

ПСИХОЛОГІЯ БУЛІНГУ ТА ЙОГО НАСЛІДКИ

ОРЛОВА Ксенія, здобувач вищої освіти

спеціальність 053 Психологія

Миколаївський національний аграрний університет

***Анотація:** У тезі досліджено булінг як форму систематичного насильства в освітньому середовищі. Описано його основні види, психологічні наслідки для жертви та кривдника, а також визначено роль дорослих у профілактиці цього явища. Наголошено на важливості формування безпечної та толерантної атмосфери у закладах освіти.*

***Ключові слова:** булінг, жертва, кривдник, насильство, профілактика.*

Булінг є поширеним соціально-психологічним явищем, яке проявляється у вигляді систематичного насильства, приниження та ізоляції людини в освітньому середовищі. У сучасному суспільстві значна кількість людей, особливо дітей та підлітків, стикаються з різними формами цькування, що робить цю проблему надзвичайно актуальною. За даними поліції, лише за перші десять місяців 2024 року було зафіксовано понад двісті випадків булінгу у школах. Половина складених протоколів стосується підлітків віком від 14 до 16 років, а основними заявниками зазвичай виступають батьки потерпілих дітей [4]. Особливу небезпеку становить той факт, що булінг часто відбувається приховано від дорослих, а жертви залишаються мовчазними через страх, сором або недовіру. Відповідно до дослідження Українського інституту дослідження екстремізму, близько 40% підліткових суїцидів мають прямий зв'язок із випадками цькування.

Наслідки булінгу мають серйозний вплив на психічний стан не лише жертв, а й самих агресорів. Вони можуть проявлятися у вигляді емоційних розладів, зниження самооцінки та проблем з адаптацією у соціальному середовищі. Вивчення психологічних механізмів цього явища є важливим для розробки дієвих заходів профілактики та надання допомоги постраждалим. Вперше феномен булінгу почали активно досліджувати у 70-х роках XX століття. Це поняття охоплює агресивну та свідому поведінку однієї дитини чи групи дітей стосовно іншої, що супроводжується систематичним фізичним або психологічним тиском. Булінг відрізняється від звичайних конфліктів своєю регулярністю та нерівністю сил, що визначає його особливу небезпеку [1]. Серед ключових ознак цькування – повторюваність агресивних дій, наявність чітко

виражених ролей (кривдник, жертва, спостерігачі) та наслідки у вигляді психологічних чи фізичних травм, соціальної ізоляції чи приниження гідності потерпілого [2].

Важливо враховувати, що булінг передбачає участь кількох сторін: кривдника, який здійснює цькування; потерпілого, що зазнає утисків; та спостерігачів – свідків події, чия поведінка здатна вплинути на розвиток ситуації [3]. Ці ролі можуть змінюватися залежно від обставин. Зокрема, спостерігачі можуть як допомогти жертві, так і, своєю байдужістю, сприяти агресору. Тому навчальні програми повинні формувати у дітей навички активного реагування та протидії булінгу, а не лише пасивного споглядання. На мою думку, саме спостерігачі несуть значну відповідальність, оскільки їхня реакція може визначати розвиток конфлікту.

Кривдники зазвичай мають виражені лідерські риси, нарцисичні тенденції, прагнення домінувати та контролювати інших. У них часто спостерігається низький рівень емпатії та завищена самооцінка. Агресивна поведінка може бути наслідком внутрішніх психологічних проблем, нестачі емоційного тепла в родині чи досвіду насильства вдома. Розуміння мотивів агресора допомагає точніше визначати шляхи запобігання булінгу та надавати ефективну підтримку.

Види булінгу включають фізичне насильство (побиття, штовхання, псування майна), вербальні напади (образи, приниження, погрози), соціальну ізоляцію та розповсюдження пліток, кібербулінг у мережі інтернет, сексуальні домагання та жарти, а також цькування через упереджене ставлення до певних ознак людини – національності, зовнішності чи сексуальної орієнтації. Важливо розмежовувати булінг та звичайний конфлікт: у той час як конфлікт може бути випадковим і мати взаємну відповідальність, булінг характеризується систематичним тиском та відсутністю рівності сторін. Часто дорослі неправильно оцінюють ситуацію, сприймаючи цькування як "дитячі сварки", що лише погіршує становище жертви.

Причини, через які діти стають агресорами, різноманітні. Це може бути прагнення здобути авторитет серед однолітків, привернути увагу чи

компенсувати власні невдачі. Інколи така поведінка формується внаслідок жорстокості чи емоційного нехтування в сім'ї. Важливу роль також відіграє надмірний контроль з боку батьків, який може викликати у дитини приховану агресію. Без належного втручання та підтримки з боку дорослих ситуація лише погіршується.

Ігнорування проблеми булінгу є неприпустимим. Постійне цькування залишає глибокі психологічні травми, які можуть призвести до депресії, тривожних розладів, суїцидальних думок та довготривалих проблем у міжособистісному спілкуванні. Робота з батьками є ключовим елементом профілактики, адже сім'я здатна бути як джерелом проблеми, так і місцем підтримки та захисту. Створення безпечного та довірливого середовища в школах допоможе дітям відкрито говорити про свої проблеми та отримувати необхідну допомогу.

Література:

1. Що таке булінг і які його прояви? Західне міжрегіональне управління Міністерства юстиції. URL: <https://pzmrujust.gov.ua/novyny/1592-shcho-take-bulinh-i-iaki-ioho-proiavy> (дата звернення: 26.06.2025).

2. Булінг: поняття, ознаки, відповідальність – Житомирський професійний ліцей. URL: <https://www.zpl.zt.ua/bulinh-ponyattya-oznaky-vidpovidalnist/> (дата звернення: 30.06.2025).

3. Порядок реагування на випадки булінгу. Комунальний заклад "Вінницький ліцей №23". URL: <https://sch23.edu.vn.ua/buling-stop/292/> (дата звернення: 30.06.2025).

4. Opendatabot. 219 випадків булінгу у школах зафіксовано у 2024 році – Опендатабот. Опендатабот – відкриті дані про компанії, ФОП, суди та нерухомість України. URL: <https://opendatabot.ua/analytics/bullying-in-schools> (дата звернення: 30.06.2025).

***Abstract:** The thesis examines bullying as a form of systematic violence in the educational environment. Its main types, psychological consequences for the victim and the perpetrator are described, and the role of adults in preventing this phenomenon is determined. The importance of creating a safe and tolerant atmosphere in educational institutions is emphasized.*

***Keywords:** bullying, victim, perpetrator, violence, prevention.*

***Науковий керівник – БОРКО Тетяна,
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри україназнавства і суспільних наук,
Миколаївський національний аграрний університет,
м. Миколаїв***