

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»

Факультет психології, політології соціології

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота -

Бакалаврський дослідницький проєкт

053 «Психологія»

на тему:

**«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ
(АГРЕСИВНІСТЬ, ЕМПАТІЯ, ПІДТРИМКА ОДНОЛІТКІВ) У
ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ»**

Виконала: здобувач 4 курсу 3 групи

галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові
науки»

спеціальність 053 «Психологія»

Гур'янова Вікторія Вікторівна

Керівник: к.ю.н., доцент Будяченко О. М

Рецензент: к.ю.н., доцент Афонін Д. С

Одеса – 2026

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»

Факультет психології, політології та соціології
 Кафедра психології
 Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)
 Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
 Спеціальність 053 «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідуюча кафедрою психології
 д.ю.н., канд. психол.н., проф.
 О.М.Цільмак

« ____ » _____ 20 ____ року

З А В Д А Н Н Я НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ (бакалаврський дослідницький проект) Гур'янова Вікторія Вікторівна

1. Тема роботи «Соціально-психологічні чинники проявів булінгу (агресивність, емпатія, підтримка однолітків) у підлітковому віці»,
 Керівник роботи Будяченко Ольга Миколаївна, кандидат юридичних наук, доцент,
 затверджені наказом НУ «ОЮА» від « _ » _ 2026 року № _
2. Строк подання здобувачем роботи ____ 2026 року _____
3. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

/п	Назва етапів бакалаврської роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	Підготовка концепції К.Р. і затвердження плану К.Р.	грудень, 2025	
2.	Вивчення нормативного матеріалу, спеціальної літератури, аналіз та узагальнення матеріалів	грудень, 2025	
3.	Написання Вступу	грудень, 2025	
4.	Написання 1 розділу М.Р.	січень, 2026	
5.	Написання 2 розділу М.Р.	січень, 2026	
6.	Написання Висновків	лютий, 2026	
7.	Подання К.Р. на кафедру та рецензування	лютий, 2026	
8.	«Малий захист» К.Р. на кафедрі	квітень, 2026	
9.	Прийняття рішення про допуск К.Р. до захисту	травень, 2026	
10.	Захист К.Р. в ЕК	червень, 2026	

Здобувач

_____ (підпис)

_____ (ініціал та прізвище)

Керівник роботи

_____ (підпис)

_____ (ініціал та прізвище)

АННОТАЦІЯ

Гур'янова В.В. Соціально-психологічні чинники проявів булінгу (агресивність, емпатія, підтримка однолітків) у підлітковому віці. Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Бакалаврський дослідницький проєкт на здобуття бакалаврського рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія». Національний університет «Одеська юридична академія», Одеса, 2026 рік.

У представленій роботі було теоретично обґрунтовано та практично досліджено соціально-психологічні передумови виникнення булінгу серед молоді, зокрема, рівень агресії, здатності до емпатії та підтримки з боку ровесників. Необхідність дослідження зумовлена значним поширенням насилля в учнівських колективах та його згубним впливом на психологічне здоров'я, міжособистісні стосунки та загальний процес соціалізації підлітків.

У рамках цієї роботи було критично осмислено наукові погляди на проблему булінгу, визначено психологічні аспекти агресивності як фактора деструктивної поведінки, емпатії як важливого механізму регулювання соціальної взаємодії, а також підтримки однолітків як дієвого засобу профілактики насильства. Окреслено етапи планування та проведення дослідження, обґрунтовано вибір методології та інструментарію для психодіагностики.

Фундаментом цього дослідження є сукупність взаємопов'язаних методів: теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація, порівняльний аналіз), емпіричні (спостереження, анкетування, тестування), інтерпретаційні (аналітична та концептуальна інтерпретація результатів) та математично-статистичні методи обробки даних. Такий підхід забезпечив глибину дослідження та достовірність отриманої інформації.

Було розроблено авторську анкету для аналізу проявів булінгу та соціально-психологічних факторів у середовищі підлітків. Проведено аналіз результатів попереднього опитування та психодіагностичної роботи з використанням стандартизованих методик, націлених на визначення рівня тривожності, емпатії та особливостей міжособистісних взаємин у шкільних колективах.

У роботі запропоновано практичні рекомендації щодо запобігання та корекції проявів булінгу серед молоді. Ці рекомендації спрямовані на зменшення тривожності, розвиток емпатійних здібностей та формування позитивного соціально-психологічного клімату в підліткових групах.

Наукова новизна дослідження полягає в комплексному аналізі взаємозв'язку тривожності, емпатії та підтримки однолітків як ключових соціально-психологічних факторів, що впливають на прояви булінгу серед підлітків. Також уточнюється їхня роль у структурі міжособистісних взаємин у цьому віці.

Практична значущість одержаних висновків полягає в можливості застосування розроблених рекомендацій у роботі фахівців: практичних психологів освітніх установ, соціальних педагогів, класних керівників, а також у профілактичній та корекційній роботі з підлітками.

Результати проведеного дослідження можуть бути використані для розробки програм профілактики булінгу в освітньому середовищі та послугувати основою для подальших наукових праць у галузі психології підліткового віку.

Ключові слова: булінг, підлітковий вік, тривожність, емпатія, підтримка однолітків, соціально-психологічні чинники, міжособистісні стосунки, профілактика булінгу.

ABSTRACT

Huryanova V.V. Socio-psychological factors of bullying manifestations (aggressiveness, empathy, peer support) in adolescence.

Qualification scientific work in manuscript form. Bachelor research project for obtaining a Bachelor's degree in Higher Education in specialty 053 «Psychology». National University«Odesa Law Academy», Odesa, 2026.

The presentation of the robot was theoretically grounded and practically investigated the socio-psychological changes in the guilt of bullying among young people, slaughter, the level of aggression, respect for empathy and support from the side. peers The need for investigation is due to the significant increase in violence in student groups and its detrimental impact on psychological health, inter-social relations and the ignorant process of socialization podlitkov.

Within the framework of this work, the scientific view on the problem of bullying was critically assessed, the psychological aspects of aggression were identified as a factor of destructive behavior, empathy as an important mechanism for regulating social interaction, and also supports one-year-old children as a means of preventing violence. The stage of planning and carrying out the investigation has been clarified, the choice of methodology and tools for psychodiagnostics has been outlined.

The foundation of this research is a combination of interrelated methods: theoretical (analysis, synthesis, formalization, systematization, historical analysis), empirical (surveillance, questionnaires, testing), interpretation (analytical and conceptual interpretation of results) and mathematical and statistical methods of data processing. This approach ensures the depth of investigation and reliability of the captured information.

An author's questionnaire was developed to analyze the manifestations of bullying and social-psychological factors among middle-aged children. An analysis of the results of preliminary training and psychodiagnostic work with the use of

standardized techniques aimed at the level of anxiety, empathy and peculiarities of interpersonal relationships in school groups was carried out.

The robot has practical recommendations for preventing and correcting bullying among young people. These recommendations are aimed at changing anxiety, developing empathy and creating a positive socio-psychological climate in adolescent groups.

The scientific novelty of the research lies in the complex analysis of the interrelationship between anxiety, empathy and encouragement as key social and psychological factors that influence the manifestation of bullying podlitkov. Also, its role in the structure of inter-personal relationships is clarified.

The practical significance of the achievements lies in the possibility of stagnation of disaggregated recommendations from professional fachivts: practical psychologists of educational institutions, social educators, class teachers, as well as preventive and corrective robots with additives.

The results of the research can be used to develop programs for the prevention of bullying in the middle age and serve as the basis for further scientific research in the field of psychology of the late childhood age.

Keywords: bullying, adolescence, trivozhnist, empathy, peer support, socio-psychological factors, interpersonal relationships, bullying prevention.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	8
РОЗДІЛ 1. ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОВЕДЕННЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	15
1.1. Етапи, організація та методи дослідження	15
1.2. Аналіз результатів анкетування.....	17
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПРОЯВІВ БОУЛІНГУ (АГРЕСИВНІСТЬ ЕМПАТІЯ, ПІДТРИМКА ОДНОЛІТКІВ) У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	26
2.1. Аналіз результатів емпіричного дослідження	26
2.2. Практичні рекомендації для профілактики та корекції проявів булінгу у підлітковому віці	35
ВИСНОВКИ.....	37
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	40
ДОДАТКИ.....	44

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Сучасний підлітковий період відзначається значною соціальною напруженістю, бурхливим становленням взаємин між людьми та сильним впливом оточення однолітків на формування моделі поведінки особистості. Враховуючи це, питання цькування постає надзвичайно гостро, адже воно є одним із найчастіших негативних соціально-психологічних феноменів, що спостерігаються у шкільному середовищі.

Булінг - це така форма насильницької поведінки, яка повторюється, коли є нерівність сил між тими, хто її чинить, і тим, хто її зазнає. Вона може проявлятися у вигляді ударів, образливих слів чи психологічного тиску. Наслідки такого явища руйнівні для всіх залучених, проте найбільш згубними вони є для жертв, у яких згодом можуть розвинутися страхи, низька самооцінка, відчуття самотності та психологічні розлади.

У процесі виникнення та розгортання ситуацій булінгу значну роль відіграють соціально-психологічні чинники. До найважливіших з них належать: схильність до агресії, здатність до співпереживання (емпатія) та підтримка з боку однолітків. Саме ці аспекти визначають, як саме спілкуватимуться підлітки, наскільки вони готові до агресивної чи, навпаки, конструктивної взаємодії, а також чи вміють вони контролювати свої емоції, коли виникають конфлікти.

Емпатія постає як цінний психологічний ресурс, що дає змогу розуміти почуття інших та сприяє формуванню ставлення до людей, яке базується на повазі. З іншого боку, підвищена агресивність може стати причиною жорстокої поведінки та деструктивної взаємодії в колективі. Водночас, підтримка з боку однолітків виступає вагомим захисним механізмом, зменшуючи ймовірність соціального відчуження та посилюючи загальне відчуття безпеки у підлітковому середовищі.

Зважаючи на вищезазначене, всебічне дослідження соціально-психологічних передумов, що впливають на вияви булінгу, є важливим як для теорії, так і для практики. Це дозволяє створювати ефективні стратегії, спрямовані на попередження та виправлення деструктивної поведінки серед підлітків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження проблематики булінгу в освітньому середовищі, відомої як булінг, на сьогоднішній день є надзвичайно важливою темою в галузях психології, педагогіки та соціології [5]. Зростаюча поширеність деструктивних форм поведінки серед юних поколінь, збільшення кількості інцидентів психологічного тиску в навчальних закладах, а також згубний вплив таких проявів на ментальне здоров'я індивіда - все це стимулює науковців до поглибленого вивчення соціально-психологічного підґрунтя цього феномену [6,7]. Проблема булінгу стала об'єктом пильної уваги останніми роками, що зумовлено наростанням конфліктності у підлітковому середовищі, поширенням онлайн-насильства (кібербулінгу) та загальним погіршенням психоемоційного стану дітей та молоді [17].

Термін «булінг» популяризував норвезький психолог Дан Ольвеус, значну частину своїх наукових праць присвятивши вивченню агресії серед учнів. Він трактував булінг як повторювану агресивну дію, спрямовану на приниження, залякування чи відчуження іншої особи, де спостерігається дисбаланс влади між кривдником та його мішенню [19]. Науковець зазначав, що булінг може мати фізичні, словесні, психологічні чи соціальні прояви, а його наслідки можуть суттєво впливати на психологічний розвиток дитини впродовж тривалого часу [21].

В сучасних психологічних дослідженнях булінг трактується як багатогранне соціально-психологічне явище, що формується під впливом особистісних, взаємозв'язків та суспільних факторів [31,32]. Експерти підкреслюють, що пояснити причини появи булінгу виключно рисами характеру агресора чи жертви неможливо. Вагому роль відіграють специфіка виховання в сім'ї, соціальне оточення, групові взаємодії, емоційне середовище у колективі, а також рівень формування у підлітків моральних принципів [2].

Значний вклад у вивчення агресивної поведінки зробив Альберт Бандура. В рамках теорії соціального навчання він продемонстрував, що моделі агресивної поведінки формуються шляхом спостереження та відтворення дій значущих особистостей [28]. Діти та підлітки переймають агресивні способи реагування, спостерігаючи за поведінкою батьків, ровесників, медійних героїв та інших соціальних взірців. А. Бандура наголошував, що агресія може закріплюватися через систему заохочень та підкріплень, коли агресивні дії допомагають особистості досягти бажаного результату або отримати визнання в групі [3].

Питанням агресивності також займалися такі науковці, як Л. Берковіц, К. Лоренц, Е. Фромм, А. Басс та інші. Л. Берковіц розглядав агресію як відповідь на фрустрацію та негативні емоційні стани. Е. Фромм розрізняв доброякісну та злоякісну агресію, пов'язуючи її прояви з особливостями соціального розвитку особистості [26]. А. Басс запропонував класифікацію форм агресивних проявів, виділивши фізичну, вербальну, непрямую агресію, негативізм, образливість та підозрілість [25].

У підлітковому віці агресивність часто посилюється через характерні для цього періоду психологічні особливості [30]. Підлітковий вік визначається емоційною нестабільністю, прагненням до самоствердження, підвищеною чутливістю до оцінки оточення та бажанням зайняти певне місце серед ровесників [29]. Саме тому агресивна поведінка нерідко використовується як метод демонстрації сили, здобуття авторитету або встановлення домінування в колективі [20].

Важливе місце у дослідженні соціально-психологічних факторів булінгу займає проблема емпатії. Питання емпатії активно досліджували К. Роджерс, М. Гоффман, Д. Майєрс, Т. Ліппс та інші вчені. Емпатія сприймається як здатність людини розуміти емоційний стан іншої людини, співчувати їй та адекватно реагувати на її переживання [24]. Згідно з думкою Мартіна Гоффмана, розвиток емпатії є ключовою умовою морального становлення особистості та формування гуманістичних цінностей [22].

За словами М. Гоффмана, низький рівень емпатії часто корелює зі схильністю до проявів агресії, жорстокості та байдужого ставлення до страждань інших [18]. Особи, позбавлені здатності до співчуття, менше усвідомлюють емоційні наслідки своїх дій для оточуючих, що може створювати підґрунтя для булінгу. На противагу цьому, високий ступінь емпатії діє як механізм психологічного захисту, пригнічуючи агресивні нахили та стимулюючи розвиток толерантності, взаємодопомоги та здорових міжособистісних стосунків [16].

К. Роджерс у своїх наукових роботах акцентував увагу на значенні емпатійного підходу в контексті міжособистісної комунікації [27]. Учений вважав, що здатність сприймати та розуміти іншу людину є фундаментом для побудови гармонійних соціальних взаємин та досягнення психологічного благополуччя індивіда. Натомість, недостатність емпатії може ставати причиною формування байдужості, схильності до конфліктів та агресивної поведінки [11].

Актуальним напрямком сучасних досліджень є вивчення ролі підтримки з боку однолітків як превентивного заходу проти булінгу. Питаннями соціальної підтримки займалися такі вчені, як С. Кобб, Г. Кассел, Н. Коен та інші. Соціальна підтримка визначається як комплекс міжособистісних зв'язків, що надає людині емоційну допомогу, відчуття приналежності, безпеки та входження до певної спільноти. У підлітковому віці саме ровесники стають одним з найважливіших джерел соціального впливу, підтримки та формування самооцінки [9].

Дослідження свідчать, що позитивна підтримка з боку однолітків сприяє зміцненню самовпевненості, зменшенню рівня тривожності та успішній соціальній адаптації молоді. Наявність дружніх стосунків у колективі знижує ризик виникнення булінгу та допомагає жертвам насильства ефективніше долати негативні психологічні наслідки. На противагу цьому, соціальна ізоляція, відторгнення групою та брак підтримки можуть посилювати емоційні

переживання підлітків та збільшувати ймовірність віктимної (жертви) поведінки[12].

У сучасній науковій літературі булінг все частіше розглядається як результат взаємодії декількох соціально-психологічних факторів. Дослідники наголошують на тісному взаємозв'язку між агресивністю, рівнем емпатії та підтримкою з боку однолітків. Встановлено, що високий рівень агресивності в поєднанні з низьким рівнем емпатії та недостатньою соціальною підтримкою суттєво підвищує ймовірність проявів булінгу в підлітковому середовищі [8].

Проблематику булінгу в українській психології досліджували такі науковці, як Л. Найдьонова, О. Лазоренко, Н. Максимова, Т. Миронюк, І. Кон та інші [10].

У працях цих авторів розглядаються психологічні характеристики осіб, залучених до булінгу, вплив родинного оточення та навчального простору на формування агресивної поведінки, а також методи запобігання насильству серед юних громадян. Приділяється вагома увага важливості формування сприятливого освітнього клімату, вдосконаленню емоційного рівня підлітків та розвитку способів мирного вирішення конфліктів [4].

Діяльність сучасних науковців також фокусується на проблемі онлайн-цькування, що набуло значного поширення через активне використання мережевих платформ та цифрових інструментів. Онлайн-цькування проявляється через постійне переслідування, образи, приниження чи поширення негативних відомостей у віртуальному просторі. Дослідники наголошують, що наслідки такого виду цькування можуть бути такими ж серйозними, як і традиційного, адже психологічний тиск у цифровому світі часто є безперервним та невловимим [13].

Отже, вивчення наукових робіт демонструє, що булінг - це складне, багатогранне явище, зумовлене комплексом соціально-психологічних аспектів. Агресивність, обмежена здатність до емпатії та брак підтримки з боку ровесників є суттєвими чинниками, що сприяють появі булінгу серед підлітків. Тому вивчення співвідношення між цими елементами становить важливий

напрямок актуальних психологічних досліджень та є необхідною умовою для створення дієвих програм попередження та корекції [23].

Мета і завдання дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити соціально-психологічні чинники проявів булінгу (агресивність, емпатія, підтримка однолітків) у підлітковому віці.

Завдання дослідження:

- 1) здійснити теоретичний аналіз проблеми булінгу та його соціально-психологічних чинників.
- 2) охарактеризувати етапи організації та методи емпіричного дослідження.
- 3) провести психодіагностичне обстеження рівня емпатії та агресивності підлітків.
- 4) проаналізувати отримані емпіричні результати.
- 5) розробити практичні рекомендації щодо профілактики та корекції проявів булінгу.

Об'єкт дослідження: соціально-психологічні особливості підлітків у контексті міжособистісної взаємодії.

Предмет дослідження: соціально-психологічні чинники проявів булінгу у підлітковому віці (агресивність, емпатія, підтримка однолітків).

Методологічна база дослідження. У підґрунтя кваліфікаційного дослідження покладено систему загальнонаукових та специфічних методів пізнання. Для досягнення сформульованої мети та розв'язання поставлених дослідницьких завдань застосовано наступні наукові підходи:

- теоретичні методи: аналіз наукової літератури (синтез та критична оцінка існуючих концепцій, виявлення прогалин у дослідженнях); систематизація (впорядкування та структурування інформації для виявлення закономірностей); класифікація (розподіл об'єктів дослідження за певними ознаками); узагальнення отриманих результатів (формулювання загальних висновків на основі окремих фактів); порівняльний аналіз (зіставлення теоретичних моделей з емпіричними даними, отриманими в ході дослідження); формування

обґрунтованих висновків (синтез результатів та формулювання основних положень).

- емпіричні методи: цілеспрямоване спостереження (фіксація проявів досліджуваних явищ у реальних умовах); анкетування та тестування (застосування стандартизованих психометричних інструментів для оцінки досліджуваних характеристик).

- інтерпретаційні методи: аналітичне дослідження (розгляд отриманих даних з метою виявлення глибинних зв'язків та закономірностей); концептуальне тлумачення (інтеграція результатів дослідження в існуючий теоретичний контекст, розширення та уточнення наявних знань); компаративний аналіз (зіставлення результатів дослідження з попередніми науковими даними, представленими в психологічній літературі, виявлення схожостей та відмінностей).

- математично-статистичні методи: кількісний аналіз даних (обробка емпіричних даних з використанням методів математичної статистики).

Цей комплексний підхід забезпечив всебічне вивчення досліджуваної проблеми, поєднання теоретичного аналізу з емпіричними даними та обґрунтованість отриманих висновків.

Методики дослідження: авторська анкета «Соціально-психологічні чинники проявів булінгу (агресивність, емпатія, підтримка однолітків) у підлітковому віці», методика діагностики рівня полікомунікативної емпатії (за І. М. Юсуповим, методика реактивної та особистісної тривожності (Ч. Спілбергер).

Практичне значення одержаних результатів.Отримані результати можуть бути використані практичними психологами закладів освіти для розробки профілактичних програм, тренінгів та корекційних заходів, спрямованих на зниження рівня булінгу у підлітковому середовищі.

Структура та обсяг роботи. Бакалаврська кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 49 сторінок. Список використаної

літератури налічує 32 найменувань, а також робота містить 3 таблиці та 15 рисунків.

РОЗДІЛ 1.ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОВЕДЕННЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1 Етапи, організація та методи дослідження

Дослідження з теми «Соціально-психологічні чинники проявів булінгу (агресивність, еспатія, підтримка однолітків) у підлітковому віці» проходило в декілька етапів.

На першому етапі сформулювалася мета, завдання, об'єкт, предмет та гіпотеза дослідження.

Гіпотеза дослідження полягала в припущенні, що рівень проявів булінгу у підлітковому середовищі пов'язаний із рівнем агресивності, емпатії та соціальної підтримки однолітків: зниження емпатії та підтримки однолітків і підвищення агресивності сприяють більшій ймовірності участі у булінгових взаємодіях.

З метою емпіричного дослідження соціально-психологічних чинників проявів булінгу було розроблено та використано авторську анкету, спрямовану на виявлення особливостей міжособистісних стосунків підлітків, їхнього досвіду участі або спостереження булінгу, а також рівня підтримки з боку однолітків (див. Додаток А). Анкета була адаптована для проведення у форматі Google Forms.

Вибірка дослідження становила 40 осіб підліткового віку. У дослідженні брали участь учні закладів загальної середньої освіти, що забезпечило репрезентативність отриманих даних у межах підліткової популяції.

Базою проведення дослідження став один із закладів освіти України. Учасники дослідження були поінформовані про мету роботи, а також про конфіденційність отриманих результатів, що сприяло підвищенню щирості відповідей і достовірності емпіричних даних.

Наступним етапом стало проведення психодіагностичного обстеження, у межах якого було здійснено підбір валідних і стандартизованих методик відповідно до мети дослідження. Серед них ми обрали для дослідження Методику діагностики рівня полікомунікативної емпатії (за І. М. Юсуповим), методику шкали реактивної та особистісної тривожності (Ч. Спілбергера) [1,14,15].

Зазначені психодіагностичні інструменти є широко апробованими у психологічній практиці та дозволяють комплексно дослідити рівень емпатії як здатності до емоційного розуміння інших, а також рівень реактивної та особистісної агресивності як одного з ключових чинників проявів булінгу в підлітковому середовищі. При відборі методик враховувалися основні психометричні характеристики, зокрема валідність, надійність та стандартизованість. Валідність забезпечує відповідність методики заявленому предмету вимірювання, що у межах даного дослідження дозволяє об'єктивно оцінити рівень емпатії та агресивності. Надійність методик гарантує стабільність отриманих результатів при повторному проведенні дослідження. Високий рівень стандартизованості забезпечує однакові умови проведення діагностики та обробки результатів для всіх респондентів.

Методика діагностики рівня полікомунікативної емпатії (за І. М. Юсуповим) спрямована на визначення здатності особистості до співпереживання, емоційного розуміння інших людей та формування емпатійної поведінки у міжособистісній взаємодії. Вона дозволяє виявити рівень розвитку емпатії, що є важливим чинником соціальної адаптації підлітків та їхньої здатності до конструктивної взаємодії в колективі.

Методика реактивної та особистісної тривожності (Ч. Спілбергера) використовується для оцінки рівня тривожності як ситуативного стану та як

щодо стійкої особистісної характеристики. Вона дає можливість визначити особливості емоційного реагування підлітків на стресові ситуації, рівень внутрішнього напруження, схильність до емоційної нестабільності та імпульсивних реакцій.

Отримані результати дослідження були систематизовані та представлені у вигляді таблиць, що дало можливість здійснити їх подальший кількісний та якісний аналіз, а також виявити основні закономірності взаємозв'язку між рівнем емпатії, агресивності та соціальної взаємодії підлітків.

1.2 Аналіз результатів анкетування

Дослідження з рівня булінгу здійснювалося в декілька етапів.

На першому етапі нами було створено авторську анкету, яка складалася з 14 запитань, які були спрямовані на визначення рівня булінгу з самими респондентами під час здійснення анкетування. Вони могли самостійно оцінити власний рівень булінгу, що на нашу думку є необхідним попереднім (пілотажним) дослідженням, перед проведенням вже масштабного психодіагностичного обстеження.

В результаті анкетування нами було отримано наступні данні, які далі будуть представлені схематично.

1. Ваш вік
40 ответов

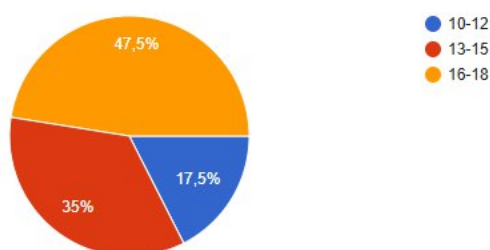


Рисунок 1.1 Вік респондентів

Дані, представлені на рисунку 1.1, демонструють, що найбільшу частку респондентів становлять особи віком 16-18 років (47,5%). Частка опитаних віком 13-15 років складає 35%, а найменший показник (17,5%) зафіксовано серед учасників вікової категорії 10-12 років.

Отримані результати свідчать про те, що переважна більшість учасників дослідження належить до старшого підліткового віку, який є особливо важливим періодом для формування емоційної сфери особистості. Водночас представництво молодших підлітків дозволяє більш комплексно дослідити особливості емоційного розвитку дітей та вплив сімейного середовища на їхній психоемоційний стан.

2. Ваша стать
40 ответов

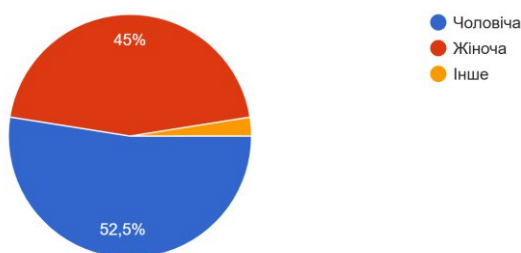


Рисунок 1.2 Стать респондентів

Рисунок 1.2. демонструє, що в дослідженні взяло участь 40 респондентів з яких 22 чоловічої статі, 18 жіночої статі. Такий переріз вибірки свідчить що, (45%) жіночої статі, чоловічої статі всього (52,5%).

4. Як ви оцінюєте свої стосунки з однолітками?
40 ответов

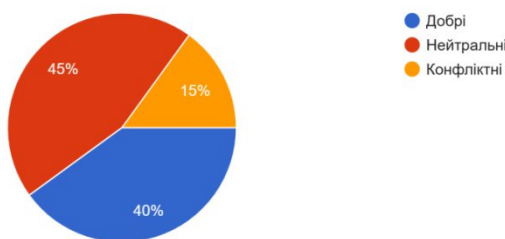


Рисунок 1.3 Оцінка своїх стосунків з підлітками

Більшість учасників на рисунку 1.4. демонструють, що іноді відчують підтримку з боку друзів та однокласників (55%). Інша частина учасників часто відчують підтримку (27,5%), а також варіант майже ніколи (17,5%). Це свідчить про те, що значна частина молоді схильна оцінювати власну вправність та вартість крізь призму суспільних стандартів і сподівань. Найбільші вагання у царині міжособистісної взаємодії можуть свідчити про вплив соціокультурних приписів краси та активне зіставлення себе з іншими,

що притаманне сучасному інформаційному простору. Водночас сумніви у стабільності соціального схвалення та фаховій/освітній галузі демонструють, що респонденти можуть відчувати складнощі, пов'язані з самооцінкою власних суспільних та розумових здібностей.

5. Чи відчуваєте ви підтримку з боку друзів та однокласників?
40 ответов

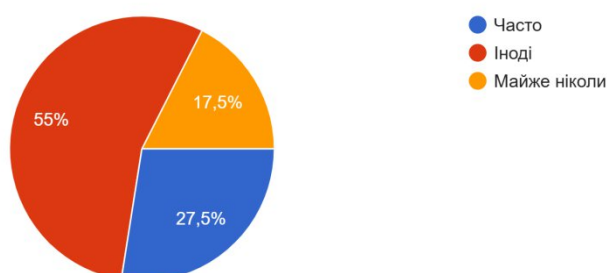


Рисунок 1.4 Відчуття підтримки у респондентів з боку друзів чи однолітків

Більшість учасників на рисунку 1.5. демонструють, що конфлікти в їхньому колективі виникають іноді (67,5%). Інша частина учасників зазначають варіант часто (20%), а також сфера рідко (12,5%). Це свідчить про те, що значна частина молоді схильна оцінювати власну вправність та вартість крізь призму суспільних стандартів і сподівань. Найбільші вагання у царині частоти зіткнень можуть свідчити про вплив соціокультурних приписів краси та активне зіставлення себе з іншими, що притаманне сучасному інформаційному простору. Водночас сумніви у стабільності взаємин та фаховій/освітній галузі демонструють, що респонденти можуть відчувати складнощі, пов'язані з самооцінкою власних суспільних та розумових здібностей.

6. Як часто у вашому колективі виникають конфлікти між підлітками?
40 ответов

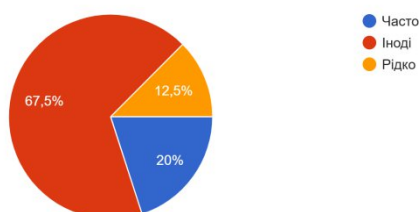


Рисунок 1.5 Частота виникнення конфліктів у підлітковому колективі

На рисунку 1.6 представлено результати опитування щодо досвіду перебування респондентів у ролі свідків насилля в підлітковому середовищі.

Наочно простежується, що майже половина опитаних осіб (47,5%) інколи стикалися з проявами цькування чи булінгу серед своїх однолітків. Водночас третина учасників дослідження (30%) зазначили, що стають свідками подібних деструктивних дій часто. Найменшу частку вибірки становлять респонденти, які ніколи не спостерігали проявів жорстокості або дискримінації у своєму оточенні - цей показник складає 22,5%.

Отримані статистичні дані свідчать про те, що переважна більшість підлітків перебуває у соціальному просторі з високим рівнем конфліктогенності та агресії. Систематичне перебування в позиції свідка насилля є потужним зовнішнім чинником, який суттєво деформує процес формування здорової самооцінки та безпечного самосприйняття молоді. Постійне спостереження за приниженням інших людей може актуалізувати внутрішні когнітивні установки безпорадності, страху та тривоги за власну безпеку, що безпосередньо стримує соціальну активність та ініціативність особистості. З позиції когнітивно-поведінкової терапії, такий несприятливий соціальний досвід часто стає підґрунтям для запуску негативних автоматичних думок, формування викривлених глибинних переконань про ворожість навколишнього світу та хронічного психологічного стресу, що вимагає цілеспрямованої психокорекційної роботи.

7. Чи були ви свідком проявів булінгу серед однолітків?
40 ответов

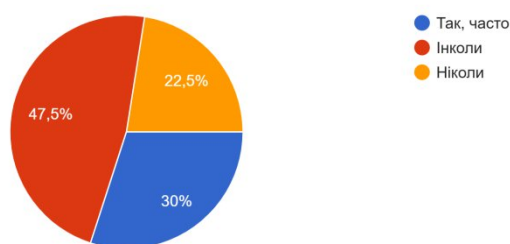


Рисунок 1.6 Частота спостереження проявів булінгу серед однолітків

На рисунку 1.7 простежується що, більшість учасників відповіли що, їм доводилося іноді особисто стикатися з булінгом (65%), інші що, вони стикалися з булінгом постійно (20%), і найменша частка респондентів що, вони ніколи особисто не стикалися з цим явищем (15%).

Такий високий сумарний показник безпосередньої залученості до ситуацій цькування (85% загалом) свідчить про глибоку травматизацію підліткового середовища. Перебування в ролі безпосередньої жертви чи активного учасника конфлікту руйнівно впливає на емоційну сферу молоді, провокуючи формування стійких деструктивних переконань про себе та оточуючих. Особистий досвід переживання насилля безпосередньо пов'язаний із деформацією самооцінки, виникненням почуття безпорадності та хронічного психологічного напруження. Здобуті результати яскраво підкреслюють гостру потребу впровадження системних інструментів психологічної допомоги, де методи когнітивно-поведінкової терапії можуть стати ефективним засобом для опрацювання перенесених психотравмуючих подій, корекції викривлених когнітивних схем та зниження рівня тривожності у підлітків.

8. Чи доводилося вам особисто стикатися з булінгом?
40 ответов

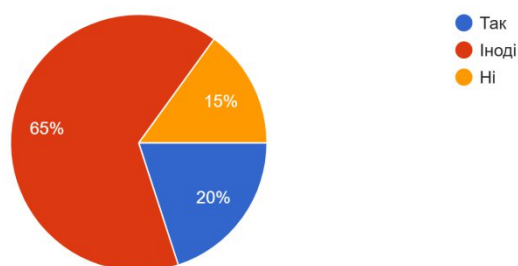


Рисунок 1.7 Наявність особистого досвіду зіткнення з булінгом серед респондентів

На рисунку 1.8 ми можемо спостерігати, що більша частина учасників зазначила, що булінг найчастіше проявляється у формі фізичної агресії (62,5%). Інша частина учасників вказала на кібербулінг / ігнорування (20%). І менша частина учасників стикалася з проявами у формі образ та насмішок (17,5%).

9. У якій формі найчастіше проявляється булінг серед підлітків?
40 ответов

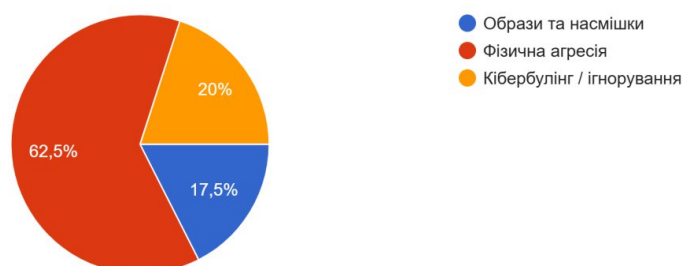


Рисунок 1.8 Розподіл найбільш поширених форм вияву булінгу в підлітковому середовищі

Рисунок 1.9 демонструє, що більшість учасників опитування у ситуаціях спостереження за цькуванням обирають позицію не втручатися (62,5%). Інша частина учасників зазначила, що намагаються допомогти жертві (27,5%). І менша частина учасників відкрито визнала, що бояться реагувати на такі випадки (10%).

10. Як ви зазвичай реагуєте, коли бачите прояви булінгу?
40 ответов

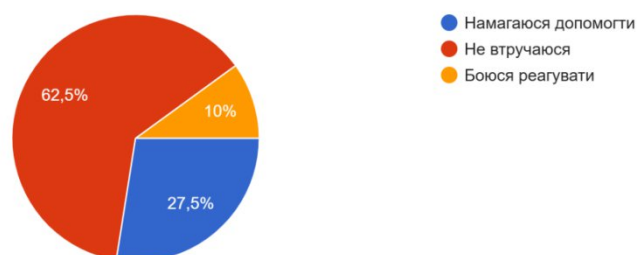


Рисунок 1.9 Особливості поведінкового реагування респондентів на прояви булінгу

На рисунку 1.10 простежується, що більшість учасників вважають себе частково емоційно чутливими людьми до переживань інших (52,5%). Інша частина учасників відповіла ствердно, зазначивши, що вони є емоційно чутливими (25%). І найменша частина респондентів вважає, що ніколи не відчуває такої чутливості (22,5%).

11. Чи вважаєте ви себе емоційно чутливою людиною до переживань інших?
40 ответов

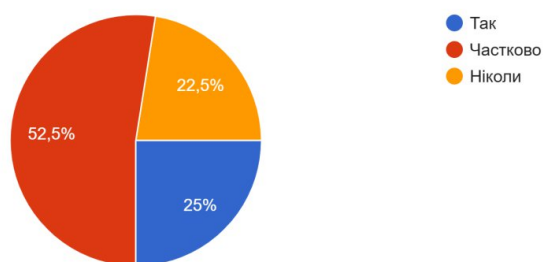


Рисунок 1.10 Суб'єктивна оцінка рівня емоційної чутливості (емпатії) респондентів до переживань іншої людини

На рисунку 1.11 ми можемо спостерігати, що більша частина учасників зазначила, що їм іноді важко зрозуміти емоції та почуття інших людей (61,5%). Інша частина учасників відповіла, що їм це вдається легко (25,6%). І менша частина учасників пов'язала цей процес із когнітивною переоцінкою, обравши варіант зміна ставлення до життєвих труднощів (12,8%).

12. Наскільки легко вам зрозуміти емоції та почуття інших людей?
39 ответов

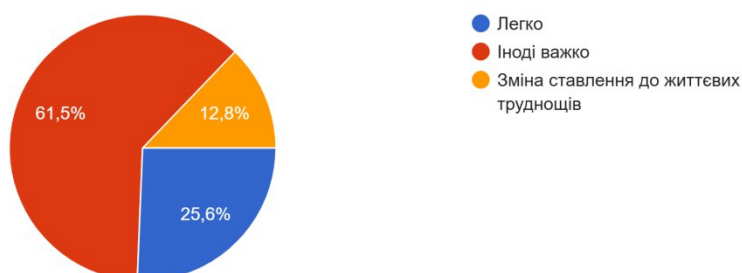


Рисунок 1.11 Суб'єктивна оцінка респондентами здатності розуміти емоційні стани та почуття оточуючих

На рисунку 1.12 видно, що більшість учасників відчують агресію або роздратування у повсякденному житті іноді (60%). Інша частина учасників зазначає, що відчуває ці стани часто (32,5%). А найменша частина респондентів стикається з ними рідко (7,5%).

13. Як часто ви відчуваєте агресію або роздратування у повсякденному житті?

40 ответов

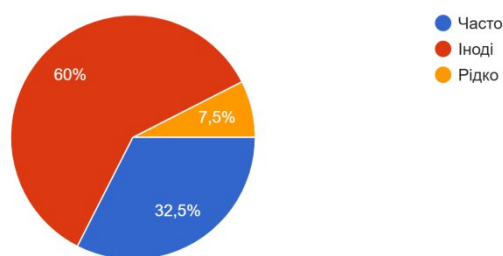


Рисунок 1.12 Частота переживання респондентами станів агресії та роздратування у повсякденному житті

Рисунок 1.13 демонструє, що більшість учасників вважають, що дружня підтримка частково впливає на їхню впевненість та емоційний стан (60%). Інша частина учасників зазначила, що цей фактор взагалі не впливає на їхнє самопочуття (22,5%). І менша частина опитаних вказала на те, що дружня опора значно впливає на їхні внутрішні ресурси (17,5%).

14. Чи впливає підтримка друзів на вашу впевненість та емоційний стан?

40 ответов

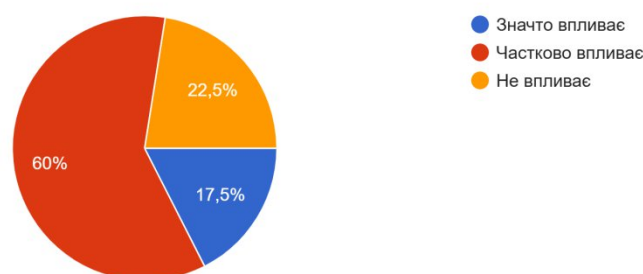


Рисунок 1.13 Оцінка респондентами ступеня впливу підтримки друзів на їхню впевненість та емоційний стан

На рисунку 1.14 простежується, що половина учасників вважають за необхідне посилити контроль з боку вчителів і батьків (50%). Інша частина учасників бачить вирішення проблеми в тому, щоб проводити психологічні тренінги (35%). І менша частина учасників схильється до думки, що потрібно розвивати підтримку та взаєморозуміння серед однолітків (15%).

15. Як, на вашу думку, можна зменшити прояви булінгу серед підлітків?
40 ответов

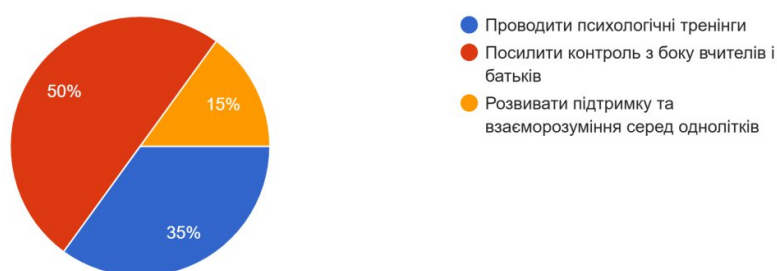


Рисунок 1.14 Уявлення респондентів щодо способів зниження проявів булінгу в підлітковому середовищі

Таким чином, здійснене нами анкетування надало змогу здобути цілісне уявлення про особливості міжособистісної взаємодії, поширені поведінкові реакції та рівень емоційної чутливості учасників у контексті проблеми булінгу та конфліктів у підлітковому середовищі.

Отримані результати вказують на те, що відчутна частина молоді систематично перебуває в ситуаціях високої конфліктогенності, що найчастіше виявляється у формі фізичної агресії, кібербулінгу та міжособистісних зіткнень у колективі. Виявлено високий ступінь залученості респондентів до ситуацій цькування як безпосередніх жертв або свідків, а також схильність більшості з них обирати пасивну позицію невручання чи відчувати страх перед реагуванням, що може бути ознакою незахищеності, браку асертивності та деформації здорової самооцінки.

Результати також показують досить високий рівень розвитку емпатії серед учасників, які здебільшого вважають себе емоційно чутливими до переживань інших, хоча значна частина опитаних водночас визнає, що їм буває важко чітко зрозуміти чужі емоційні стани. Додатково, переважна частина опитаних підтверджує гостру залежність власного емоційного стану та впевненості від підтримки друзів і бачить розв'язання проблеми насильства у посиленні контролю з боку дорослих, поєднанні психологічних тренінгів та розвитку взаєморозуміння в колективі.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ (АГРЕСИВНІСТЬ ЕМПАТІЯ, ПІДТРИМКА ОДНОЛІТКІВ) У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

2.1. Аналіз результатів психодіагностичного обстеження

Для підтвердження гіпотези нами був здійснений другий етап наукового дослідження, на якому проведено психодіагностичне обстеження респондентів.

З цією метою були обрані психодіагностичні методики, а саме: методика діагностика рівня полікомунікативної емпатії (за І. М. Юсуповим), методика реактивної та особистостної тривожності (Ч. Спілберг). Ці широко використовувані, стандартизовані, валідні та надійні психодіагностичні інструменти дозволяють комплексно дослідити рівень емпатійності підлітків, їхню здатність до емоційного співпереживання, а також визначити рівень

ситуативної та особистісної тривожності, як одного з ключових соціально-психологічних чинників проявів булінгу у підлітковому середовищі.

Респонденти були попереджені про конфіденційність отриманих даних, що сприяло підвищенню щирості відповідей і забезпечило надійність результатів дослідження.

Отримані результати психодіагностичного обстеження представлені у вигляді кількісних показників за двома основними шкалами, що дає можливість визначити рівень емпатії та агресивності у вибірці, а також проаналізувати їх взаємозв'язок у контексті проявів булінгу серед підлітків.

У даному розділі здійснено аналіз отриманих даних, визначено основні групи респондентів за рівнем емпатії та тривожності, а також окреслено загальні закономірності, що спостерігаються у досліджуваній вибірці.

Таблиця 2.1 містить результати психологічного обстеження за методикою діагностики рівня полікомунікативної емпатії (за І. М. Юсуповим), де оцінюється рівень емпатійності для кожного респондента. Шкала передбачає такі категорії для оцінки рівня емпатії:

- низький рівень емпатії (0-30 балів)
- середній рівень емпатії (31-55 балів)
- високий рівень емпатії (56-70 балів)

Таблиця.2.1

Результати обстеження за методикою діагностики рівня
полікомунікативної емпатії (за І. М. Юсуповим)

Рівень емпатії			
№ Респондента	Низька емпатія	Середня емпатія	Висока емпатія
1	29		
2		32	
3		34	
4	22		
5		44	

6	21		
7			57
8		34	
9		35	
10		55	
11		45	
12	24		
13		44	
14		33	
15		50	
16	22		
17			56
18		45	
19		50	
20	24		
21			58
22		55	
23		44	
24		32	
25		40	
26	30		
27			58
28		55	
29		50	
30		45	
31		44	
32	20		
33		50	
34		40	

35		42	
36		44	
37	19		
38		55	
39		54	
40		45	
41		38	
42		50	
43		36	
44		55	
45			58
46		45	
47		48	
48		55	
49		49	
50		53	

У результатах таблиці 2.1. респонденти демонструють різні рівні полікомунікативної емпатії від низької до високої. Тільки десять осіб з опитаних демонструють невисоку емпатію. Переважна частина респондентів володіє середнім або ж високим рівнем емпатії, що, ймовірно, вказує на домінування високого показника.

Це, своєю чергою, може означати, що ці люди схильні до емоційного розуміння інших, здатні до співпереживання та підтримки однолітків у складних ситуаціях, що є важливим чинником зниження ризику проявів булінгу в підлітковому середовищі.

Наприклад респондент 7,18,21,27,45. Мають високі показники, що вказують на високу емпатію.

Таблиця 2.1. показує що частина респондентів мають високі показники. Це вказує на необхідність звернутися для консультації до фахівця.

Таблиця 2.2 містить результати психологічного обстеження за методикою шкали реактивної та особистісної тривожності (Ч. Спілбергера), де оцінюється рівень тривожності для кожного респондента. Шкала передбачає такі категорії для оцінки рівня тривожності:

- низький рівень тривожності (0-20 балів)
- середній рівень тривожності (21-40 балів)
- високий рівень тривожності (41-60 балів)

Таблиця.2.2

Результати обстежування за шкалою реактивної та особистісної тривожності
(Ч. Спілбергера)

Рівень тривожності			
№ Респондента	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
1	17		
2		34	
3		25	
4			43
5	20		
6		22	
7		33	
8		40	
9		26	
10		36	
11		39	
12		40	
13		23	
14			55
15		34	
16		38	

17		40	
18	19		
19		47	
20		33	
21		39	
22		32	
23		31	
24		40	
25		55	
26		43	
27		50	
28	26		
29			56
30			58
31		55	
32		50	
33		34	
34		31	
35		30	
36		45	
37		43	
38		50	
39		55	
40		34	
41		39	
42		44	
43		43	
44		50	
45		35	

46		30	
47		40	
48		48	
49	25		
50		47	

По даним таблиці 2.2. видно що респонденти які прийняли участь у дослідженні лише п'ять осіб мають низький рівень реактивної та особистісної тривожності.

Більшість респондентів мають середній рівень реактивної та особистісної тривожності, респондент 4,14,29,30 має високий показник, що вказує на високий рівень реактивної та особистісної тривожності, , що може свідчити про те що у людини спостерігається підвищена схильність до емоційних реакцій у стресових ситуаціях, імпульсивність у поведінці та можливі труднощі у конструктивному вирішенні конфліктів.

Таблиця.2.3

Узагальнені показники результатів дослідження.

Рівень емпатії				Рівень тривожності		
№ Респонде нта	Низький	Середній	Високий и	Низький	Середній	Високий
1	29			17		
2		32			34	
3			34		25	
4	22					43
5		44		20		

6	21				22	
7			57		33	
8		34			40	
9		35			26	
10		55			36	
11		45			39	
12	24				40	
13		44			23	
14		33				55
15		50			34	
16	22				33	
17			56		40	
18		45		19		
19		50			47	
20	24				33	
21			58		39	
22		55			32	
23		44			31	
24		32			40	
25		40			55	
26	30				43	
27			58		50	
28		55		26		
29		50				56
30		45				58
31		44			55	
32	20				50	
33		50			34	
34		40			31	

35		42			30	
36		44			45	
37	19				43	
38		55			50	
39		54			55	
40		45			34	
41		38			39	
42		50			44	
43		36			43	
44		55			50	
45			58		35	
46		45			30	
47		48			40	
48		55			48	
49		49		25		
50		53			47	

По даним таблиці 2.3 видно, що у респондентів із заниженим рівнем емпатії спостерігаються переважно середні та високі показники рівня реактивної та особистісної тривожності. Це свідчить про наявність певного взаємозв'язку між недостатнім розвитком емпатійності та схильністю до агресивних реакцій у підлітковому середовищі.

Зокрема, респонденти, які мають низькі показники емпатії 1,4,12,16,20,32,37, частіше демонструють підвищені рівні тривожності, що може вказувати на труднощі у розумінні емоцій інших та низький рівень емоційного співпереживання.

Натомість у групі респондентів із середнім рівнем емпатії переважають середні значення тривожності, що може свідчити про відносну емоційну стабільність та частково сформовані навички соціальної взаємодії.

Респонденти з високим рівнем емпатії 7,17,21,27,45 переважно демонструють нижчі або середні показники тривожності, що підтверджує гіпотезу про те, що високий рівень емпатії виступає захисним психологічним фактором у контексті проявів тривожної поведінки та булінгу.

Особливо слід відзначити респондентів 29 та 30, у яких зафіксовано високі показники тривожності при відносно середньому рівні емпатії. Це може свідчити про емоційну нестабільність, імпульсивність та підвищену схильність до конфліктної поведінки.

Узагальнюючи результати, можна зазначити, що між рівнем емпатії та рівнем тривожності простежується обернена залежність: зі зниженням емпатії зростає ймовірність проявів тривожної поведінки. Це підтверджує важливість розвитку емпатії та соціально-психологічної підтримки як ключових чинників профілактики булінгу серед підлітків.

2.2 Практичні рекомендації для профілактики та корекції проявів булінгу у підлітковому віці

Результати дослідження, показало, що існує зв'язок між тим, наскільки емпатичні підлітки, наскільки вони агресивні та як вони спілкуються з іншими, коли стикаються з булінгом. Враховуючи отримані результати, варто запровадити комплекс заходів для профілактики та корекції, що мають на меті зменшити агресивність, розвинути емпатію та навчити підлітків здоровим формам взаємодії.

Одним із головних шляхів запобігання булінгу є вдосконалення емпатійних здібностей у підлітків. Для цього варто організовувати соціально-психологічні тренінги, які допоможуть навчитися розпізнавати емоції інших, розуміти їхні почуття та адекватно реагувати. Корисними є вправи для розвитку емоційного

інтелекту, рольові ігри та спільні обговорення, що допомагають усвідомити наслідки агресивної поведінки.

Важливим елементом профілактики є зниження тривожності серед підлітків. Для цього рекомендується використовувати принципи когнітивно-поведінкової терапії, які спрямовані на виявлення та зміну негативних автоматичних думок, що можуть викликати агресію. Доцільно навчати підлітків навичкам самоконтролю, зокрема вправам на глибоке дихання, технікам розслаблення та контролю імпульсивних дій.

Особливу увагу слід приділити створенню позитивної соціальної атмосфери в учнівському колективі. Це передбачає розвиток умінь працювати в команді, виявляти взаємоповагу та підтримувати однолітків. Ефективними є вправи, що сприяють згуртуванню групи, обговорення етичних дилем та створення умов для відкритого спілкування між учнями.

Важливим аспектом роботи з профілактики булінгу є залучення вчителів та батьків до систематичної виховної роботи. Вчителям варто вміти своєчасно помічати ознаки конфліктів та булінгу, забезпечувати безпеку в школі та створювати атмосферу довіри. Батькам, у свою чергу, слід звертати увагу на емоційний стан дитини, підтримувати з нею відкритий діалог та допомагати розвивати соціальні навички.

Отже, ефективно запобігати булінгу та працювати над його подоланням у підлітків можна лише застосовуючи комплексний підхід, який включає розвиток емпатії, зменшення агресивності та формування позитивного соціального оточення. Впровадження цих рекомендацій допоможе зменшити прояви булінгу та покращити психологічне самопочуття підлітків.

ВИСНОВКИ

У ході виконання дипломного дослідження на тему Соціально-психологічні чинники проявів булінгу (агресивність, емпатія, підтримка однолітків) у підлітковому віці» було досягнуто поставленої мети та реалізовано визначені завдання, що дозволило сформулювати узагальнені теоретичні й емпіричні висновки.

Теоретичний аналіз засвідчив, що булінг як на багатогранне соціально-психологічне явище, що завдає шкоди емоційному благополуччю, психічному здоров'ю, взаємодії з оточуючими та пристосуванню підлітків до суспільства. Виявлено, що цей вид цькування може проявлятися у різноманітних формах: фізичній, словесній, психологічній та соціальній. У наукових джерелах булінг трактується як повторювана агресивна поведінка, що базується на нерівності сторін у взаємодії та має на меті приниження, виключення або залякування

іншої людини. Розгляд актуальних психологічних досліджень дозволив визначити ключові соціально-психологічні фактори, що сприяють виникненню булінгу, серед яких - схильність до агресії, обмежена здатність до емпатії та недолік підтримки з боку ровесників.

У рамках емпіричного етапу було охарактеризовано етапи організації та проведення дослідження, а також підібрано психодіагностичний інструментарій, який задовольняє вимогам щодо достовірності, стабільності результатів та стандартизації. З метою вивчення соціально-психологічних аспектів проявів булінгу було застосовано психодіагностичні інструменти, які дозволили оцінити рівень тривожності, емпатії та специфіку міжособистісних відносин підлітків. У дослідженні брали участь підлітки різних вікових груп, що сприяло формуванню всебічного розуміння того, як саме булінг проявляється у підлітковому оточенні.

Під час психодіагностичного обстеження було встановлено, що вагома частка опитаних осіб характеризується середнім або вищим ступенем тривожності. Це знаходить своє вираження у словесних протистояннях, раптових спалахах гніву, нетерплячості та схильності до негативної емоційності. Додатково, результати аналізу вказують на те, що в окремих респондентів спостерігається брак емпатії. Цей дефіцит перешкоджає налагодженню доброзичливих стосунків з іншими людьми та вміння співчувати. Водночас, дослідження показало, що ті підлітки, які користуються значною підтримкою своїх однолітків, виявляють менше агресивних проявів та демонструють кращу пристосованість до суспільства.

Аналіз емпіричних результатів дозволив встановити що, зв'язок між кореляцію та ступенем тривожності, здатністю до емпатії та рівнем приятельської підтримки серед підлітків. Зокрема, спостерігається тенденція, коли висока тривожність супроводжується зниженою емпатичністю та браком підтримки з боку ровесників. Ці висновки узгоджуються з попередньо висунутою науковою гіпотезою, яка стверджує, що соціально-психологічні

аспекти відіграють вагому роль у формуванні поведінки, пов'язаної з булінгом, у підлітковому колективі.

На підставі результатів дослідження було розроблено практичні рекомендації щодо профілактики та корекції проявів булінгу у підлітковому віці. Ці рекомендації мають на меті виховати вміння ефективно спілкуватися, поглибити співчуття, зменшити агресивні прояви та сприяти гармонійній атмосфері в групі підлітків. Значна увага приділяється покращенню емоційного розуміння, практиці мирного діалогу, взаємодопомозі та приязному ставленню до оточуючих.

Завдяки проведеному аналізу, отримані дані чітко окреслюють нагальність питання цькування серед молоді та підкреслюють потребу поглибленого вивчення соціально-психологічних причин, що його зумовлюють. Результати свідчать про ключову роль таких факторів, як схильність до тривожності, обмежена здатність до співчуття та слабка соціальна підтримка з боку ровесників, у розвитку проявів булінгу серед молоді. Системна психологічна профілактика та цілеспрямована корекційна діяльність мають потенціал для зменшення проявів тривожної поведінки, налагодження стосунків між людьми та створення атмосфери безпеки в освітньому просторі.

Отже, ми можемо констатувати, що завдання, які були поставлені на початку дослідження, успішно вирішені, а головна мета досягнута.

Розроблені в рамках цього дослідження висновки та практичні поради можуть бути корисними для загальноосвітніх закладів, стануть у пригоді практичним психологам, соціальним педагогам, класним керівникам, а також слугуватимуть основою для програм профілактики та корекції, спрямованих на запобігання цькуванню та створення позитивного психологічного клімату в учнівських колективах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авторська анкета «Соціально-психологічні чинники проявів булінгу (агресивність, емпатія, підтримка однолітків) у підлітковому віці»URL:<https://docs.google.com/forms/d/1iEb3EnJz04zSznkxEu1ozl6gZVLnERDiEt22NIHHRBg/edit>
2. Архетипова Т. М. Психологічні причини агресії підлітків в умовах війни. *Психологія та соціальна робота*. 2024. Вип. 1 (59). С. 22-23.
3. Бесараб А. Підходи ефективності психолого-педагогічної корекції рівня емпатії підлітків. *Сучасні тенденції психологічної науки та практики* : зб. наук. праць. Вінниця : ВДПУ, 2026. Вип. 16. С. 43-45.

4. Бугайова Н., Андрющенко І. Розвиток емпатії студентів-психологів як складової майбутньої професійної діяльності. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2021. № 2 (55). С. 5-17.
5. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. 339 с.
6. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. [електронне видання]. Дніпро : Середняк Т. К., 2021. 162 с.
7. Галян І. М. Психодіагностика : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2009. 464 с.
8. Ганаба С. Емпатія у феноменології Е. Штайн: теоретичні засади та можливості використання у програмах соціально-психологічної реабілітації. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: психологічні науки. 2020. № 2. С. 54-67.
9. Гуцало Е. Загальна психологія : навч.-метод. посіб. ЦДПУ, 2020. 120 с.
10. Євдокімова О. О. Історія психології : навч. посіб. 2-ге вид., допов. Харків : Константа, 2020. 320 с.
11. Загальна психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 296 с.
12. Крюкова М. А. Загальна психологія: вступ до спеціальності : навч.-метод. посіб. Одеса : Фенікс, 2019. 128 с.
13. Кудряшева Л. А. Педагогіка та психологія : посібник. Київ : Сварог, 2021. 160 с.
14. Методика «Діагностика рівня полікомунікативної емпатії» (за І.М.Юсуповим). URL: <https://studfile.net/preview/5186358/page:40/> (дата звернення: 29 травня 2026).
15. Методика «оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна». URL: <https://studfile.net/preview/15324797/page:49/> (дата звернення: 29 травня 2026).
16. Москалець В. П. Загальна психологія : підручник. Київ : Ліра, 2020. 564 с.

17. Ожйова О. Булінг. Шкільний булінг: поняття та основні форми. *Вчені записки Харківського гуманітарного університету «Народна українська академія»*. 2009. С. 158-163.

18. Пілецький В. Соціально-психологічні умови розвитку емпатії у підлітків. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2021. № 3 (56) Т. 3. С. 165-179.

19. Плющ О. А., Полілуєва І. М. Психологічні чинники формування схильності до булінгу в підлітковому віці. *Психологічний журнал*. 2026. № 16. С. 69-76. URL: <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/355906> (дата звернення: 29 травня 2026).

20. Спіріна Т. П., Лях Т. Л., Попова А. О. Соціальна профілактика підліткового булінгу. *Modern Technologies of Society Development : Collective Scientific Monograph*. Opole : The Academy of Management and Administration in Opole, 2019. Розділ у колективній монографії.

21. Терлецька Л. Г. Основи психодіагностики : навч. посіб. Київ : Главник, 2016. 144 с.

22. Тітова Т. Є., Красильна К. О. Особливості ціннісно-смислової саморегуляції підлітків. *Психологія і особистість*. 2017. № 1 (11). С. 155-163.

23. Цільмак О. М., Конуп О. Ф. Пізнання психології особистості та майстерності професійної взаємодії: тренінговий комплекс : метод. посіб. Одеса : РВВ ОДУВС, 2008. 88 с.

24. Abdi S., Akinsulure-Smith A. M., Sarkadi A., Fazel M., Ellis B. H., Gillespie S., ... Betancourt T. S. Promoting positive development among refugee adolescents. *Journal of Research on Adolescence*. 2023. Vol. 33. P. 1064-1084. Сприяння позитивному розвитку підлітків-біженців.

25. Cyr É., Thériault-Couture F., Dion J. Longitudinal Relationships Between Empathy and Bullying Among Boys and Girls: A Random Intercept Cross-Lagged Panel Model Study. *Aggressive Behavior*. 2025. Vol. 51(3). e70026. Лонгітюдні зв'язки між емпатією та булінгом серед хлопців і дівчат.

26. Chen L., Ho S. S., Lwin M. O. A meta-analysis of factors predicting cyberbullying perpetration and victimization: From the social cognitive and media effects approach. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2020. Vol. 25. P. 163–181. Мета-аналіз факторів, що прогнозують кібербулінг.

27. Harsono C. S., Febriyana N. Understanding and Addressing Bullying in Children and Adolescents. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2026. Vol. 37(1). P. 51-62. Розуміння та подолання булінгу в дітей та підлітків.

28. O'Brien N., et al. How peer support is conceptualised and implemented to reduce bullying in 10 European countries. *Pastoral Care in Education*. 2025. P. 1-18. Як концептуалізується та впроваджується підтримка однолітків у 10 європейських країнах.

29. Parodi K. B., et al. A Longitudinal Analysis of Risk and Protective Factors of Bias-Based Bullying Victimization Among Adolescents. *Journal of Interpersonal Violence*. 2026. Vol. 41(3-4). P. 685-709. Лонгітюдний аналіз факторів ризику та захисту від упередженого булінгу серед підлітків.

30. Silwal S., Westerlund M., Osokina O., Hultmann O., Sourander A. Bullying victimization among adolescents during the early phase of war in Ukraine - A comparative cross-sectional study in 2016-2017. *Child and Adolescent Mental Health*. 2025. Vol. 30(3). P. 247-255. Віктимізація від булінгу серед підлітків під час початкової фази війни в Україні.

31. Silvers J. A. Adolescence as a pivotal period for emotion regulation development. *Current Opinion in Psychology*. 2022. Vol. 44. P. 258-263. Підлітковий вік як ключовий період для розвитку емоційної регуляції.

32. Walters G. D. Meta-analysis of the relationship between bullying and empathy. *Aggression and Violent Behavior*. 2021. Vol. 58. 101574. Мета-аналіз зв'язку між булінгом та емпатією.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета «Соціально-психологічні чинники проявів булінгу (агресивність, емпатія, підтримка однолітків) у підлітковому віці.

1. Вік
2. Стать
3. Освіта
4. Як ви оцінюєте свої стосунки з однолітками?
5. Чи відчуваєте ви підтримку з боку друзів та однокласників?
6. Як часто у вашому колективі виникають конфлікти між підлітками?
7. Чи були ви свідком проявів булінгу серед однолітків?

8. Чи доводилося вам особисто стикатися з булінгом
9. У якій формі найчастіше проявляється булінг серед підлітків?
10. Як ви зазвичай реагуєте, коли бачите прояви булінгу?
11. Чи вважаєте ви себе емоційно чутливою людиною до переживань інших
12. Наскільки легко вам зрозуміти емоції та почуття інших людей?
13. Як часто ви відчуваєте агресію або роздратування у повсякденному
14. Чи впливає підтримка друзів на вашу впевненість та емоційний стан?
15. Як, на вашу думку, можна зменшити прояви булінгу серед підлітків?

Додаток Б

Методика «Діагностика рівня полікомунікативної емпатії» (за

І.М.Юсуповим)

Інструкція: Вам пропонується тестовий матеріал який складається з 36 тверджень.

Уважно прочитайте твердження, і не роздумуючи дуже довго, оберіть один з варіантів відповіді:

Якщо ви відповіли:

- «не знаю» - 0 балів;

- «ні, ніколи» - 1;
- «інколи» - 2,
- «часто» - 3;
- «майже завжди» - 4;
- «так, завжди» - 5.

Опитувальник:

1. Мені більше подобається читати книги про подорожі, ніж книги із серії «Життя видатних людей».
2. Дорослих дітей дратує турбота батьків.
3. Мені подобається розмірковувати про причини успіхів та невдач інших людей.
4. Серед усіх музичних телепередач я віддаю перевагу передачам про сучасну естрадну музику.
5. Надмірну дратівливість та несправедливі докори хворого слід терпіти, навіть якщо вони тягнуться роками.
6. Хворому можна допомогти навіть словом.
7. Стороннім не слід втручатися в конфлікт між двома людьми.
8. Літні люди, як правило, часто без причин ображаються.
9. Коли я в дитинстві слухав печальну історію, то мої очі самі собою наповнювалися слізьми.
10. Роздратованість моїх батьків впливає на мій настрій.
11. Я байдужий до критики на мою адресу.
12. Мені більше подобається розглядати портрети, ніж картини з пейзажами.
13. Я завжди все пробачав батькам, навіть якщо вони були неправі.
14. Якщо кінь погано тягне, його слід підганяти батогом.
15. Коли я читаю про драматичні події у житті людей, то відчуваю ніби це відбувається зі мною.
16. Батьки завжди справедливі до своїх дітей.
17. Коли я бачу сварку підлітків чи дорослих, то завжди втручаюся.
18. Я не звертаю уваги на поганий настрій моїх батьків.

19. Довго спостерігаю за поведінкою тварин, відкладаючи інші справи.
20. Фільми й книги можуть спричинити сльози лише в несерйозних людей.
21. Мені подобається спостерігати за виразом обличчя й поведінкою незнайомих мені людей.
22. У дитинстві я часто приводив додому бездомних собак та кішок.
23. Усі люди безпідставно озлоблені.
24. Дивлячись на сторонню людину, мені хочеться вгадати, як складеться її життя.
25. У дитинстві молодші за віком ходили за мною слідом.
26. Коли я бачу покалічену тварину, то намагаюся їй допомогти.
27. Людині стане легше, якщо уважно вислухати її скарги.
28. Побачивши вуличну пригоду, я стараюся не потрапляти до числа свідків.
29. Молодшим подобається, коли я пропоную їм свою ідею, справу чи розвагу.
30. Люди перебільшують здатність тварин відчувати настрій свого господаря.
31. Зі складної конфліктної ситуації людина має шукати вихід самостійно.
32. Якщо дитина плаче, то на те завжди є своя причина.
33. Молодь має завжди задовольняти прохання та забаганки літніх людей.
34. Мені хотілося зрозуміти, чому мої однокласники інколи були задумливими.
35. Безпритульних домашніх тварин слід відловлювати й присипляти.
36. Якщо мої друзі починають обговорювати зі мною свої особисті проблеми, я стараюся перевести розмову на іншу тему.

Додаток В**Методика «оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної
тривожності Спілбергера-Ханіна»**

Інструкція: Вам пропонується тестовий матеріал який складається з 40 тверджень.

Уважно прочитайте твердження, і не роздумуючи дуже довго, оберіть один з варіантів відповіді:

до 30 балів - низький рівень СТ (ОТ);

31 - 45 - середній рівень СТ (ОТ);

46 і більше балів - високий рівень СТ (ОТ).

Опитувальник:

1. Я спокійний
2. Мені ніщо не загрожує
3. Я напружений
4. Я відчуваю жаль
5. Я відчуваю себе вільно
6. Я засмучений
7. Мене хвилюють можливі невдачі
8. Я відчуваю себе відпочилим
9. Я стривожений
10. Я відчуваю внутрішнє задоволення
11. Я впевнений у собі
12. Я нервую
13. Я не знаходжу собі місця
14. Я напружений
15. Я не відчуваю скутості і напруженості
16. Я задоволений
17. Я занепокоєний
18. Я занадто збуджений мені не по собі
19. Мені радісно
20. Мені приємно
21. Я відчуваю задоволення
22. Я дуже швидко втомлююся
23. Я легко можу заплакати
24. Я хотів би бути таким же щасливим, як інші
25. Нерідно я програю через те, що досттньо швидко приймаю рішення
26. Зазвичай я відчуваю себе бадьорим
27. Я спокійний, холонокровний і зібраний

28. Очікувані труднощі зазвичай дуже тривожать мене
29. Я занадто переживаю через дрібниці
30. Я цілком щасливий
31. Я беру все надто близько до серця
32. Мені не вистачає впевненості у собі
33. Зазвичай я почуваю себе у безпеці
34. Я намагаюсь уникати критичних ситуацій та труднощі
35. У мене буває нудьга, хандра
36. Я задоволений
37. Усякі дрібниці відволікають і хвилюють мене
38. Я так сильно переживаю свої розчарування, що потім довго не можу за них забути
39. Я врівноважена людина
40. Мене охоплює сильне занепокоєння, коли я думаю про свої справи і клопоти