, для того, щоб краще зрозуміти цю проблему, слід розглянути визначення слова «булінг».

Перші згадки про булінг з'явилися на початку 70-х років ХХ століття в Скандинавії, коли дослідники вивчали явище насильства серед дітей у шкільному середовищі.

Термін «булінг» походить від англійського дієслова «to bully». За Кембриджським словником англійської мови, це означає «образити або залякувати когось, хто є менш впливовим або меншим, і часто примушувати таку особу до небажаних дій». За Оксфордським словником, «to bully» означає «намагатися завдати шкоди, запугати або змусити уразливу або сприймаючуся як таку особу до небажаних дій». Українські словники визначають «булінг» як «цькування та залякування» [1].

Насильство, що відбувається в навчальних закладах, усіяко проявляється і має різні аспекти, які варто розглядати. Воно може бути як окремими ізольованими випадками, так і систематичним негативним впливом, що поширюється на протязі тривалого періоду часу. Незалежно від форми, насильство завжди призводить до негативних наслідків для фізичного та психічного здоров'я всіх його учасників.

Виявлення насильства в освітньому закладі може стати викликом через різні обставини, що ускладнюють процес виявлення та подальшого реагування. Особливо це стосується ситуацій, де відсутній належний контроль і нагляд з боку дорослих. Насильство часто приховується у тих місцях, де відсутня ефективна

система моніторингу та втручання. Також існує проблема того, що як самі жертви, так і спостерігачі можуть уникати повідомлення про подібні випадки.

Зокрема, страх стати об'єктом уваги або опинитися в центрі скандалу може змушувати жертв відмовлятися від виявлення насильства. Також важливо враховувати, що спостерігачі можуть боятися розкрити правду через можливий негативний вплив з боку агресорів або втрату власної безпеки. Такі фактори створюють серйозні перешкоди для ефективного виявлення та подальшого управління проблемою насильства в освітньому середовищі.

Особливо небезпечним є систематичний характер насильства в освітньому закладі, який часто називається булінгом або цькуванням. Важливо зауважити, що булінг відрізняється від звичайного конфлікту чи сварки між дітьми за декількома типовими ознаками (табл.1.1.):

- Він має систематичний характер, тобто повторюється двічі і більше стосовно однієї і тієї ж особи.
- Він завжди супроводжується злим умислом і метою заподіяння психологічної або фізичної шкоди, приниження, страху та бажанням підпорядковувати потерпілого своїм інтересам.
- Він супроводжується дисбалансом сил, коли кривдник має перевагу над потерпілим у фізичному, соціальному або психологічному відношенні.
- Він характеризується відсутністю розкаяння у кривдника.

Слід запам'ятовувати, що булінг сам собою не завершується – його потрібно припиняти за допомогою втручання третіх осіб, захисту та підтримки для потерпілих, а також психологічної реабілітації кривдників і навіть свідків.

Таблиця 1.1.1.

Приклади булінгу і конфлікту

Приклад булінгу:	Приклад конфлікту:
У школі, один учень постійно публічно засміює іншого учня через його зовнішність. Він	У робочому колективі два співробітники мають різні погляди на те, як розвивати певний проект. Один із них вважає, що

<p>називає його презирливими іменами, робить насмішку з одягу та вигляду. Це триває протягом тривалого часу, і учень, що стає об'єктом булінгу, відчуває психологічний стрес і тривогу.</p>	<p>потрібно зосередитися на інноваціях і залучити нову технологію, тоді як інший вважає, що потрібно залишити все, як є, і спростити процес. Це призводить до гострого словесного конфлікту між ними, і вони не можуть домовитися про спільний підхід до проекту.</p>
---	---

Обидва ці сценарії відображають негативні взаємодії між людьми, але булінг спрямований на психологічне та емоційне насильство, тоді як конфлікт є ситуацією конфронтації через різницю в поглядах або інтересах.

Але важливо відзначити, що боротьба з булінгом в університетському середовищі можлива. Університети повинні приділяти увагу попередженню цькування і забезпечити підтримку для студентів, які стали жертвами булінгу. Освітні програми, тренінги з питань конфліктів та психологічна підтримка можуть допомогти створити безпечне середовище для всіх студентів.

Викладачі та адміністрація навчального закладу також мають відігравати важливу роль у боротьбі з цією проблемою. Вони повинні бути уважними до можливих випадків булінгу і діяти швидко та ефективно для захисту студентів.

Таким чином, булінг в студентському середовищі – це серйозна проблема, яка потребує уваги та вжиття заходів для її попередження та подолання. Спільні зусилля всіх учасників навчального процесу можуть допомогти створити позитивне та підтримуюче середовище для студентів університету [1-2].

Часто цькування відбувається там, де дорослі не контролюють або наглядають найменше або взагалі відсутні. Це можуть бути місця, такі як коридори, вбиральні, роздягальні, подвір'я, сходи, їдальні тощо. Інколи дитина може стикатися з цькуванням навіть за межами шкільного закладу, наприклад, під час дороги додому, в дворі свого будинку або під час шкільних екскурсій. Крім того, з поширенням інтернету і віртуальних спільнот, цькування може відбуватися і в онлайн-середовищі, де діти перебувають в будь-який час, незалежно від своєї фізичної локації. У такому випадку цькування за допомогою електронних засобів комунікації отримує назву «кібербулінг».

Слід зазначити, що цькування в освітньому середовищі може мати місце не тільки серед учнів, але й від вчителів по відношенню до учнів. Цей вид цькування може виявлятися в систематичних діях, таких як необґрунтоване зниження оцінок, ігнорування думки учнів або їхніх дій, навішування стигматизуючих ярликів, принижливих слів, загроз і шантажу від вчителів. Іноді цькування може бути спрямоване на весь клас або групу учнів, і в такому разі вчитель може взяти за приклад інших учнів, що призводить до колективного цькування жертви.

Цькування розвивається за певною схемою і проходить кілька етапів, які можна уявити як «Драбину цькування» (рис.1.1) від початкового моменту до найвищого рівня. Кожен рівень драбини відповідає певній фазі розвитку цькування, стану емоцій потерпілого та діям кривдника. Однак варто відзначити, що цькування може розвиватися інакше, пропускаючи певні стадії цього процесу. Тому важливо розпізнавати ознаки цькування вчасно та втручатися, щоб запобігти його подальшому розвитку, коли ситуація ще не досягла найвищого рівня [3-4].

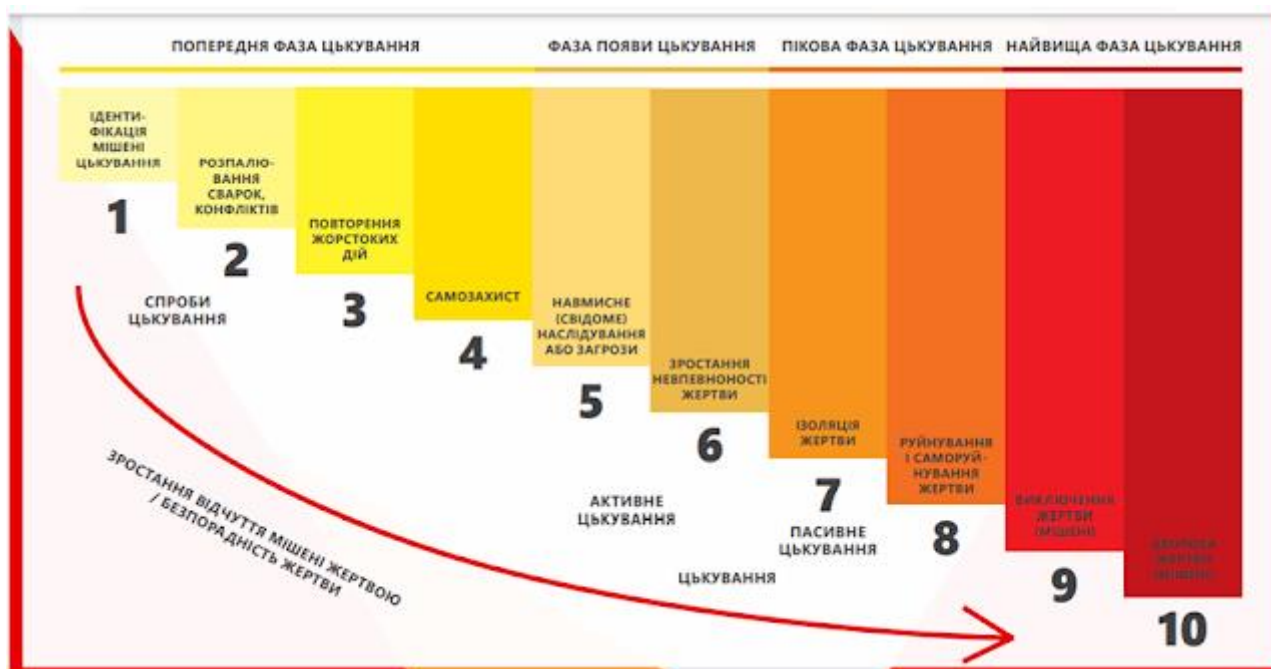


Рис.1.1.1 Драбина булінгу

Кожна ступінь розвитку булінгу (цькування) відповідає певному етапу і емоційному стану жертви, а також діям кривдника.

Початковий етап булінгу (цькування) - формування булінг-спільноти та ідентифікація мішені, який відзначається виявленням особи з певними відмінностями, яка в сприйнятті інших відхиляється від загальноприйнятих норм. Процес цькування може бути спричинений слабкими соціальними навичками дітей.

Далі, булінг (цькування) починається з конфлікту, що відбувається в групі, і може повторюватися з часом. В цькуючому колі формується коло булінгу, яке зглиблює цькування, зменшуючи емпатію до жертви.

Далі настає фаза булінгу (цькування), де відбуваються навмисні загрози від кривдника. Мішень починає відчувати невпевненість в собі та не ділиться своїми переживаннями з іншими.

Після цього відбувається «перелом» мішені, коли вона перестає протистояти і настає пікова фаза булінгу, яка включає в себе ізоляцію мішені та саморуйнування.

Унікальні випадки булінгу можуть розвиватися без послідовного дотримання всіх цих етапів, і важливо розпізнати цю проблему та втрутитися на будь-якому етапі, щоб запобігти подальшому насильству [22].

1.2. Психологічні особливості студентів як учасників булінгу

Проблема булінгу або цькування серед студентів та школярів є нагальною та значущою проблемою в сучасному суспільстві, стосуючись не тільки фізичного, але і психологічного та соціального благополуччя дітей і молоді. Це явище може мати серйозні наслідки для усіх учасників цього процесу, але глибоке розуміння психологічних особливостей як потенційних кривдників (буллі) так і жертв булінгу, є важливим кроком у запобіганні та вирішенні цієї проблеми.

Булінг є поведінковим явищем, яке виявляється у систематичному та умисному насильстві, тиску чи кривдженні одного чи декількох учнів чи студентів іншими. Він виникає на основі різних факторів, таких як соціальні, емоційні, чи культурні, і має потенційно негативний вплив на психічне здоров'я та соціальну адаптацію тих, хто стає його жертвою.

Розуміння психологічних аспектів булінгу включає в себе аналіз як мотиваційного компонента булінгу, так і психосоціальних факторів, які призводять до цього явища. Булінг може бути спричинений комплексом причин, таких як низька самооцінка, неприйняття соціальною групою, невірноваженість у сім'ї чи негативний вплив оточення. Дослідження таких факторів дозволяє розробляти стратегії запобігання та інтервенції.

Поняття булінгу включає не тільки фізичне насильство, але і вербальне, емоційне та соціальне. Важливо розрізнити ці різновиди, оскільки вони можуть мати різний вплив на жертву. Наприклад, вербальний булінг може призвести до психологічних та емоційних проблем, тоді як соціальний може впливати на соціальну ізоляцію.

Спільні зусилля спрямовані на вивчення особливостей булінгу дозволяють розробляти ефективні стратегії запобігання та втручання. Важливо створити клімат взаєморозуміння та прийняття у навчальних закладах, де відсутність толерантності до будь-якої форми булінгу визначається як норма.

Діти та студенти - це особливі групи, які перебувають на шляху формування власної особистості та соціального статусу. У цьому процесі, психологічні особливості грають ключову роль у визначенні їхньої взаємодії з оточуючими (рис.1.2). На одному полюсі знаходяться ті, хто може виявити агресивну та насильницьку поведінку – потенційні кривдники. На іншому – ті, хто може стати об'єктом цькування – жертви булінгу.

Зрозуміння цих психологічних особливостей (табл. 1.2) може сприяти розробці більш ефективних стратегій запобігання та втручання в ситуаціях булінгу, а також сприяти створенню сприятливого психосоціального середовища для дітей і молоді [5].



Рис.1.2 Ролі учасників булінгу

Таблиця 1.2.2

Психологічні характеристики потенційних кривдників (буллерів) та жертв булінгу

Психологічні характеристики потенційних кривдників (буллерів)	Психологічні характеристики потенційних жертв булінгу (цькування)	Ознаки булінгу (цькування) для діагностики
Домінантна особистість, схильність до самоствердження силою.	Тихі, обережні, вразливі, легко переживають і фруструються.	Приходить додому в пошкодженому одязі чи з втратами в одязі.
Неврівноваженість, імпульсивність, швидка фрустрація та збудженість.	Низька самооцінка та почуття власної невпевненості.	Наявність поранень, синців та подряпин.
Терпимість до насильства.	Соціальна ізоляція та відсутність друзів.	Обмежена кількість друзів або абсолютний їх відсутність.

Порушення правил і норм.	Страх заподіяння шкоди.	Страх ініціювати присутність у школі, автобусі тощо.
Відсутність співчуття до інших жертв.	Тривожність та пригніченість.	Незвичний маршрут повернення додому для уникнення нападників.
Агресивне ставлення до дорослих.	Фізична слабкість.	Погіршення успішності у навчанні або академічні проблеми.
Проактивна і реактивна агресія.	Відчуття комфорту при спілкуванні з дорослими.	Зовнішні ознаки депресії, сум, погана настрої тощо.

Аналіз психологічних характеристик показує, що буллери та жертви булінгу можуть мати різні особливості, які впливають на їхню участь у цькуванні. Важливо враховувати ці особливості при розробці програм і стратегій профілактики та реагування на булінг в університетах та інших установах. Ознаки булінгу, наведені в таблиці, можуть слугувати сигналами для вчасної інтервенції та підтримки дітей, які стали жертвами цькування, сприяючи створенню безпечного та підтримуючого середовища для всіх дітей та молоді.

Зважаючи на причини, що можуть спонукати студентів до булінгу, варто поглянути глибше на психологічні аспекти та характерні риси дітей, які стають провокаторами цього неприємного явища.

Багато студентів, які стають кривдниками, можуть відчувати потребу в контролі та владі над іншими. Вони можуть використовувати цей метод, щоб відчувати себе потужними і впливовими, наділяючи себе виграшною позицією в соціальному середовищі школи чи університету. Деякі з них, можливо, мають низьку самооцінку і відчують потребу підняти її, принижуючи інших [10].

Інші можуть використовувати булінг як засіб вступити до соціальної групи чи отримати визнання і одобрення від однолітків. Вони можуть відчувати, що це спосіб «заробити» друзів або «zasлужити» приналежність до певної спільності.

Також, деякі студенти можуть стати кривдниками через навчальні або особисті труднощі. Стрес та незадоволеність можуть переноситися на інших, і буллінг стає способом висловити ці негативні емоції.

Тепер давайте розглянемо психологічні особливості дітей, які стають жертвами буллингу. Вони можуть бути більш вразливими і легше сприймати стрес через свою низьку самооцінку або низьку віру в себе. Ці діти можуть швидше піддаватися негативним впливам та переживати емоційну дистресованість.

Більше того, діти, які ізолюються від інших або не мають багато друзів, можуть стати легшою мішенню для буллингу. Соціальна ізоляція може покласти додатковий тиск на цих дітей і зробити їх менш захищеними від буллингу.

Отже, розуміння цих психологічних аспектів допомагає нам краще усвідомити природу буллингу та визначити шляхи запобігання цьому явищу та підтримки дітей як потенційних жертв, так і буллімів [9, 11].

Виокремлюють чинники, які спонукають до булінгу (цькування). Однак більшість з них можуть однаково впливати на ймовірність того, стане дитина ініціатором цькування або потрапить у роль жертви.

Причини булінгу можуть бути дуже різноманітними, але вони мають спільні риси. Тому їх можна класифікувати на чотири основні категорії:

- сімейні;
- особистісні;
- соціальні;
- вплив оточення [12, 4].

При аналізі сімейних факторів виділяються конкретні елементи, які є характерними для цієї категорії. До них входять:

- Стан взаємин в родині, включаючи недостатню увагу батьків до дитини і проблеми у комунікації з родичами.
- Екстремальний контроль, або навпаки, відсутність контролю з боку батьків над дитиною.
- Надмірна обізнаність батьків, яка може призвести до того, що дитина

важко вступає в соціальні відносини з однолітками.

- Насильство або тиск, здійснюваний батьками на дитину, і через це діти сприймають навколишній світ як загрозовий для себе.
- Відтворення насильства вдома, що призводить до того, що підлітки стають ініціаторами булінгу в шкільному середовищі.
- Неповна сім'я, де один із батьків відсутній постійно, і це може створювати труднощі для підлітка в освітньому середовищі.

З іншого боку, особистісні аспекти можуть призводити до невпевненості в собі. Серед таких аспектів можна виділити:

- Фізичні недоліки, такі як проблеми зі слухом, зором, або порушення опорно-рухового апарату.
- Поведінкові особливості, такі як імпульсивність, ізольованість, тривожність і т.д.
- Зовнішні особливості, такі як зайва повнота чи худоба, деформований прикус, руде волосся і т.д.
- Певні медичні діагнози, такі як заїкання, дислексія і т.д.
- Недостатньо розвинені гігієнічні навички.
- Труднощі в навчанні або, навпаки, високий рівень інтелекту.
- Недостатньо розвинені соціальні навички.

Соціальні фактори в контексті проблеми булінгу включають різні аспекти, які впливають на формування та розвиток цього явища в сучасному суспільстві. Одним із важливих соціальних впливів є використання інформаційних технологій, зокрема Інтернету, ЗМІ та відеоігор. Ці технології можуть відігравати ключову роль у поширенні булінгу та стимулюванні агресивної поведінки серед підлітків.

Інтернет та соціальні мережі надають нові можливості для булінгу, де агресор може залишатися анонімним, а жертва стає легким об'єктом для цифрового насильства. ЗМІ та відеоігри часто висвітлюють агресивні сценарії, що може впливати на психічний стан підлітків та формувати негативні стереотипи щодо конфліктів та взаємовідносин.

Культурні та гендерні норми також є важливим аспектом соціальних факторів, що визначають динаміку булінгу. Гендерні стереотипи можуть змушувати підлітків вести більш агресивну поведінку відповідно до прийнятих ролей. Хлопці, частіше вірячи у свою перевагу у соціумі, можуть ставати агресорами внаслідок прагнення визначити свою силу та владу.

Економічна та соціальна нерівність також може бути фактором, що впливає на булінг. Відчуття соціальної нерівності може призводити до негативних взаємин та конфліктів, що згодом можуть виражатися в агресивному поведінні.

Гендерні стереотипи, особливо, віру в перевагу хлопців у соціумі, можуть стимулювати конкуренцію та агресивне ставлення до оточуючих. Психологічні наслідки гендерних норм можуть бути особливо шкідливими для формування позитивного клімату в школі чи університеті.

Загальносуспільний підхід до проблеми булінгу повинен враховувати ці соціальні фактори, спрямовуючи зусилля на попередження агресивної поведінки та формування позитивного соціального середовища. Важливо впливати на освіту, забезпечуючи гендерну рівність та виховання у дусі толерантності, а також активно контролювати та регулювати вплив інформаційних технологій на психічний стан молоді. Спільні зусилля усіх сфер суспільства дозволять зменшити вплив соціальних факторів, сприяючи створенню безпечного та підтримуючого оточення для усіх його учасників.

Вплив оточення може бути визнаний одним з найсильніших факторів, які впливають на підлітка. До цього оточення входять такі складові як навчальні заклади, друзі, знайомі, групи та гуртки, які підліток відвідує і т.д. Існують кілька чинників, які можуть провокувати булінг у навчальному закладі, серед них можна виокремити такі:

- Застосування авторитарного стилю навчання. Деякі вчителі можуть надавати приклад униження інших під час навчання.
- Виокремлення «улюбленців» в класі, тобто дітей, які вважаються першорядними в навчанні або позаурочних заходах та завжди оточені

увагою працівників навчального закладу.

- Ігнорування проблеми булінгу в закладі. Такий підхід не сприяє вирішенню проблеми, а навпаки, погіршує її та робить її більш масштабною.
- Відсутність належного контролю соціально-педагогічними працівниками закладу над поведінкою учнів.
- Тісні романтичні та сексуальні відносини між учнями можуть сприяти виникненню випадків булінгу в майбутньому [14-15].

Вплив оточення, такий як навчальні заклади та соціальні групи, може мати величезне значення у формуванні булінгової поведінки. Наявність авторитарного навчання, недооцінка деяких учнів і ігнорування проблеми булінгу в навчальному закладі можуть сприяти поширенню цього негативного явища. Важливо розуміти ці причини, щоб ефективно боротися з булінгом і створити безпечне середовище для підлітків у навчальних закладах.

1.3. Основні принципи та методи профілактики булінгу в студентському середовищі

Поширення явища булінгу в сучасних школах є вельми розповсюдженим. Педагоги докладають значні зусилля для запобігання цьому виду знущань та вчасного реагування на нього. Проте іноді проблему булінгу у школах приховують, не публікують випадки знущань і уникають її обговорення. В таких умовах проблема не тільки залишається невирішеною, але й набуває більших масштабів та стає ще жорстокішою. Запобігання та профілактика випадків насильства є найважливішим завданням для педагогів та психологів.

Це важливо, оскільки жорстоке ставлення до дитини незмінно призводить до серії руйнівних наслідків [20]:

- Педагогічних наслідків: це включає шкільну дезадаптацію та академічну невдачу.

- Психологічних наслідків: до них відносяться психологічні розлади, закріплення негативних переконань про себе, зниження самооцінки, порушення соціалізації та соціальну дезадаптацію.
- Медичних наслідків: це може включати травматизацію та навіть суїцидні дії.

Психолого-педагогічна робота щодо запобігання та подолання випадків булінгу серед учнів та студентів ґрунтується на чотирьох ключових принципах, які мають визначальне значення для ефективного врегулювання цієї проблеми [18].

Перший принцип — системність. Він підкреслює, що робота у цьому напрямі повинна бути організованою, з урахуванням інтересів всіх учасників навчально-виховного процесу. Сюди включаються не лише вчителі та учні, але й адміністрація, батьки, інші співробітники школи чи вишу. Лише спільні зусилля всіх сторін дозволяють створити ефективну систему запобігання та реагування на випадки булінгу.

Другий принцип — персональна відповідальність дорослих. Завдяки цьому принципу дорослі беруть на себе активну роль у запобіганні та вирішенні проблеми булінгу. Це передбачає підтримку та керівництво студентами у їхніх спробах уникнути або подолати булінг, а також виявлення чіткої позиції стосовно насильства.

Третій принцип — чітка позиція дорослих. Педагоги та інші дорослі повинні демонструвати свою однозначну позицію стосовно булінгу. Вони повинні наголошувати на неприпустимості насильства, дотримуватися норм права та етикету. Це допомагає створити стабільні норми поведінки та очікування серед студентів.

Четвертий принцип — послідовність і несуперечливість. Він вимагає від педагогів дотримуватися послідовності у своїх діях та словах. Студенти повинні відчувати логічний розвиток дій та слів вчителів, щоб вони викликали авторитет серед студентів і допомогли створити безпечне навчальне середовище.

Застосування цих принципів дозволяє розробити ефективні стратегії та програми профілактики булінгу в освітніх закладах, сприяючи створенню безпечного та підтримуючого середовища для всіх студентів.

Коли серед студентів виникає булінг, куратор, як відповідальна особа за добробут і психосоціальний стан студентського колективу, має відігравати важливу роль у профілактиці та управлінні цією проблемою. Ось кілька кроків, які куратор може підприємати в таких ситуаціях:

- **Спілкування і зв'язок зі студентами:** Куратор повинен підтримувати відкритий та довірчий зв'язок зі студентами. Це означає, що він має створити атмосферу, де студенти можуть відчувати зручність говорити про проблеми, які вони можуть спостерігати або досвідчувати стосовно булінгу.

- **Проведення навчань і тренінгів:** Куратор може організовувати навчальні заходи для студентів щодо того, як розпізнавати та уникати булінгу, а також як реагувати на подібні ситуації. Такі заходи можуть сприяти підвищенню свідомості щодо наслідків булінгу.

- **Підтримка жертв булінгу:** Куратор має визначити студентів, які можуть бути жертвами булінгу, і забезпечити їм підтримку та захист. Важливо надати жертвам можливість висловити свої страхи та обіцянки про ненасильницьке розв'язання конфліктів.

- **Запровадження процедур врегулювання конфліктів:** Куратор може сприяти створенню процедур врегулювання конфліктів, які дозволяють студентам вирішувати свої розбіжності конструктивним шляхом, без використання насильства.

- **Моніторинг і втручання:** Куратор повинен регулярно моніторити ситуацію серед студентів і вживати відповідних заходів, якщо він виявляє випадки булінгу. Це може включати в себе індивідуальні бесіди з кривдниками, спілкування з вчителями і батьками, а також спрямовані на профілактику дії.

- **Залучення батьків і педагогів:** Куратор може співпрацювати з батьками та вчителями для вирішення ситуацій булінгу. Це може включати в себе зустрічі,

на яких розглядаються проблеми та шляхи їх вирішення.

Загальна мета куратора полягає в тому, щоб створити безпечне і сприятливе середовище для студентів, де булінг не має місця і де всі можуть відчутти підтримку та захист [21].

Коли студент розкаже, що він став жертвою булінгу, дорослим слід реагувати з розумінням та підтримкою. «Я вірю тобі», - це перше, що потрібно сказати, щоб дитина відчула, що вона не залишилася наодинці з цією проблемою. «Мені дуже шкода, що це відбулося з тобою» - це спосіб показати, що ви розумієте її почуття і співчуваєте. Важливо також наголосити, що це не провина дитини і що інші діти також можуть стикатися з цими проблемами.

Дорослі мають підтримувати і висловлювати вдячність, що дитина звернулася по допомогу. Сказати «Я люблю тебе і намагатимусь зробити так, щоб тобі більше не загрожувала небезпека» - це спосіб показати дитині, що ви готові захищати її і допомагати їй подолати цю складну ситуацію.

Щоб уникнути ситуацій аутсайдерства в дитячому колективі, вчителі та батьки повинні дотримуватися кількох важливих принципів. Вони мають вести себе толерантно та емпатично, не допускати глузувань та переслідувань, підтримувати дітей, що стали жертвами, та створювати умови, в яких кожен має можливість показати себе у вигідному світі. Таким чином, можна створити сприятливу атмосферу для розвитку кожної дитини та її позитивного взаємодії в колективі.

Висновки до першого розділу

Насильство в навчальних закладах може приймати різні форми та прояви. Це можуть бути ізольовані випадки або систематичний тиск на жертву. Незалежно від форми, насильство завжди має негативний вплив на фізичне і психічне здоров'я всіх учасників.

Університетське життя, насичене лекціями і соціальними взаємодіями, несе у собі темну сторону - булінг. Цей феномен, хоча й асоціюється зі шкільними мурами, проникає і в середовище студентів.

Булінг в університеті може набувати багатьох форм, включаючи знущання, образи, фізичний тиск та кібербулінг через інтернет. Виявлення насильства в освітньому закладі може бути важким завданням через відсутність контролю дорослих та страх жертв і свідків розкрити правду.

Проте боротьба з булінгом в університеті можлива. Важливо забезпечити підтримку та безпеку для студентів, що стали жертвами. Освітні програми та психологічна підтримка можуть допомогти створити безпечне середовище. Викладачі і адміністрація також повинні бути уважними до можливих випадків булінгу і реагувати швидко.

Важливо враховувати, що цькування може відбуватися і від вчителів до учнів. Вчительський булінг може включати систематичну несправедливість, ігнорування думки учнів і приниження. Цей вид насильства також потребує уваги і запобігання.

Отже, процес розвитку булінгу (цькування) складається з кількох етапів, кожен з яких відображає певний стан жертви та дії кривдника:

- Початковий етап включає в себе формування булінг-спільноти та ідентифікацію мішені булінгу. На цьому етапі виявляється особа з певними відмінностями, яка сприймається як інакша.
- Далі відбувається початок булінгу (цькування), що може повторюватися з часом. Формується коло булінгу, яке поглиблює цькування та зменшує емпатію до жертви.
- Фаза булінгу (цькування) включає в себе навмисні загрози з боку кривдника та зростання невпевненості в собі у жертви.
- Наступає «перелом» мішені, коли вона перестає протистояти і наступає пікова фаза булінгу, яка включає в себе ізоляцію мішені та саморуйнування.

Це загальна схема розвитку булінгу, але варто зазначити, що унікальні випадки можуть розвиватися інакше. Важливо виявляти ознаки булінгу та втручатися на будь-якому етапі, щоб запобігти подальшому насильству.

З психологічних аспектів кривдники можуть мотивуватися бажанням контролю та влади над іншими, а жертви можуть мати низьку самооцінку і відчувати невпевненість в собі. Булінг також може бути спричинений стресом та незадоволеністю, які переносяться на інших.

Ознаки булінгу слід розпізнавати та реагувати на них вчасно, а також створювати безпечне середовище для всіх дітей та молоді.

Психолого-педагогічна робота щодо запобігання та подолання випадків булінгу серед учнів та студентів базується на чотирьох ключових принципах, які мають важливе значення для успішного розв'язання цієї проблеми.

Спершу, важливо розуміти, що ця робота повинна бути системною та охоплювати всіх учасників навчального процесу, включаючи вчителів, учнів, адміністрацію та батьків. Лише спільні зусилля всіх сторін можуть створити ефективну систему запобігання та реагування на випадки булінгу.

Другий принцип полягає в тому, щоб дорослі брали на себе відповідальність і активно допомагали студентам у подоланні цієї проблеми. Це включає підтримку та керівництво студентами у їхніх спробах уникнути булінгу та виявлення чіткої позиції стосовно насильства.

Третій принцип передбачає, що педагоги та інші дорослі повинні демонструвати свою однозначну позицію стосовно булінгу. Вони повинні наголошувати на неприпустимості насильства та дотриманні норм права та етикету, створюючи стабільні норми поведінки та очікування серед студентів.

Четвертий принцип вимагає від дорослих послідовності у їхніх діях та словах. Студенти повинні бачити логічний розвиток дій та комунікації вчителів, щоб ці дії і слова набували авторитету серед студентів і сприяли створенню безпечного навчального середовища.

Теоретичний аналіз проблеми булінгу в студентському середовищі вказує на її серйозність та важливість. Зазначені ключові аспекти цієї проблеми, такі як етапи

розвитку булінгу, психологічні особливості кривдників і жертв, а також принципи ефективної профілактики і реагування на неї. Розуміння цих аспектів може сприяти створенню безпечного та підтримуючого навчального середовища для студентів і сприяти запобіганню цькуванню в університетському житті.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВУ БУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

2.1. Розроблення експериментального дослідження та обґрунтування вибору методик для діагностики булінгу серед студентів

Виявлення булінгу (цькування) серед студентів в освітньому закладі є складним завданням, оскільки воно зазвичай трапляється без прямого нагляду дорослих, переважно в місцях, де студенти залишаються без контролю, і, отже, часто залишається непоміченим. Тому важливо використовувати спеціальні методи діагностики, які дозволяють визначити загальний стан соціально-психологічного середовища в освітньому закладі.

Діагностика може бути поділена на декілька видів:

- Індивідуальна, коли є необхідність у вивченні окремої людини, з метою визначення, яку підтримку або допомогу їй потрібно отримати, будь то реабілітаційна або корекційна.
- Групова, що використовується для оцінки ситуації у певній групі, такій як група (мікрогрупа), або в освітньому закладі в цілому (макрогрупа), оскільки булінг (цькування) – це явище, що виникає в групах, і їй слід протидіяти системно.

Діагностика може бути проведена як разово, так і в рамках систематичного моніторингу, що включає повторні оцінки на певних інтервалах часу. Це дозволяє відслідковувати зміни та оцінювати ефективність застосованих заходів. Вибір методів діагностики також може залежати від вікових особливостей [4].

Було відібрано комплекс діагностичних інструментів, який рекомендується як необхідний та в достатній ефективний для виявлення випадків булінгу (цькування) та для розробки стратегій протидії, запобігання цьому явищу в освітньому закладі.

Було обрано методи, які є досить простими та доступними для педагогу, навіть без спеціальної підготовки.

Шкала суб'єктивного відчуття самотності, відома також як UCLA Loneliness Scale (Масштаб самотності Університету Каліфорнії в Лос-Анджелесі), є інструментом для вимірювання рівня самотності та соціальної ізоляції у людини. Цей психологічний тест розроблений Дейвідом Расселлом, Ліндою Пепло та Маршею Фергюсон у 1978 році.

Масштаб самотності UCLA включає 20 тверджень, які відображають різні аспекти самотності та ізоляції. Учасникам опитування пропонується оцінити, наскільки часто кожне з цих тверджень відповідає їхньому власному досвіду. Відповіді надаються на чотирирівневій шкалі, де «ніколи», «рідко», «іноді» та «часто» вказують на частоту відчуття самотності.

Після того як учасник пройшов опитування та відповів на всі питання, бали підраховуються, і загальний результат визначається шляхом додавання балів за всіма 20 пунктами. Максимально можливий показник самотності на цьому тесті становить 60 балів.

Результати інтерпретуються таким чином:

- Високий рівень самотності: від 40 до 60 балів.
- Середній рівень самотності: від 20 до 40 балів.
- Низький рівень самотності: від 0 до 20 балів.

Цей інструмент може бути корисним у дослідженнях та оцінках, спрямованих на вивчення самотності та її впливу на психічне та фізичне здоров'я людини (Додаток А).

Опитувальник Bullying Participant Behaviors Questionnaire (BPBQ) є інструментом, який використовується для вивчення різних аспектів участі студентів у булінгу. Ця методика допомагає визначити, як студенти сприймають та взаємодіють у ситуаціях булінгу. BPBQ дозволяє виділити ролі жертви, агресора та спостерігача у булінгових ситуаціях. Ось більше інформації про цей опитувальник:

- Ціль та застосування: BPBQ призначений для дослідження і виявлення

ролей, які учні відіграють у ситуаціях булінгу. Це дозволяє досліджувати як жертв, так і агресорів, а також спостерігачів. Опитувальник може бути використаний в освітніх установах, дослідженнях і програмах профілактики булінгу.

- Склад і питання: ВРВQ містить набір питань, спрямованих на виявлення участі учнів у булінгу. Питання можуть стосуватися таких аспектів, як досвіди жертви (якщо учень був жертвою булінгу), активна участь у булінгу (якщо учень був агресором) та спостерігачі (якщо учень бачив або відчував булінг, але не брав у ньому участі).
- Оцінювання ролей: ВРВQ дозволяє оцінити ступінь участі кожного учня у булінгу та визначити, чи були вони жертвами, агресорами або спостерігачами. Це може допомогти школам та психологам легше ідентифікувати проблемні ситуації та приймати заходи щодо їх вирішення.
- Важливість конфіденційності: При використанні ВРВQ важливо забезпечити конфіденційність даних і дотримуватися етичних норм. Учні повинні бути задоволені, що їхні відповіді будуть оброблені конфіденційно і не призведуть до покарання.
- Впровадження профілактичних заходів: Результати, отримані за допомогою ВРВQ, можуть бути використані для розробки і впровадження програм профілактики булінгу в освітніх закладах. Ці заходи спрямовані на створення безпечного та підтримуючого середовища для учнів.

ВРВQ - це важливий інструмент для дослідження та боротьби з булінгом в освітніх установах, оскільки він дозволяє краще розуміти динаміку та ролі, які грають учні у цих негативних ситуаціях (Додаток Б).

Оцінки можна пояснити так:

- 0: «Ніколи» - означає, що учасник ніколи не виявляв цю роль у ситуаціях булінгу.

- 1: «Від 1 до 2 разів» - означає, що учасник виявляв цю роль дуже рідко, від 1 до 2 разів.
- 2: «Від 3 до 4 разів» - означає, що учасник виявляв цю роль вже трохи більше, від 3 до 4 разів.
- 3: «Від 5 до 6 разів» - означає, що учасник виявляв цю роль досить часто, від 5 до 6 разів.
- 4: «7 або більше разів» - означає, що учасник виявляв цю роль дуже часто, 7 або більше разів.

Загалом, ця шкала дозволяє вам зібрати кількісні дані про частоту виявлення різних ролей учасників у ситуаціях булінгу, що допоможе вам отримати об'єктивну інформацію про це явище та його розповсюдженість серед досліджуваних осіб.

Опитувальник OLWEUS є однією з ключових методик для діагностики булінгу (цькування) та вивчення соціально-психологічного клімату в студентському середовищі. Ця методика отримала свою назву на честь норвезького психолога і дослідника агресивної поведінки дітей, Дена Олвеуса, який її розробив.

Основні принципи і характеристики опитувальника OLWEUS:

- Анонімність: Для забезпечення відкритості та відвертості відповідей, опитування проводиться анонімно. Це дозволяє дітям більш вільно висловлювати свої думки та досвід стосовно булінгу без страху перед можливими наслідками.
- Періодичність: Опитування зазвичай проводиться періодично, наприклад, щорічно або за іншими зазначеними інтервалами. Це дозволяє відстежувати динаміку булінгу та ефективність заходів протидії ньому.
- Спеціалізовані запитання: Опитувальник містить запитання, спрямовані на виявлення різних аспектів булінгу. Це може включати питання про те, чи стикалися учні з випадками булінгу, хто був винуватцем або жертвою, яка форма булінгу була використана і т.д.
- Аналіз клімату школи: Опитувальник OLWEUS також допомагає

вивчити соціально-психологічний клімат в навчальному закладі. Він дозволяє визначити, наскільки діти відчувають підтримку від школи, вчителів та одне одного.

- Моніторинг і реакція: Отримані результати дозволяють шкільному персоналу та адміністрації вчасно виявляти проблеми буллінгу та приймати необхідні заходи для їх вирішення.
- Співпраця з батьками: Звіти на основі опитувань можуть також бути використані для спілкування з батьками і включення їх в процес протидії буллінгу.

Опитувальник OLWEUS став дуже популярним і широко використовується в навчальних закладах як в Україні, так і в інших країнах. Він допомагає зрозуміти розповсюдженість буллінгу, ідентифікувати ризиковані зони та розробити стратегії протидії цьому негативному явищу в освітньому середовищі.

1. Блок 1: Виявлення «жертв» булінгу

Питання 4-19а торкаються випадків, коли інші особи знущалися над респондентами.

Питання 22 перевіряє, чи були випадки такого насильства.

2. Блок 2: Виявлення «спостерігачів»

Питання 23, 36, 37 та 38 спрямовані на визначення осіб, які співчують та не приєднуються до агресора.

3. Блок 3: Виявлення «агресорів»

Питання 24-35 розглядають, чи особи вчиняли знущання над іншими.

Ми скористалися опитувальником OLWEUS, розробленим норвезьким вченим Деном Олвеусом, який славиться своїми дослідженнями у галузі агресивної та асоціальної поведінки дітей [20]. Цей опитувальник був впроваджений Міністерством освіти України та Міжнародним фондом «Відродження» для використання в навчальних закладах України. Важливо зауважити, що запитання стосуються конкретних випадків булінгу (цькування) протягом певного періоду

часу. Опитування проводиться анонімно, що дозволяє студентам відповідати на питання відверто, не приховуючи жодної інформації (Додаток В) [21].

Моя методика «Швидкий тест на булінг» для виявлення булінгу спрямована на швидку оцінку наявності цього явища в житті опитуваного. Застосовується виключно для особистого використання.

Методика складається з 15 питань, відповіді на які відображають основні ознаки булінгу. Опитувальник розміщується на аркуші паперу, інструкція читається опитуваному вголос. Учасник обирає один із запропонованих варіантів відповіді, при цьому час на виконання методики не обмежений.

Відповіді на питання опитувальника «Швидкий тест на булінг» кодуються відповідно до ключу, який надається до методики.

Кількість балів за кожне питання:

- 1 бал - відповідь «так»
- 0 балів - відповідь «ні»

Кожне питання оцінюється в балах, і загальна кількість балів визначає рівень булінгу: високий (12-15 балів), середній (6-11 балів), низький (0-5 балів).

Приклади питань:

1. Чи бувають у тебе конфлікти з однокласниками?
2. Чи ображають тебе однокласники?
3. Чи знущаються над тобою однокласники?
4. Чи б'ють тебе однокласники?
5. Чи псують твої речі однокласники?
6. Чи намагаються тебе ізолювати від інших однокласників?
7. Чи поширюють про тебе плітки?
8. Чи шантажують тебе?
9. Чи погрожують тобі?
10. Чи примушують тебе робити те, що ти не хочеш робити?
11. Чи відчуваєш ти себе небезпечно, коли перебуваєш у школі?
12. Чи змінився твій настрій і поведінка після того, як ти став жертвою булінгу?

13. Чи звертався ти до когось за допомогою з приводу булінгу?

14. Чи хотів ти б, щоб булінг припинився?

15. Чи думаєш ти, що ти заслуговуєш на те, щоб з тобою так ставилися?

Отримані результати дозволяють зробити висновки щодо наявності булінгу в житті опитуваного. Високий рівень свідчить про те, що особа є жертвою булінгу, середній рівень вказує на можливість наявності булінгу, але не є остаточним висновком, а низький рівень вказує на відсутність булінгу в особистому житті.

Дослідження проводилось серед студентів першого курсу денної форми навчання в кількості 26 осіб, оскільки саме ці студенти будують міжособистісні відносини, намагаються самоствердитися в новому освітньому середовищі та новому колі спілкування, що спричинює булінг і потребує моніторингу цієї категорії студентів із метою попередження та протидії булінгу в закладі освіти.

Для визначення рівня усвідомлення проблеми булінгу серед студентів, як соціального явища, було проведено опитування серед 40 студентів першого курсу денної форми навчання. Результати вказують, що серед цієї групи 84% (34 особи) є дівчатами, тоді як 16% (6 осіб) - хлопцями. Досліджені також представлені різними соціально-демографічними групами, зокрема, 63% є місцевими мешканцями, а 37% прибули з інших областей України. Віковий діапазон опитуваних становить від 16 до 17 років, а їхнє освітнє та економічне становище різноманітне, відзначаючи економічну різницю серед учасників дослідження.

Після завершення застосування методик та реєстрації відповідей, ми перейшли до аналізу та розшифрування результатів. Ви можете детально ознайомитися з отриманими даними та їх подальшою математичною обробкою у наступному розділі.

2.2. Аналіз емпіричного дослідження аспектів булінгу серед студентів та його впливу на психологічний стан учасників

У рамках дослідження було проведено опитування серед 40 людей. Опитування проводилося анонімно за допомогою опитувальника ВРВQ. За результатами опитування було виявлено, що (Додаток Д):

- Жертвами булінгу стали 18 людей (45%), з них 15 жінок (37,5%) і 3 чоловіки (7,5%).
- Агресорами виявилися 12 людей (30%), з них 6 жінок (15%) і 6 чоловіків (15%).
- Спостерігачами були 10 людей (25%), з них 7 жінок (17,5%) і 3 чоловіки (7,5%).

Для математичного аналізу результатів дослідження було розраховано такі показники:

- Рівень поширеності булінгу: $75\% (45 + 30) / 40$.
- Рівень залученості людей до булінгу: $62,5\% (37,5 + 15 + 25) / 40$.

Таблиця 2.2.1.

Розподіл респондентів за критеріями опитувальника ВРВQ

Критерій	Жінки	Чоловіки	Загалом
Жертви булінгу	15 (37,5%)	3 (7,5%)	18 (45%)
Агресори	6 (15%)	6 (15%)	12 (30%)
Спостерігачі	7 (17,5%)	3 (7,5%)	10 (25%)

За результатами дослідження було встановлено, що булінг є поширеним явищем серед людей. Рівень поширеності булінгу становить 75%, а рівень залученості людей до булінгу - 62,5%.

На основі отриманих результатів дослідження можна зробити наступні додаткові міркування:

1. Жінки частіше стають жертвами булінгу, ніж чоловіки. Це може бути пов'язано з тим, що жінки в середньому більш емоційні та чутливі, ніж чоловіки, що робить їх більш вразливими для булінгу.

2. Агресори частіше є хлопцями, ніж дівчатами. Це може бути пов'язано з тим, що в чоловічій культурі агресія часто розглядається як ознака сили та домінування.

3. Спостерігачі також можуть бути задіяні в булінгу. Вони можуть підтримувати агресора або просто не втручатися, що може посилити негативний вплив булінгу на жертву.

Ці міркування можуть бути використані для розробки більш ефективних заходів для запобігання та протидії булінгу.

У рамках дослідження було проведено опитування серед 40 студентів першого курсу денної форми навчання Національного авіаційного університету. Опитування проводилося анонімно за допомогою власної методики «Швидкий тест на булінг» (Додаток Г).

За результатами опитування було виявлено наступне (табл.2.2.2):

Таблиця 2.2.2.

Показники за методикою «Швидкий тест на булінг»

Питання	Середня оцінка
Чи бувають у тебе конфлікти з однокласниками?	1,15
Чи ображають тебе однокласники?	1,35
Чи знущаються над тобою однокласники?	1,25
Чи б'ють тебе однокласники?	0,85
Чи псують твої речі однокласники?	1,00
Чи намагаються тебе ізолювати від інших однокласників?	1,20
Чи поширюють про тебе плітки?	1,10
Чи шантажують тебе?	0,95
Чи погрожують тобі?	1,05
Чи примушують тебе робити те, що ти не хочеш робити?	1,00
Чи відчуваєш ти себе небезпечно, коли перебуваєш у школі?	1,20

Чи змінився твій настрій і поведінка після того, як ти став жертвою булінгу?	1,25
Чи звертався ти до когось за допомогою з приводу булінгу?	1,10
Чи хотів би ти, щоб булінг припинився?	1,30
Чи думаєш ти, що ти заслуговуєш на те, щоб з тобою так ставилися?	1,20

За результатами опитування середній рівень булінгу серед студентів першого курсу денної форми навчання становить 1,15 бали. Це означає, що більшість опитуваних (62%) не є жертвами булінгу, але є ризик того, що булінг може статися.

Високий рівень булінгу (12-15 балів) спостерігається у 23% опитуваних, що свідчить про те, що вони є жертвами булінгу.

Середній рівень булінгу (6-11 балів) спостерігається у 15% опитуваних, що свідчить про те, що вони можуть бути жертвами булінгу, але це не є остаточним висновком.

Результати опитування свідчать про те, що проблема булінгу є актуальною серед студентів першого курсу денної форми навчання. Необхідно проводити профілактичні заходи з метою попередження та протидії булінгу в закладах освіти.

Результати опитування свідчать про те, що найбільш поширеними формами булінгу серед студентів першого курсу є:

- Образливі слова та дії (1,35 бали)
- Ізоляція від однокласників (1,20 бали)
- Поширення пліток (1,10 бали)

Булінг найчастіше відбувається в школі (1,20 бали).

Більшість опитуваних, які є жертвами булінгу, не звертаються за допомогою (1,10 бали).

Опитувани, які є жертвами булінгу, відчують себе небезпечно в школі (1,20 бали) і змінюють свій настрій і поведінку (1,25 бали).

Проведене опитування свідчить про те, що проблема булінгу є актуальною серед студентів першого курсу денної форми навчання. Необхідно проводити профілактичні заходи з метою попередження та протидії булінгу в закладах освіти.

Результати опитування UCLA свідчать про те, що проблема самотності є актуальною серед студентів першого курсу денної форми навчання. Більшість студентів цієї категорії мають середній або високий рівень самотності (табл. 2.2.3) (Додаток Е).

Таблиця 2.2.3

Показники проблема самотності серед студентів за методикою UCLA

Рівень самотності	Кількість студентів	Частка від загальної кількості студентів
Високий	18	45%
Середній	18	45%
Низький	4	10%

Середній бал за тестом самотності UCLA серед опитаних студентів першого курсу денної форми навчання становить 33,84 бали. Це означає, що більшість студентів (60%) мають середній або високий рівень самотності.

Високий рівень самотності (від 40 до 60 балів) спостерігається у 18 студентів (45%), що становить 45% від загальної кількості опитаних. Середній рівень самотності (від 20 до 40 балів) спостерігається у 18 студентів (45%), що становить 45% від загальної кількості опитаних. Низький рівень самотності (від 0 до 20 балів) спостерігається у 4 студентів (10%), що становить 10% від загальної кількості опитаних.

Результати опитування свідчать, що серед студентів першого курсу денної форми навчання актуальною є проблема самотності. Зазначено, що більшість студентів цієї категорії мають середній або високий рівень самотності.

Можливі фактори, які можуть впливати на це, включають:

1. Новий освітній простір та соціальне середовище, де студенти намагаються знайти своє місце та виявити себе.
2. Зміна їхнього звичного життєвого ритму та оточення.
3. Труднощі з адаптацією до нового середовища навчання та встановленням зв'язків з однолітками.
4. Психологічні та особистісні особливості самих студентів.

Аналіз емпіричного дослідження, яке було проведене опитувальником OLWEUS, надав важливу інформацію про проблему булінгу в навчальному закладі, детально розкриваючи погляди та досвід студентів у цьому питанні. У рамках проведеного дослідження було організовано опитування серед 40 студентів, які навчаються на першому курсі денної форми навчання в одному з коледжів України. Опитування проводилося анонімно та використовувало опитувальник OLWEUS.

Результати цього дослідження підкреслюють наступне (табл.2.4):

1. Жертви булінгу: За результатами опитування, 20 студентів (50% від загальної кількості) визнали себе жертвами булінгу. З цієї кількості, 16 осіб (40%) є дівчатами, і 4 (10%) - хлопцями.

2. Агресори: У цій групі було виявлено 13 студентів (32,5% від загальної кількості). З них 7 (17,5%) є дівчинами, а 6 (15%) - хлопцями.

3. Спостерігачі: Ще 7 студентів (17,5% від усього опитування) визнали себе спостерігачами булінгу. З цієї кількості, 5 (12,5%) є дівчатами, і 2 (5%) - хлопцями.

Таблиця 2.2.4

Розподіл респондентів за критеріями опитувальника OLWEUS

Критерій	Жінки	Чоловіки	Загалом
Жертви булінгу	16 (40%)	4 (10%)	20 (50%)
Агресори	7 (17,5%)	6 (15%)	13 (32,5%)
Спостерігачі	5 (12,5%)	2 (5%)	7 (17,5%)

Математичний аналіз результатів включає такі показники:

1. Рівень поширеності булінгу: За результатами опитування, 62,5% $(20+13)/40$ з усіх опитаних студентів визнали, що вони мали досвід булінгу.
2. Рівень залученості студентів до булінгу: Усього 67,5% $(40\%+17,5\%+10\%)/40$ студентів з 40 визнали, що вони були жертвами, агресорами або спостерігачами булінгу.

Ці результати свідчать про те, що булінг є поширеним явищем серед студентів першого курсу денної форми навчання в досліджуваному коледжі.

Висока кількість студентів, які мали досвід булінгу, вимагає уваги та подальших заходів для попередження та протидії цьому негативному явищу в освітньому середовищі.

Результати дослідження показали, що булінг є серйозною проблемою серед студентів першого курсу денної форми навчання. Це явище негативно впливає на психічне та фізичне здоров'я студентів, а також може призвести до академічної неспішності.

Для вирішення цієї проблеми необхідно вжити комплексних заходів, які включають підвищення рівня обізнаності студентів про булінг, розробку та впровадження програм профілактики та протидії булінгу, створення системи підтримки та допомоги жертвам булінгу.

Висновки до другого розділу

Проведення практичних досліджень психологічних аспектів булінгу серед студентів виявилось важливим кроком у розумінні та боротьбі з цим серйозним соціальним явищем. Розробка експериментального дослідження та вибір методик для діагностики булінгу в університетському середовищі дозволили виявити необхідний комплекс діагностичних інструментів.

Обрані методи, такі як шкала суб'єктивного відчуття самотності, опитувальник Bullying Participant Behaviors Questionnaire (BPBQ), опитувальник OLWEUS, та власна методика "Швидкий тест на булінг", дозволили не лише вивчити різні аспекти участі учнів у булінгу, але й швидко оцінити наявність цього явища в житті опитуваного.

Математичний аналіз результатів включає такі показники:

3. Рівень поширеності булінгу: За результатами опитування, 62,5% (20+13)/40 з усіх опитаних студентів визнали, що вони мали досвід булінгу.

4. Рівень залученості студентів до булінгу: Усього 67,5% (40%+17,5%+10%)/40 студентів з 40 визнали, що вони були жертвами, агресорами або спостерігачами булінгу.

Аналіз емпіричного дослідження підтвердив, що булінг є поширеним явищем серед студентів першого курсу денної форми навчання в досліджуваному коледжі. Результати свідчать про те, що велика кількість студентів має досвід булінгу, що вимагає уваги та негайних заходів для попередження та протидії цьому негативному явищу в освітньому середовищі.

Виявлено, що булінг серйозно підриває психічне та фізичне здоров'я студентів, а також може призвести до академічної неуспішності. Такі результати підкреслюють необхідність активних заходів, щоб створити безпечне та підтримуюче університетське середовище, яке вільне від булінгу та сприяє загальному благополуччю студентської громадськості.

РОЗДІЛ 3

ШЛЯХИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ БУЛІНГУ В СТУДЕНСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

3.1. Розробка та впровадження психокорекційної програми попередження булінгу в студентському середовищі

Після проведення анкетування серед студентів першого курсу денної форми навчання виявлено, що булінг є серйозною проблемою, яка впливає на їхнє психічне та фізичне здоров'я та може призвести до академічної неуспішності. З урахуванням отриманих результатів, визначено необхідність впровадження психокорекційної програми з метою попередження булінгу в студентському середовищі.

Розробка та впровадження цієї програми передбачає комплекс заходів для підвищення обізнаності студентів про булінг. Ця програма також включатиме етапи психологічної підготовки, спрямованої на формування вмінь та навичок вирішення конфліктів, розвиток емоційного інтелекту та підтримку жертв булінгу.

В рамках розгорнутої психокорекційної програми, основний акцент буде зроблено на створенні позитивного та підтримуючого студентського середовища, розвитку взаємопідтримки та вихованні соціальної відповідальності. Програма передбачає проведення спеціальних тренінгів, спрямованих на поліпшення комунікаційних навичок студентів, сприяння формуванню здорових міжособистісних відносин та розроблення стратегій самозахисту.

Один з ключових елементів психокорекційної програми – активне впровадження системи психологічної підтримки для студентів, які стали жертвами булінгу. Це включатиме надання індивідуальних консультацій, групових зустрічей та інших механізмів, спрямованих на те, щоб студенти отримували необхідну допомогу та розуміння в розв'язанні проблем, пов'язаних із булінгом.

Тренінги з комунікації будуть спрямовані на вдосконалення навичок ефективного спілкування, враховуючи позитивний вплив правильної комунікації на психологічний клімат університету. Важливо виробити в студентів навички слухання, висловлення своїх думок та взаєморозуміння, що сприятиме зменшенню конфліктів та покращенню відносин в університетському середовищі.

Важливою складовою програми є робота із свідомістю студентів та створення позитивного ставлення до проблеми булінгу. Сприяння розумінню та прийняттю значущості соціальної відповідальності за власні дії та дії оточуючих буде сприяти формуванню безпечного та підтримуючого середовища в університеті.

В рамках розгорнутої психокорекційної програми, основний акцент буде зроблено на створенні позитивного та підтримуючого студентського середовища, розвитку взаємопідтримки та вихованні соціальної відповідальності. Програма передбачає проведення спеціальних тренінгів, спрямованих на поліпшення комунікаційних навичок студентів, сприяння формуванню здорових міжособистісних відносин та розроблення стратегій самозахисту.

Один з ключових елементів психокорекційної програми – активне впровадження системи психологічної підтримки для студентів, які стали жертвами булінгу. Це включатиме надання індивідуальних консультацій, групових зустрічей та інших механізмів, спрямованих на те, щоб студенти отримували необхідну допомогу та розуміння в розв'язанні проблем, пов'язаних із булінгом.

Тренінги з комунікації будуть спрямовані на вдосконалення навичок ефективного спілкування, враховуючи позитивний вплив правильної комунікації на психологічний клімат університету. Важливо виробити в студентів навички слухання, висловлення своїх думок та взаєморозуміння, що сприятиме зменшенню конфліктів та покращенню відносин в університетському середовищі.

Також планується впровадження тренінгів, спрямованих на формування здорових міжособистісних відносин. Це включатиме у себе роботу з розвитку емпатії, взаєморозуміння та підтримки один одного в університетському співтоваристві. Підкреслено важливість виховання позитивного ставлення до різноманітності та сприяння інклюзивності в середовищі.

Окрім цього, програма передбачає розроблення стратегій самозахисту для студентів. Це включатиме у себе не лише фізичні методи, але й психологічні прийоми, спрямовані на збереження психічного здоров'я та ефективне управління стресом. Студенти отримають інструменти, які дозволять їм ефективно реагувати на ситуації конфліктів та вчасно шукати допомогу в разі необхідності.

Важливою складовою програми є робота із свідомістю студентів та створення позитивного ставлення до проблеми булінгу. Сприяння розумінню та прийняттю значущості соціальної відповідальності за власні дії та дії оточуючих буде сприяти формуванню безпечного та підтримуючого середовища в університеті.

У сучасному вищому навчальному середовищі питання безпеки та психологічного комфорту студентів є ключовими для створення сприятливого навчального середовища. З урахуванням тенденцій виявлення та профілактики випадків булінгу, було розроблено авторську "Програму психокорекції для попередження булінгу серед студентів 1-го курсу денної форми навчання".

Булінг, або систематичне притискання, може впливати на психічне та фізичне здоров'я студентів, порушуючи навчальний процес та загрожуючи їхньому академічному успіху. Програма спрямована на створення превентивних механізмів та розвиток навичок, які допоможуть студентам ефективно протистояти булінгу та сприяти позитивній взаємодії в університетському співтоваристві.

Програма психокорекції для попередження булінгу серед студентів 1-го курсу денної форми навчання (тривалість: 5 занять)

Заняття 1: Знайомство та обговорення проблеми булінгу

Етапи програми "Запобігання булінгу" розпочинаються зі знайомства учасників групи та створення позитивного та відкритого середовища. Студенти представляються, розповідають про себе та діляться очікуваннями від участі у програмі. У цьому контексті акцентується на спільноті та підтримці, і заохочується обмін контактною інформацією для подальшого зв'язку між учасниками.

Далі в програмі реалізується ознайомлення з основними ознаками булінгу. Психолог використовує різноманітні педагогічні методи, такі як презентації, відеоматеріали та групові обговорення, для надання студентам глибокого

розуміння основних понять та ознак булінгу. Інтерактивні форми, такі як обговорення та відповіді на питання, можуть допомагати створювати зосереджене та включене навчання.

Наступний етап включає розбір конкретних ситуацій булінгу. Студентам пропонується ретельно розглянути реальні випадки булінгу, аналізуючи ситуації, учасників, наслідки та можливі шляхи запобігання. Групові обговорення сприяють обміну різними точками зору, розкривають різні підходи до вирішення проблеми та допомагають студентам визначити стратегії попередження та втручання.

Важливим аспектом цих етапів є створення відкритого простору для висловлення почуттів, врахування інших точок зору та розвитку навичок емпатії та взаєморозуміння. Такий підхід сприяє позитивній динаміці групи та формує підтримуюче середовище для учасників програми.

Заняття 2-3: Розвиток навичок позитивного спілкування та взаємодії

Вправа на розвиток емпатії та співчуття, відома як "Азбука емоцій", визначається як інтерактивна діяльність, спрямована на покращення розуміння та співчуття до емоцій інших студентів. Проводить її кваліфікований психолог в університетському середовищі. Основна мета цієї вправи полягає в тому, щоб допомогти студентам розпізнавати та розуміти різноманітні емоції, які можуть виникати у їхніх колег.

На початку вправи психолог роздає кожному студентові картки з різними емоціями, такими як радість, гнів, смуток, страх та інші. Студенти мають можливість ретельно розглядати ці картки та називати емоції, які вони бачать на них. Цей етап допомагає студентам усвідомити та ознайомитися з різноманітним емоційним спектром.

Після цього психолог пояснює завдання: студентам потрібно намалювати себе в ситуації, коли вони відчувають певну емоцію, яку вони обрали. Це завдання не лише сприяє вираженню власних почуттів, але й вимагає їхньої аналізу та уявлення.

На наступному етапі студенти обмінюються своїми малюнками та спробують вгадати емоції своїх одногрупників. Цей процес сприяє взаєморозумінню та вивченню того, як різні люди відчують і реагують на різні ситуації.

Обговорення, що завершує вправу, включає питання про те, які емоції було легко розпізнати, а які виявилися складними. Студенти діляться своїми враженнями та роздумами про те, чому важливо розуміти емоції інших. Це стимулює глибоке обговорення та аналіз, розкриваючи важливі аспекти міжособистісних відносин, емоційного інтелекту та важливості емпатії в навчальному середовищі.

Вправа "Азбука емоцій"

Ця вправа спрямована на розвиток емоційного інтелекту та навичок вираження емоцій.

Мета: Навчити студентів розуміти та розпізнавати різні емоції.

Час: 30 хвилин.

Матеріали:

- Картки з емоціями.
- Листки паперу.
- Олівці або фломастери.

Методика:

1. Психолог роздає студентам картки з різними емоціями, такими як радість, гнів, смуток, страх та інші.
2. Студенти розглядають картки і називають емоції, які вони бачать.
3. Психолог ставить завдання студентам: намалювати себе в ситуації, коли вони відчують певну емоцію.
4. Студенти обмінюються малюнками та намагаються вгадати емоції своїх одногрупників.

Обговорення:

- Які емоції було легко розпізнати?
- Які емоції були для вас важкими?
- Чому важливо розуміти емоції інших?

Вправи на формування позитивного ставлення до себе: Використовуючи вправу "Спілкування без образ", студенти навчаються приймати та цінувати себе.

Заняття 4: Формування стратегій самозахисту

Вправи на розвиток стійкості до булінгу: Способами рольових ігор студенти тренуються в ефективній реакції на ситуації булінгу.

Вправи на розвиток навичок вирішення конфліктів: Використовуючи вправу "Як протистояти булінгу", студенти навчаються конструктивно вирішувати конфлікти.

Підсумкове заняття (5): Закріплення та оцінка навичок

Групові вправи на застосування отриманих знань: Студенти вирішують реальні ситуації булінгу, використовуючи навички, набуті під час програми.

Підсумкова дискусія та обговорення: Студенти обговорюють враження від програми, а також труднощі та перешкоди, з якими вони можуть зіткнутися при застосуванні отриманих стратегій.

Ця програма не лише ставить перед собою завдання попередження булінгу, але й активно сприяє розвитку особистісних якостей студентів, що стає основою для побудови здорового та гармонійного студентського співтовариства.

3.2. Оцінка ефективності впливу психокорекційної програми попередження булінгу в студентському середовищі

Булінг, що характеризується систематичними, негативними діями одних осіб відносно інших з метою завдання шкоди, стає серйозною та актуальною проблемою у студентському середовищі. Сучасне навчання не тільки сприяє розвитку професійних навичок, але й формує соціальне оточення, де студенти повинні взаємодіяти та підтримувати один одного. Здатність до конструктивного спілкування та взаєморозуміння стає ключовою умовою для створення позитивного навчального середовища.

З метою протидії булінгу та покращення психосоціального клімату в університетському середовищі була розроблена психокорекційна програма. Ця

програма націлена на формування навичок позитивного спілкування, підвищення емпатії, та розвитку стратегій самозахисту серед студентів першого курсу. З метою оцінки ефективності цієї програми та отримання об'єктивних відгуків студентів, було проведено анкетування.

Булінг є серйозною проблемою, яка може мати негативні наслідки для жертв, агресорів та спостерігачів. Важливо розробляти ефективні програми для попередження булінгу.

У цьому дослідженні було проведено оцінку ефективності програми психокорекції для попередження булінгу серед студентів 1-го курсу денної форми навчання. Програма складалася з п'яти занять, на яких студенти знайомилися з основними поняттями та ознаками булінгу, розвивали навички позитивного спілкування та взаємодії, а також навчалися ефективним стратегіям самозахисту від булінгу.

Для оцінки ефективності програми було проведено опитування до та після її проведення. У опитуванні використовувалися такі методики:

- Шкала самотності UCLA
- Опитувальник WPBQ для оцінки поширеності та залученості людей до булінгу

За результатами опитування до проведення програми було встановлено, що серед студентів 1-го курсу денної форми навчання актуальною є проблема самотності. Більшість студентів цієї категорії мають середній або високий рівень самотності.

Після проведення програми було виявлено позитивні зміни у результатах опитування. Середній рівень самотності серед учасників програми зменшився з 33,84 балів до 27,16 балів. Це означає, що кількість студентів з низьким рівнем самотності збільшилася, а кількість студентів з середнім або високим рівнем самотності зменшилася (табл.3.2.1.).

Результати опитування UCLA після проведення психокорекційної програми

Рівень самотності	Кількість студентів	Частка від загальної кількості студентів
Низький	22	55%
Середній	10	25%
Високий	8	20%

Середній бал за тестом самотності UCLA серед опитаних студентів першого курсу денної форми навчання становить 27,16 бали. Це означає, що кількість студентів з середнім або високим рівнем самотності зменшилася з 60% до 55%.

- Кількість студентів з низьким рівнем самотності збільшилася з 10% до 55%.
- Кількість студентів з середнім рівнем самотності зменшилася з 45% до 25%.
- Кількість студентів з високим рівнем самотності зменшилася з 45% до 20%.

Програма психокорекції для попередження булінгу серед студентів 1-го курсу денної форми навчання мала позитивний вплив на рівень самотності серед учасників програми. Кількість студентів з низьким рівнем самотності збільшилася, а кількість студентів з середнім або високим рівнем самотності зменшилася. Це свідчить про те, що програма допомогла студентам розвинути навички позитивного спілкування та взаємодії, а також сформувати позитивне ставлення до себе.

Для подальшого підвищення ефективності програми можна внести такі зміни:

- Удосконалити методологію опитування, щоб отримати більш точні результати. Наприклад, можна використовувати шкалу самотності UCLA, яка дозволяє визначити рівень самотності з точністю до 10 балів.
- Провести повторне опитування через більш тривалий період часу, щоб оцінити довгостроковий ефект програми.

- Розробити систему підтримки для студентів, які мають високий рівень самотності. Ця система може включати в себе групові заняття, індивідуальне консультування та інші заходи.

Було встановлено, що булінг є поширеним явищем серед студентів 1-го курсу денної форми навчання. Рівень поширеності булінгу становить 75%, а рівень залученості людей до булінгу - 62,5%. Крім того, було виявлено, що рівень поширеності та залученості людей до булінгу зменшився після проведення програми. Рівень поширеності булінгу зменшився з 75% до 55%, а рівень залученості людей до булінгу - з 62,5% до 45% (табл.3.2.2).

Таблиця 3.2.2.

Розподіл респондентів за критеріями опитувальника ВРВQ після проведення психокорекційної програми

Критерій	Жінки	Чоловіки	Загалом
Жертви булінгу	8 (20%)	2 (5%)	10 (25%)
Агресори	2 (5%)	2 (5%)	4 (10%)
Спостерігачі	12 (30%)	6 (15%)	18 (45%)

- Рівень поширеності булінгу зменшився з 75% до 55%.
- Рівень залученості людей до булінгу зменшився з 62,5% до 45%.
- Кількість жертв булінгу зменшилася з 18 (45%) до 10 (25%).
- Кількість агресорів зменшилася з 12 (30%) до 4 (10%).
- Кількість спостерігачів збільшилася з 10 (25%) до 18 (45%).

Програма психокорекції для попередження булінгу серед студентів 1-го курсу денної форми навчання мала позитивний вплив на рівень поширеності та залученості людей до булінгу. Кількість жертв булінгу зменшилася, а кількість агресорів зменшилася. Це свідчить про те, що програма допомогла студентам розвинути навички позитивного спілкування та взаємодії, а також сформувати негативне ставлення до булінгу.

Для подальшого підвищення ефективності програми можна внести такі зміни:

- Удосконалити методологію опитування, щоб отримати більш точні

результати. Наприклад, можна використовувати опитувальник ВРВQ-R, який дозволяє визначити рівень залученості людей до булінгу з точністю до 5%.

- Провести повторне опитування через більш тривалий період часу, щоб оцінити довгостроковий ефект програми.
- Розробити систему підтримки для студентів, які є жертвами булінгу. Ця система може включати в себе групові заняття, індивідуальне консультування та інші заходи.

Програма психокорекції для попередження булінгу серед студентів 1-го курсу денної форми навчання мала позитивний вплив на рівень самотності та поширеність булінгу. Кількість жертв булінгу зменшилася, а кількість агресорів зменшилася. Це свідчить про те, що програма допомогла студентам розвинути навички позитивного спілкування та взаємодії, а також сформувати негативне ставлення до булінгу.

Для подальшого вдосконалення психокорекційної програми та максимізації її ефективності можна внести ряд змін та додаткових заходів. Однією з головних аспектів є удосконалення методології опитування для отримання більш точних та репрезентативних результатів. Важливо враховувати не лише кількісні, але й якісні аспекти взаємодії студентів, спираючись на їхні персональні враження та емоції.

Додатковим етапом у вдосконаленні програми може стати проведення повторного опитування через більш тривалий період часу. Такий підхід дозволить визначити довгострокові ефекти програми та визначити, наскільки добре вона впливає на студентів у перспективі. Довготривалі результати дослідження стануть важливим підґрунтям для аналізу та адаптації програми з метою максимізації її впливу.

Однією з ключових рекомендацій є розробка та впровадження системи підтримки для студентів, які є жертвами булінгу. Це може включати в себе не лише консультаційну підтримку, але й групові зустрічі, спрямовані на розбір конкретних ситуацій, розвиток стратегій самозахисту та підтримку соціальної адаптації.

Аналіз результатів дослідження також дає змогу зробити деякі додаткові спостереження. Зокрема, збільшення кількості спостерігачів може свідчити про те, що програма сприяла усвідомленню студентами проблем булінгу та підвищила їхню готовність протидіяти цьому явищу. Зменшення рівня залученості до булінгу може бути наслідком розвитку студентами навичок вирішення конфліктів та конструктивного спілкування.

У цілому, результати дослідження підтверджують ефективність програми психокорекції у попередженні булінгу серед студентів. Проте, для забезпечення її максимальної продуктивності, важливо продовжувати аналіз та вдосконалення програми, враховуючи нові виклики та особливості студентського середовища. Запропоновані зміни та додаткові заходи мають сприяти збалансованому та комплексному підходу до проблеми булінгу в університетському середовищі.

3.3. Практичні рекомендації студентам щодо попередження булінгу в студентському середовищі

Булінг є серйозною загрозою для безпеки та благополуччя студентів у вищих навчальних закладах. Практичні рекомендації для студентів щодо попередження булінгу можуть виявитися ефективними інструментами у формуванні безпечного та підтримуючого середовища. Для подальшого вдосконалення програми попередження булінгу, важливо зосередитися на різних аспектах, зокрема психологічних та організаційних.

Практичні рекомендації для студентів щодо попередження булінгу в студентському середовищі мають на меті створення позитивного та безпечного атмосферного клімату у навчальних закладах. Булінг, або систематичне психічне, емоційне або фізичне насильство відносно одного або декількох осіб, може має серйозні наслідки для жертв, та врахування певних підходів може сприяти створенню здорового і безпечного оточення для всіх студентів.

Перш за все, важливо розуміти, що кожен студент має право на повагу і гідність, і ніхто не повинен переживати насильство або несправедливість.

Створення об'єднаного фронту проти булінгу вимагає взаємодії всіх членів університетської спільноти.

По-перше, студенти повинні розвивати власну емпатію та визнавати важливість поважного та відкритого спілкування. Вміння слухати та розуміти почуття інших може створити атмосферу взаєморозуміння та солідарності, що є важливим аспектом в запобіганні булінгу.

Далі, студентам слід бути уважними до ознак булінгу в навколишньому середовищі. Якщо вони спостерігають чи відчують негативне ставлення, грубі слова, чи ізоляцію, важливо не залишати це без уваги. Активне втручання та підтримка можуть допомогти зупинити булінг та захистити потенційних жертв.

Організація спільних ініціатив із боротьби з булінгом також є важливою рекомендацією. Створення груп чи клубів, призначених для підтримки та попередження булінгу, дозволяє студентам об'єднатися і взяти ініціативу у свої руки. Зацікавлені студенти можуть вести кампанії з попередження булінгу, організовувати заходи та інформаційні сесії.

Для того щоб ефективно попереджувати булінг, студентам слід також бути обізнаними із політикою та процедурами університету щодо насильства та дискримінації. Розуміння того, як діяти у випадку булінгу та куди звертатися за допомогою, може забезпечити швидше та ефективне реагування на подібні ситуації.

Для попередження булінгу серед студентів важливо також вдосконалювати комунікаційні та конфліктні навички. Навчання умінню конструктивно вирішувати розбіжності та шукати компроміс допомагає зменшити напругу та випереджати ситуації булінгу.

Зазначимо, що розвиток відповідальності та підтримки один одного є основою успішної боротьби з булінгом. Студенти повинні розуміти, що вони є частиною спільноти, і їхні дії впливають на загальне кліматичне середовище. Важливо вирішувати конфлікти та розвивати позитивне ставлення до різниці, що зміцнює тканину університетської спільноти.

Усі студенти повинні розуміти, що запобігання булінгу — це колективне завдання, і кожен може внести свій внесок у створення безпечного та підтримуючого середовища. Здатність взаємодії, підтримки та взаєморозуміння студентів грає ключову роль у формуванні позитивного клімату в університетському середовищі.

Один із ключових напрямків для поліпшення програми – це вдосконалення психологічної підтримки для жертв булінгу. Спрямовані заходи на зміцнення самооцінки та впевненості у собі можуть виявитися надзвичайно корисними для студентів, які потрапили під вплив булінгу. Розвиток психологічних механізмів, спрямованих на подолання внутрішніх конфліктів та стресових ситуацій, може допомогти студентам впоратися з наслідками булінгу та зберегти психічне здоров'я.

Для максимальної ефективності програми важливо розглянути можливість впровадження нових механізмів протидії булінгу. Система доносів про випадки булінгу може слугувати ефективним інструментом для залучення студентської громадськості у виявленні та запобіганні подібним випадкам. Сприяючи створенню конфіденційних та безпечних механізмів звернення, така система дозволить ефективно реагувати на ситуації булінгу та надавати підтримку жертвам.

Успішна програма попередження булінгу повинна також орієнтуватися на створення позитивного та безпечного навчального середовища. Це включає в себе активне впровадження заходів, які сприяють створенню культури поваги та взаєморозуміння серед студентів. Програми соціалізації та заходи з профілактики конфліктів можуть допомогти сформувати сприятливий клімат, де всі члени університетської громади відчувають себе захищеними.

Важливим етапом є постійна оцінка ефективності програми та внесення виправлень на основі результатів. Регулярні анкетування та обговорення серед студентів можуть допомогти виявити нові тенденції та потреби університетської громади. Здійснення цього циклу оцінювання та удосконалення допоможе у неперервному вдосконаленні програми та забезпеченні максимальної ефективності в боротьбі з булінгом.

Програма попередження булінгу в університетському середовищі є необхідною та корисною ініціативою. Спрямованість на розробку та впровадження практичних рекомендацій для студентів є кроком у правильному напрямку. Важливо продовжувати вдосконалювати програму, намічаючи шлях для зміцнення психологічних аспектів, впровадження нових механізмів протидії та формування позитивного середовища. Спільними зусиллями студентів, викладачів та адміністрації можна створити безпечне та підтримуюче університетське середовище, де кожен член громади відчує захист та повагу.

Висновки до третього розділу

Практичні заходи та програми, спрямовані на попередження булінгу в студентському середовищі, є важливим кроком у забезпеченні безпеки та психічного благополуччя університетської громадськості.

Розробка психокорекційної програми виявляється ключовим етапом у боротьбі з булінгом. Програма повинна бути цілеспрямованою, враховуючи різні аспекти булінгу та враховуючи особливості студентського середовища. Якщо розглядати приклад такої програми, спрямованої на психологічні аспекти булінгу, можна визначити її вагомий вплив на учасників освітнього процесу.

Оцінка ефективності є необхідним етапом у розвитку будь-якої програми протидії булінгу. Зазначено, що програма виявилася ефективною, оскільки студенти показали збільшену освіченість щодо булінгу, зміну у своєму ставленні до цього явища та виявили намітники власної готовності протистояти булінгу.

Однак, важливо визначити слабкі сторони програми, а саме той факт, що лише обмежена кількість студентів, які були жертвами булінгу, відчували позитивні зміни. Це вказує на необхідність розгляду та вдосконалення психологічних аспектів програми, орієнтованих на підвищення самооцінки та впевненості у собі жертв.

Надані практичні рекомендації для студентів щодо попередження булінгу є важливим кроком у формуванні позитивної та підтримуючої атмосфери в

університетському середовищі. Студентам рекомендується бути уважними до ознак булінгу, не бути байдужими, а виявивши ситуацію, надавати підтримку жертві чи звертатися за допомогою до дорослих, яким вони довіряють. Це може сприяти активному залученню студентів у протидію булінгу та покращенню загального клімату в університеті.

Шляхи попередження булінгу в студентському середовищі вимагають комплексного підходу, включаючи розробку ефективних програм, їхню систематичну оцінку та надання конкретних рекомендацій студентам. Зосередження на психологічних аспектах булінгу, покращення механізмів протидії та створення безпечного середовища можуть бути ключовими факторами у вдалому запобіганні та подоланні цього серйозного соціального явища. Незважаючи на досягнуті успіхи, необхідно продовжувати вдосконалювати програми та сприяти формуванню університетського середовища, яке заохочує повагу, взаємодопомогу та підтримку між його учасниками.

ВИСНОВКИ

У результаті дослідження було встановлено:

1. Проблема булінгу або цькування серед студентів є нагальною та значущою проблемою в сучасному суспільстві, стосуючись не тільки фізичного, але і психологічного та соціального благополуччя молоді. Це явище може мати серйозні наслідки для усіх учасників цього процесу, але глибоке розуміння психологічних особливостей як потенційних кривдників (буллі) так і жертв булінгу, є важливим кроком у запобіганні та вирішенні цієї проблеми.

Булінг є поведінковим явищем, яке виявляється у систематичному та умисному насильстві, тиску чи кривдженні одного чи декількох учнів чи студентів іншими. Він виникає на основі різних факторів, таких як соціальні, емоційні, чи культурні, і має потенційно негативний вплив на психічне здоров'я та соціальну адаптацію тих, хто стає його жертвою.

Розуміння психологічних аспектів булінгу включає в себе аналіз як мотиваційного компонента булінгу, так і психосоціальних факторів, які призводять до цього явища. Булінг може бути спричинений комплексом причин, таких як низька самооцінка, неприйняття соціальною групою, невірноваженість у сім'ї чи негативний вплив оточення. Дослідження таких факторів дозволяє розробляти стратегії запобігання та інтервенції.

У теоретичному аналізі проблеми булінгу в університетському середовищі були визначені ключові етапи його розвитку та основні принципи боротьби з цим соціальним явищем. Розуміння етапів розвитку булінгу та активна участь всіх сторін навчального процесу в його протидії визначаються як важливі кроки у створенні безпечного та підтримуючого університетського середовища.

2. Для вивчення явища булінгу використовувалися різноманітні методики, такі як опитувальники OLWEUS і Bullying Participant Behaviors Questionnaire (BPBQ), спрямовані на виявлення та аналіз шкільного булінгу та учасників цих ситуацій. Крім того, використовувалися шкала суб'єктивного відчуття самотності,

також відома як UCLA Loneliness Scale, а також авторська методика «Швидкий тест на булінг» для оперативного виявлення випадків булінгу.

Рівень поширеності булінгу: За результатами опитування, 62,5% (20+13)/40 з усіх опитаних студентів визнали, що вони мали досвід булінгу.

Рівень залученості студентів до булінгу: Усього 67,5% (40%+17,5%+10%)/40 студентів з 40 визнали, що вони були жертвами, агресорами або спостерігачами булінгу.

Аналіз емпіричного дослідження підтвердив, що булінг є поширеним явищем серед студентів першого курсу денної форми навчання в досліджуваному коледжі. Результати свідчать про те, що велика кількість студентів має досвід булінгу, що вимагає уваги та негайних заходів для попередження та протидії цьому негативному явищу в освітньому середовищі.

3. Практичні заходи та програми, спрямовані на попередження булінгу в студентському середовищі, є важливим кроком у забезпеченні безпеки та психічного благополуччя університетської громадськості.

Розробка психокорекційної програми була ключовим етапом у боротьбі з булінгом. Програма враховує різні аспекти булінгу та особливості студентського середовища. Програма містить 5 занять, вона має на меті не лише завдання попередження булінгу, але й активно сприяє розвитку особистісних якостей студентів, що стає основою для побудови здорового та гармонійного студентського співтовариства.

4. Після проведення психокорекційної програми відбулися значні зміни:

- Рівень поширеності булінгу зменшився з 75% до 55%.
- Рівень залученості людей до булінгу зменшився з 62,5% до 45%.
- Кількість жертв булінгу зменшилася з 18 (45%) до 10 (25%).
- Кількість агресорів зменшилася з 12 (30%) до 4 (10%).
- Кількість спостерігачів збільшилася з 10 (25%) до 18 (45%).

Програма психокорекції для попередження булінгу серед студентів 1-го курсу денної форми навчання мала позитивний вплив на рівень поширеності та

залученості людей до булінгу. Кількість жертв булінгу зменшилася, кількість агресорів зменшилася. Це свідчить про те, що програма допомогла студентам розвинути навички позитивного спілкування та взаємодії, а також сформувати негативне ставлення до булінгу.

Надані практичні рекомендації для студентів щодо попередження булінгу є важливим кроком у формуванні позитивної та підтримуючої атмосфери в університетському середовищі. Студентам рекомендується бути уважними до ознак булінгу, не бути байдужими, а виявивши ситуацію, надавати підтримку жертві чи звертатися за допомогою до дорослих, яким вони довіряють. Це може сприяти активному залученню студентів у протидію булінгу та покращенню загального клімату в університеті.

Шляхи попередження булінгу в студентському середовищі вимагають комплексного підходу, включаючи розробку ефективних програм, їхню систематичну оцінку та надання конкретних рекомендацій студентам. Зосередження на психологічних аспектах булінгу, покращення механізмів протидії та створення безпечного середовища можуть бути ключовими факторами у вдалому запобіганні та подоланні цього серйозного соціального явища. Незважаючи на досягнуті успіхи, необхідно продовжувати вдосконалювати програми та сприяти формуванню університетського середовища, яке заохочує повагу, взаємодопомогу та підтримку між його учасниками.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Профілактика явища булінгу в учнівському середовищі. Ужгородський національний університет.
URL: <https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/24172> (дата звернення: 19.09.2023).
2. Тілікіна Н. В., Гольцберг К. О., Мельниченко А. МОДУЛЬ 1. Булінг (цькування) як явище, його форми та учасники. URL: <https://nupp.edu.ua/uploads/files/0/main/deps/ps/buling/module1/buling-iak-iavische.pdf> (дата звернення: 19.09.2023).
3. How does the school built environment impact students' bullying behaviour? A scoping review. Social Science & Medicine.
URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0277953622007572> (date of access: 19.09.2023).
4. Діагностика булінгу (цькування) в закладі освіти. Модуль 3.
URL: <https://nupp.edu.ua/uploads/files/0/main/deps/ps/buling/module3/konspekt.pdf> (дата звернення: 19.09.2023).
5. A review of psychological factors related to bullying victimization in schools. Aggression and Violent Behavior.
URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1359178912000420> (date of access: 19.09.2023).
6. Youth violence and <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/youth-violence> (date of access: 19.09.2023).
7. Гендерне насильство в школах є значною перешкодою для права на освіту | ЮНЕСКО та <https://www.unesco.org/en/articles/gender-based-violence-schools-significant-barrier-right-education> (дата звернення: 19.09.2023).
8. Associations of psychological factors, parental involvement, and adverse health behaviors with bullying among tunisian middle school students - BMC Psychology. BioMed Central.
URL: <https://bmcpsychology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-023->

- 01190-7 (date of access: 19.09.2023).
9. STOP bullying. Біотехнологічний Ліцей Радовель. URL: <https://radowell-lyceum.org.ua/en/stop-bullying.html> (date of access: 19.09.2023).
 10. Bullying and School Climate: Associations and Group Differences. Bullying and School Climate. URL: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED565009.pdf> (date of access: 19.09.2023).
 11. A Study of Personal and Environmental Factors Influencing Bullying. Su-Jeong Kim. URL: <https://d-nb.info/981396682/34> (date of access: 19.09.2023).
 12. Програма «Профілактика та подолання булінгу у закладах освіти». Всеосвіта. URL: <https://vseosvita.ua/library/embed/01007zjx-d8ad.docx.html> (дата звернення: 19.09.2023).
 13. Salisbury J. Challenging Macho Values: Ways of Working with Boys in Secondary Schools. Routledge Falmer, 1999. 338p. URL: <http://site.ebrary.com/lib/bckharkiv/Doc?id=100957668> (дата звернення 19.09.2023).
 14. Волинець Л., Дорошок Т., Євсюкова М. та ін. Система захисту дітей від жорстокого поводження: навч.-метод. посіб. К.: Держсоцслужба, 2005. – 395 с.
 15. Профілактика явища булінгу в учнівському середовищі. Крок на зустріч. URL: <https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/24172> (дата звернення: 19.09.2023).
 16. Булінг в освітньому середовищі. URL: https://khmnu.edu.ua/wp-content/uploads/buling_v_osvitnimy_seredovyshi.pdf (дата звернення: 19.09.2023).
 17. Булінг в школі: як його виявити та що робити – корисні поради. 24 Канал. URL: https://24tv.ua/education/buling-uchniv-shkoli-yak-yogo-viyaviti-shho-robiti-novini-ukrayini_n1595127 (дата звернення: 21.09.2023).
 18. Метод Фарста. URL: <http://vyshneveschool2.edukit.kiev.ua/Files/downloadcenter/Метод%20Фарста.pdf> (дата звернення: 22.09.2023).

- 19.Redakcja. «Булінг» у новій школі: що з цим робити. UAinKrakow.pl. URL: <https://uainkrakow.pl/bulinh-u-novii-shkoli-shcho-z-tsym-robyty/> (дата звернення: 21.09.2023).
- 20.Postoian T. H., Novitska I. V. Research into the state of prevention and counteraction to bullying in the educational institutions: applied aspect. Pedagogical sciences reality and perspectives. 2019. Vol. 70. P. 203–209. URL: <https://doi.org/10.31392/2311-5491/2019-70.49> (date of access: 21.09.2023).
- 21.Опитувальник OLWEUS для здійснення моніторингу в закладі освіти. Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка». URL: <https://nupp.edu.ua/uploads/files/0/main/deps/ps/buling/module3/dodatok-5.pdf> (дата звернення: 22.09.2023).
- 22.Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність». EzTests.xyz. URL: https://www.eztests.xyz/tests/social_mlo/ (дата звернення: 22.09.2023).
- 23.ED School Climate Surveys (EDSCLS) - Questionnaires. National Center for Education Statistics (NCES) Home Page, a part of the U.S. Department of Education. URL: <https://nces.ed.gov/surveys/edscls/questionnaires.asp> (date of access: 22.09.2023).
- 24.Богдан В. М. Проблема шкільного булінгу серед підлітків. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. 2019. Т. 9. С. 212–219. URL: <https://doi.org/10.31812/psychology.v9i0.3742> (дата звернення: 13.12.2023).
- 25.БОЙЧУК П. М., КОЗИГОРА М. А., РОМАНЮК А. М. БУЛІНГ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ЯВИЩЕ У СУЧАСНОМУ ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРИ. АКАДЕМІЧНІ СТУДІЇ. СЕРІЯ «ПЕДАГОГІКА». 2021. Т. 2, № 3. С. 10–16. URL: <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2021.3.2.2> (дата звернення: 13.12.2023).
- 26.Віктор В. В. Особливості профілактики булінгу серед підлітків : thesis. 2020. URL: <http://ir.stu.cn.ua/123456789/20891> (дата звернення: 13.12.2023).
- 27.ДЕНИСЮК М. М. ВПЛИВ ВІЙНИ НА БУЛІНГ У ШКІЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ. Європейські перспективи. 2023. № 3. С. 72–80. URL:

- <https://doi.org/10.32782/ep.2023.3.9> (дата звернення: 13.12.2023).
28. Залозна Г. В. Особистісні характеристики жертв булінгу серед підлітків : магістерська робота. 2020. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/handle/12345/4362> (дата звернення: 13.12.2023).
29. Зварич І. Булінг у закладах освіти України і США. *New pedagogical thought*. 2020. Т. 102, № 2. С. 3–7. URL: <https://doi.org/10.37026/2520-6427-2020-102-2-3-7> (дата звернення: 13.12.2023).
30. Лащик Н. ДИСКУРС ПЛІТОК І ПІДЛІТКОВИЙ БУЛІНГ. *SPECIALIZED AND MULTIDISCIPLINARY SCIENTIFIC RESEARCHES / chair С. Литвин-Кіндратюк*. 2020. URL: <https://doi.org/10.36074/11.12.2020.v4.07> (дата звернення: 13.12.2023).
31. Мар'яновська В. В. Булінг: вітчизняний та закордонний досвід. *Review of transport economics and management*. 2019. Вип. 2 (18). С. 147–154.
32. Омельченко І. В. Булінг у школі : thesis. 2019. URL: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/39215> (дата звернення: 13.12.2023).
33. Падучак О. Булінг: міфи та реальність. *Юридичний вісник України*. 2019. 12–18 лип. С. 12–13.
34. Петечел О. БУЛІНГ: ОКРЕМІ АСПЕКТИ ЗАПОБІГАННЯ. *DÉBATS SCIENTIFIQUES ET ORIENTATIONS PROSPECTIVES DU DÉVELOPPEMENT SCIENTIFIQUE*. 2021. URL: <https://doi.org/10.36074/logos-01.10.2021.v1.11> (дата звернення: 13.12.2023).
35. Седюк Д. Булінг, або гра за владу. *Країна знань*. 2018. № 1/2 (128). С. 47–50.
36. Сидоренко А. Ю. Анонімне анкетування як спосіб виявлення булінгу серед медиків. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2017. Т. 4, № 1 (7). С. 100–106.
37. СОРОЧАН Д. А. БУЛІНГ: ПОНЯТТЯ, ІСТОРІЯ ІСНУВАННЯ, ХАРАКТЕРИСТИКА. *Scientific Journal of Public and Private Law*. 2019. № 6. С. 12–19. URL: <https://doi.org/10.32844/2618-1258.2019.6.2> (дата звернення: 13.12.2023).
38. Сумцова С. Г. Медіація у школі : thesis. 2013. URL:

- <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/34178> (дата звернення: 13.12.2023).
- 39.Теслюк В., Куль А. ОСЛІДЖЕННЯ ПОШИРНОСТІ БУЛІНГУ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ. *SWorldJournal*. 2018. № 13-03. С. 126–130. URL: <https://doi.org/10.30888/2663-5712.2022-13-03-033> (дата звернення: 13.12.2023).
- 40.Філіппова Л. В. ПРОФЕСІЙНА РЕФЛЕКСІЯ ВИКЛАДАЧА У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ. *Наукові записки*. 2021. № 145. С. 199–207. URL: <https://doi.org/10.31392/nz-npu-145.2019.22> (дата звернення: 13.12.2023).
- 41.Фомічова О. В. НЕГАТИВНІ НАСЛІДКИ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ. *Visnik Zaporiz'kogo naciонаi'nogo universitetu. Pedagogicni nauki*. 2020. № 1. С. 303–310. URL: <https://doi.org/10.26661/2522-4360-2020-1-47> (дата звернення: 13.12.2023).
- 42.Onufriieva L., Honcharuk N. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ БУЛІНГУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЩІ. *Psychological journal*. 2019. Т. 22, № 2. С. 25–39. URL: <https://doi.org/10.31108/1.2019.2.22.2> (дата звернення: 13.12.2023).
- 43.Yukhymenko N. Феномен булінгу у контексті соціалізації особистості. *Sociological studios*. 2020. № 2(17). С. 24–29. URL: <https://doi.org/10.29038/2306-3971-2020-02-24-29> (дата звернення: 13.12.2023).

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник UCLA

№	Ствердження	Ніколи	Рідко	Іноді	Часто
1*	Я відчуваю, що знаходжуся в гармонії з оточуючими мене людьми	20	10	10	0
2	Я відчуваю відсутність в дружньому спілкуванні	0	20	20	0
3	Немає нікого, до кого я міг би звернутися	0	20	20	0
4*	Я не відчуваю себе самотнім	0	20	20	0
5*	Я відчуваю себе частиною групи друзів	20	10	10	0
6*	У мене є багато спільного з оточуючими людьми	20	10	10	0
7	Я більше не замикаюся в себе	20	10	10	0
8	Ніхто з оточуючих не поділяє моїх інтересів і думок	20	10	10	0
9*	Я - людина, легко віддаляється від інших людей	20	10	10	0
10*	Є люди, до яких я відчуваю глибокі почуття	20	10	10	0
11	Я відчуваю себе залишеним	0	20	20	0
12	Мої соціальні зв'язки не глибокі	0	20	20	0
13	Ніхто не знає мене насправді	0	20	20	0
14*	Я відчуваю себе ізольованим від інших людей	0	20	20	0
15*	Я можу знайти друзів, як тільки мені захочеться	20	10	10	0
16*	Є люди, які насправді розуміють мене	20	10	10	0
17	Я нещасливий через віддаленість від людей	0	20	20	0
18	Люди навколо мене, але не зі мною	0	20	20	0
19*	Є люди, з якими я можу поговорити	20	10	10	0
20*	Є люди, до яких я можу звернутися	20	10	10	0

Анкета поведінки учасників булінгу (BPBQ)

Хуліган

1. Я обізвав іншого учня поганими словами
2. Я висміяв іншого учня
3. Я навмисно пропустив іншого учня
4. Я проігнорував іншого студента*
5. Я штовхнув, вдарив або вдарив іншого учня
6. Я навмисно врізався в іншого учня*
7. Я сказав неправду про іншого студента
8. Я намагався змусити людей не любити іншого учня
9. Я вкрав речі в іншого учня
10. Я пошкодив або зламав щось, що належало іншому студенту*
11. Я словесно погрожував іншому студенту*
12. Я змусив іншого учня робити те, чого він не хотів*
13. Я кидав речі в іншого учня
14. Я навмисне спіткнув іншого учня*
15. Я сказав погані речі про іншого учня
16. Я говорив про когось за його спиною
17. Коли хтось інший почав поширювати чутки, я приєднався*
18. Коли хтось ігнорував іншого студента, я приєднувався*
19. Коли когось штовхали, били кулаками або ляпасами, я зупинявся, щоб подивитися*
20. Коли хтось інший почав штовхати або штовхати студента, я приєднався*

Помічник

21. Коли хтось висміював іншого учня, я приєднався
22. Коли хтось усно погрожував іншому студенту, я приєднався
23. Коли хтось змушував студента робити те, чого він не хотів робити, я приєднувався*
24. Коли хтось інший говорив неправду про іншого студента, я приєднався*
25. Коли хтось наштовхнувся на іншу людину, я приєднався
26. Я висміював когось, коли його штовхнули, били кулаками або ляпасами
27. Я висміював когось, кого обзивали
28. Коли хтось інший зламав щось, що належало іншому учневі, я зупинився, щоб подивитися

- 29. Коли хтось інший навмисне спіткнув іншого студента, я сміявся
- 30. Коли хтось інший навмисне вибив книги з рук іншого учня, я розсміявся
- 31. Коли хтось ще вщипнув або тицьнув іншого студента, я приєднався
- 32. Коли хтось інший кинув щось в іншого студента, я приєднався

Жертва

- 33. Мене називали злими словами
- 34. Наді мною висміяли
- 35. Мене навмисно залишили поза увагою
- 36. Мене ігнорували
- 37. Мене штовхали, били кулаками або ляпасами
- 38. Мене штовхнули або штовхнули
- 39. Люди говорили про мене неправду
- 40. Люди намагалися змусити інших мене не любити
- 41. Мені погрожували інші
- 42. Люди пошкодили або зламали те, що належало мені*
- 43. У мене відібрали речі
- 44. Люди змушували мене робити те, чого я не хотів робити *
- 45. Мене навмисно спіткнув інший учень *
- 46. У мене навмисне вибивали книжки з рук *
- 47. Мене вщипнули або тицяли *
- 48. У мене щось кинули *

Захисник

- 49. Я намагався змусити людей припинити поширювати чутки про інших*
- 50. Коли я бачив, як хтось погано ставиться до інших, я погрожував розповісти дорослому, якщо це не припиниться*
- 51. Я сказав комусь, що приставати до інших – це підло, і їм не слід цього робити*
- 52. Я намагався зробити так, щоб хтось почувався краще після того, як його обіграли *
- 53. Я намагався з кимось подружитися після того, як його обіграли
- 54. Я заохочував когось розповісти дорослому про це після того, як його обіграли
- 55. Я захищав когось, кажучи людям, що чутки не відповідають дійсності*
- 56. Я захищав когось, кого штовхали, били кулаками або ляпасами

57. Коли я бачив, як когось об'єднують, я сказав дорослому*
58. Я захищав когось, у кого навмисно відібрали речі
59. Я захищав когось, кого обзивали
60. Я намагався включити когось, якщо його навмисно виключили
61. Я допоміг комусь, у кого навмисне вибили книжки з рук
62. Я допоміг комусь, кого навмисно спіткнули
63. Коли я бачив, як комусь завдали фізичних ушкоджень, я розповідав про це дорослому
64. Я захищав когось, кого, на мою думку, навмисно обманювали
- Аутсайдер
65. Я ігнорував брехню, яку люди поширювали про інших студентів*
66. Я проігнорував це, коли побачив, що хтось погрожує іншому студенту*
67. Я вдавав, що не помічаю, коли іншого учня штовхали, били кулаками або ляпасами*
68. Я робив вигляд, що не помічаю, коли в іншого учня відбирали або крали речі
69. Я робив вигляд, що не помічаю, коли про інших студентів поширюються чутки
70. Я проігнорував це, коли побачив, що хтось висміює іншого учня
71. Я зробив вигляд, що не помічаю ситуації, яка навмисно залишила когось поза увагою
72. Я ігнорував, коли хтось обзивав іншого учня*
73. Я ігнорував це, коли бачив, як хтось ламає або псує речі іншого учня
74. Я пішов геть, коли побачив, що когось об'єднують*
75. Я зробив вигляд, що не помітив, коли хтось інший навмисно вибив підручники з рук іншого учня*
76. Я зробив вигляд, що не помітив, коли хтось навмисне підчепив іншого учня
77. Я ігнорував це, коли хтось інший щипав або штовкав іншого учня
78. Я ігнорував це, коли хтось інший кидав щось в іншого учня
79. Я ігнорував це, коли хтось інший обдурив іншого учня
80. Я робив вигляд, що не помічаю, коли хтось руйнує майно іншого студента

Опитувальник OLWEUS для здійснення моніторингу в закладі освіти

1. Наскільки тобі подобається у школі?

Дуже не подобається

Не подобається

Не можу визначитись

Подобається

Дуже подобається

2. Ти хлопець чи дівчина?

Хлопець

Дівчина

3. Скільки хороших друзів у тебе є в класі?

Жодного

Один хороший друг

2-3 хороших друзів

4-5 хороших друзів

6 та більше хороших друзів

4. Як часто тобі доводилося переживати знущання над собою у школі за останні кілька місяців?

Наді мною не знущалися

Один чи два рази

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

5. Мені давали образливі прізвиська, насміхалися або дражнили так, що мене це зачіпало.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

6. Інші учні навмисно не залучали мене у спільні події, виключали мене зі свого кола друзів або повністю ігнорували мене.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

7. Мене штовхали, лупцювали, штурхали або навмисне залишали у закритому приміщенні.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

8. Інші учні оббріхували мене або розпускали плітки з метою погіршити ставлення оточуючих до мене.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

9. У мене забирали, пошкоджували речі або гроші.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

10. Мене залякували або примушували робити речі, які я не хочу.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

11. З мене знущалися, насміхаючись над моєю расою або кольором шкіри.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

12. З мене знущалися, використовуючи образливі прізвиська, насмішки або жести с сексуальним підтекстом.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

12а. З мене знущалися, застосовуючи телефон або комп'ютер для передавання злих або образливих повідомлень, картинок, дзвінків та повідомлень інших форматів.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

12б. Якщо з тебе знущалися по телефону або через інтернет, то як це відбувалося?

Тільки по телефону

Тільки через інтернет

Обидва варіанти

13. Наді мною знущалися іншим чином.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

14. У якому(их) класі(ах) вчатьс я учні, які знущалися над тобою?

У моєму класі

У іншому класі з моєї паралелі

У старших класах

У молодших класах

У різних класах

15. До знущань вдавалися дівчата чи хлопці?

В основному, 1 дівчина

Декілька дівчат

В основному, 1 хлопець

Декілька хлопців

І хлопці, і дівчата

16. Яка кількість учнів зазвичай брала участь у знущаннях?

В основному, 1 учень

2-3 учня

4-9 учнів

Понад 9 учнів

Різні учні з різних класів

17. Як довго тривало знущання?

1 або 2 тижні

Приблизно місяць

Приблизно півроку

Приблизно рік

Декілька років

18. Де над тобою знущалися?

На спортивному майданчику

У коридорах та на сходах

У класі (у присутності вчителя)

У класі (за відсутності вчителя)

У туалеті

У спортзалі

У їдальні

На шляху до школи або з неї

На зупинці транспорту

У шкільному автобусі

В іншому місці у школі

19. Чи казав(ла) ти комусь в останні декілька місяців, що над тобою знущаються?

Знущалися, але не казав(ла)

Знущалися і казав(ла)

19а. Кому ти казав(ла)?

Шкільному вчителю

Іншому дорослому зі школи

Комусь зі своїх батьків/опікунів

Комусь зі своїх братів/сестер

Комусь зі своїх друзів

Комусь іншому

20. Як часто хтось із вчителів або дорослих намагається втрутитись та зупинити це, якщо над учнем знущаються у школі?

Майже ніколи

Рідко

Продовження додатку В

Іноді

Часто

Майже завжди

21. Як часто інші учні намагаються втрутитись та зупинити це, якщо над учнем знущаються у школі?

Майже ніколи

Рідко

Іноді

Часто

Майже завжди

22. За останні кілька місяців чи звертався хтось із дорослих до представників школи, намагаючись зупинити знущання над тобою?

Наді мною не знущалися

Ні, ніхто не звертався до представників школи

Так, одного разу зверталися

Так, зверталися декілька разів

23. Коли ти бачиш, що знущаються над учнем твого віку, що ти думаєш або відчуваєш?

Напевне, вони того заслуговують

Не дуже їм співчуваю

У деякій мірі співчуваю їм

Дуже співчуваю та прагну допомогти

24. Як часто ти брав(ла) участь у знущанні над іншими учнями за останні декілька місяців?

Не знущався(лася) над іншими

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

25. Я давав(ла) образливі прізвиська комусь з учнів, насміхався(лась) або дражнив(ла) так, щоб їх це зачіпало.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

26. Я навмисно не залучав(ла) когось конкретного у спільні події, виключали їх зі свого кола друзів або повністю ігноруючи.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

27. Я штовхав(ла), лупцював(ла), штурхав(ла) або навмисне залишав(ла) когось у закритому приміщенні.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

28. Я розпускав(ла) плітки про когось з метою погіршити ставлення оточуючих до них.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

Продовження додатку В

29. Я забирав(ла), псував(ла) чийсь речі або гроші.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

30. Я залякував(ла) або примушував(ла) когось робити речі, які вони не хотіли робити.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

31. Я знущався(лась) над кимось, насміхаючись над їх расою або кольором шкіри.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

32. Я знущався(лась) над іншими, використовуючи образливі прізвиська, насмішки або жести с сексуальним підтекстом.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

32а. Я надсилав(ла) злі або образливі повідомлення, картинки, телефонував(ла) або інакше використовував(ла) телефон або комп'ютер.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

32б. Якщо ти знущався(лась) над кимось по телефону або через інтернет, то як це відбувалося?

Тільки по телефону

Тільки через інтернет

Обидва варіанти

33. Я знущався(лась) над кимось іншим чином.

Такого не траплялося

Траплялося раз або двічі

2-3 рази на місяць

Приблизно раз на тиждень

Декілька разів на тиждень

34. За останні кілька місяців чи говорив з тобою класний керівник або учителі стосовно твого знущання над кимось із учнів у школі?

Не знущався(лась) над іншими

Зі мною ніхто не говорив

Так, одного разу говорили

Так, говорили декілька разів

35. За останні декілька місяців чи говорили з тобою дорослі вдома стосовно твого знущання над кимось із учнів у школі?

Не знущався(лась) над іншими

Зі мною ніхто не говорив

Так, одного разу говорили

Так, говорили декілька разів

36. Чи вважаєш ти, що можеш приєднатися до знущання над учнем, який тобі не подобається?

Так

Так, можливо

Я не знаю

Ні, напевно, не стану

Ні

Точно ні

37. Як ти зазвичай реагуєш, якщо бачиш чи дізнаєшся, що над учнем твого віку знущається інший учень чи група учнів?

Я такого ніколи не помічав(ла)

Я долучаюся до знущань

Я такого не роблю, але вважаю це нормою

Я просто спостерігаю за тим, що відбувається

Я хотів би допомогти

Я намагаюся допомогти

38. Як часто тебе лякає ймовірність знущань над тобою іншими учнями школи?

Ніколи

Рідко

Іноді

Досить часто

Часто

Дуже часто

39. Загалом, як, на твою думку, твій класний керівник вплинув на припинення знущань в класі протягом останніх місяців?

Дуже мало або ніяк

Досить мало

В деякій мірі вплинув

Добре вплинув

Дуже добре вплинув

40. Як би ти себе описав(ла)?

Продовження додатку В

Вихідні дані до опитувальника «Швидкий тест на виявлення булінгу»

Питання	Відповіді
Чи бувають у тебе конфлікти з однокласниками?	1, 1, 1, ..., 1 (40 разів)
Чи ображають тебе однокласники?	1, 1, 1, ..., 1 (33 разів), 2, 2, ..., 2 (7 разів)
Чи знущаються над тобою однокласники?	1, 1, 1, ..., 1 (32 разів), 2, 2, ..., 2 (8 разів)
Чи б'ють тебе однокласники?	1, 1, 1, ..., 1 (17 разів), 2, 2, ..., 2 (23 разів)
Чи псують твої речі однокласники?	1, 1, 1, ..., 1 (25 разів), 2, 2, ..., 2 (15 разів)
Чи намагаються тебе ізолювати від інших однокласників?	1, 1, 1, ..., 1 (26 разів), 2, 2, ..., 2 (14 разів)
Чи поширюють про тебе плітки?	1, 1, 1, ..., 1 (21 разів), 2, 2, ..., 2 (19 разів)
Чи шантажують тебе?	1, 1, 1, ..., 1 (18 разів), 2, 2, ..., 2 (22 разів)
Чи погрожують тобі?	1, 1, 1, ..., 1 (21 разів), 2, 2, ..., 2 (19 разів)
Чи примушують тебе робити те, що ти не хочеш робити?	1, 1, 1, ..., 1 (25 разів), 2, 2, ..., 2 (15 разів)
Чи відчуваєш ти себе небезпечно, коли перебуваєш у школі?	1, 1, 1, ..., 1 (26 разів), 2, 2, ..., 2 (14 разів)
Чи змінився твій настрій і поведінка після того, як ти став жертвою булінгу?	1, 1, 1, ..., 1 (27 разів), 2, 2, ..., 2 (13 разів)
Чи звертався ти до когось за допомогою з приводу булінгу?	1, 1, 1, ..., 1 (20 разів), 2, 2, ..., 2 (20 разів)
Чи хотів би ти, щоб булінг припинився?	1, 1, 1, ..., 1 (39 разів), 2 (1 раз)
Чи думаєш ти, що ти заслуговуєш на те, щоб з тобою так ставилися?	1, 1, 1, ..., 1 (28 разів), 2, 2, ..., 2 (12 разів)

Вихідні дані до анкети поведінки учасників булінгу (BPBQ)

Питання	Відповідь 1	Відповідь 2	Відповідь 3	Відповідь 4	Загальна кількість
Хуліган	0	0	17	23	40
Помічник	10	12	13	5	40
Жертва	13	10	9	8	40
Захисник	13	12	10	5	40
Аутсайдер	22	10	6	2	40

Вихідні дані до опитувальника UCLA

Питання	Відповідь 1	Відповідь 2	Відповідь 3	Відповідь 4	Загальна кількість
Я відчуваю, що знаходжуся в гармонії з оточуючими мене людьми	17	11	12	0	40
Я відчуваю відсутність в дружньому спілкуванні	10	18	12	0	40
Німа нікого, до кого я міг би звернутися	15	14	11	0	40
Я не відчуваю себе самотнім	20	12	8	0	40
Я відчуваю себе частиною групи друзів	20	13	7	0	40
У мене є багато спільного з оточуючими людьми	20	13	7	0	40
Я більше не замикаюся в себе	19	15	6	0	40
Ніхто з оточуючих не поділяє моїх інтересів і думок	10	18	12	0	40
Я - людина, легко віддаляється від інших людей	10	18	12	0	40
Є люди, до яких я відчуваю глибокі почуття	19	13	8	0	40
Я відчуваю себе залишеним	11	18	11	0	40
Мої соціальні зв'язки не глибокі	11	18	11	0	40
Ніхто не знає мене насправді	10	18	12	0	40
Я відчуваю себе ізольованим від інших людей	14	16	10	0	40
Я можу знайти друзів, як тільки мені захочеться	10	18	12	0	40
Є люди, які насправді розуміють мене	19	13	8	0	40
Я нещасливий через віддаленість від людей	12	17	11	0	40
Люди навколо мене, але не зі мною	11	18	11	0	40
Є люди, з якими я можу поговорити	20	13	7	0	40
Є люди, до яких я можу звернутися	20	13	7	0	40