

копінг-стратегій студентів закладів вищої освіти. Технології розвитку інтелекту. Том 8, № 1(35). 2024. 24 с.

6. Ярош Н. С. Саногенне мислення як чинник стрес-долаючої поведінки особистості. Автореф. на здобуття наук ступ канд псих наук. 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Київ, 2018. 24 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ БУЛІНГУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Козачок Д. В.

Полтавський національний педагогічний університет

імені В. Г. Короленка

kozacokdpra@gmail.com

Актуальність дослідження. Сучасна соціокультурна ситуація в Україні, ускладнена наслідками повномасштабної війни, дестабілізацією освітнього простору, порушенням базової безпеки та загальним зростанням психоемоційної напруги, вимагає посиленого фокусу на психологічному благополуччі дітей і підлітків. Вразливою ланкою в цьому контексті стають шкільні спільноти, де прояви агресії, напруги та деструктивної взаємодії все частіше набувають системного характеру. Одним із найпоширеніших і водночас найменш контрольованих соціально-психологічних явищ у цьому середовищі є булінг. Його розгортання у підлітковому віці має особливе значення, оскільки саме в цей період відбувається інтенсивне формування ідентичності, розвиток емоційної регуляції, самосприйняття та становлення соціальної позиції особистості.

Психологічні наслідки булінгу торкаються не лише емоційного стану, а й життєво важливих особистісних ресурсів дитини: віри у власну спроможність, стійкості до стресу, здатності до самозахисту й відновлення. Саме тому дослідження булінгу не може обмежуватись лише аналізом агресивної поведінки – воно має охоплювати і питання розвитку життєстійкості як здатності підлітка

адаптуватися до соціального тиску, зберігати психологічну рівновагу, справлятися з фрустраціями та відновлювати власну цілісність після психотравмивного досвіду. Профілактика та подолання булінгу в підлітковому середовищі вимагає цілісного підходу, який включає глибоке розуміння психологічних чинників участі у цькуванні, розбудову підтримувального соціального оточення та розвиток таких особистісних якостей, які дозволяють молодій людині зберігати себе – навіть у ситуації тиску, ізоляції чи приниження.

Виклад основного матеріалу. Булінг у підлітковому віці виходить за межі простої агресивної поведінки – він є формою соціально закріпленої взаємодії, що має повторюваний, навмисний і деструктивний характер. Його психологічна складність полягає в тому, що він об'єднує індивідуальні характеристики учасників, групову динаміку та мовчазну легітимацію з боку дорослого оточення. Важливо розрізняти булінг від конфлікту: якщо конфлікт є взаємною, часто ситуативною взаємодією, то булінг завжди передбачає асиметрію – у владі, ресурсах, емоційній витривалості. Підлітки, які потрапляють у роль жертви, зазвичай позбавлені можливості ефективно захищати себе або звернутися по підтримку без страху ще більшої ізоляції. Саме тому булінг набуває особливого значення в умовах шкільного середовища, де соціальний контроль з боку дорослих часто є вибіркоvim або недостатнім. Соціальні дослідження показують, що тривале існування булінгу в колективі формує стійку «культуру насилля», яка нормалізує приниження, виключення й силове самоствердження як частину підліткової взаємодії [1].

Психологічний портрет учасників булінгу – як агресора, так і жертви – значно відрізняється, але має спільне джерело в порушенні механізмів саморегуляції, самооцінки та емоційного розвитку. Агресори зазвичай демонструють знижену емпатію, недостатній контроль імпульсів, високий рівень тривожності, що маскується домінантною поведінкою. Вони мають потребу в контролі над соціальним середовищем, прагнуть до визнання, але не через досягнення, а через знецінення іншого. Жертви булінгу, навпаки, мають високу

емоційну чутливість, схильність до інтроспекції, можуть мати труднощі в налагодженні контактів, занижену самооцінку. За результатами дослідження Літвінової О. В., як агресори, так і жертви мають нестабільне самоставлення, яке спричиняє неадекватне реагування на зовнішню соціальну інформацію: хтось – через надмірний тиск, хтось – через уникнення й емоційну закритість [2].

Підлітковий колектив виступає не лише фоном, а й активним чинником формування булінгової поведінки. В умовах неструктурованого або емоційно небезпечного середовища відбувається посилення групової динаміки, яка закріплює ролі: переслідувачів, жертв, спостерігачів, співучасників. Булінг набуває формального й неформального схвалення, що виражається у мовчазній згоді однокласників або у демонстративному підтриманні агресора. Саме тому навіть ті, хто особисто не залучені до цькування, можуть сприяти його розгортанню через пасивність. У таких умовах булінг стає не стільки особистим конфліктом, скільки соціальним феноменом – він функціонує за логікою колективного механізму ієрархізації: приниження слабшого для закріплення позицій у «соціальному ланцюгу». Педагоги, які не втручаються своєчасно, стають неусвідомленими учасниками динаміки, що лише закріплює булінг як «нормальну» частину шкільного досвіду [3].

Роль сімейного середовища в генезі булінгової поведінки важко переоцінити. Діти, які зростають у контексті жорсткого контролю, агресивного стилю спілкування, емоційного відчуження або, навпаки, гіперопіки, формують викривлені уявлення про силу, стосунки та способи самоствердження. Часто саме ці діти демонструють або агресивність, або надмірну поступливість у соціальних ситуаціях. Наявність сімейного насильства, неконсистентного виховання чи емоційної нестабільності батьків є сильним предиктором схильності до ролі як агресора, так і жертви. Медіаполе, яке знецінює людську гідність, а також дефіцит довірчих контактів із дорослими лише посилюють тенденції до застосування булінгу як інструменту впливу. У підлітковому віці, коли формується ідентичність і самооцінка, відсутність позитивної підтримки та

навичок емоційного самозахисту провокує або напад, або втечу як базові форми реагування [5].

У контексті сучасної психології особливої ваги набуває поняття життєстійкості – здатності особистості долати стрес, адаптуватися до змін, зберігати емоційну рівновагу та відновлюватися після психотравмивного досвіду. Підлітки, які мають розвинену життєстійкість, рідше стають жертвами або агресорами, оскільки володіють вищим рівнем саморефлексії, навичками комунікації, критичного мислення та вмінням розпізнавати небезпеку в соціальних взаємодіях. Вони здатні відстояти межі, звертатися по допомогу, не втрачаючи відчуття власної гідності. Розвиток життєстійкості пов'язаний з такими якостями, як внутрішній локус контролю, стійка самооцінка, цілеспрямованість, а також підтримка з боку значущих дорослих. Тому ефективна профілактика булінгу повинна передбачати не лише заборону агресивної поведінки, а й активне виховання здатності до особистісного опору – зокрема через соціально-емоційне навчання, психопросвітницькі програми, залучення родини та формування довірчих зв'язків [4].

Висновки. Булінг у підлітковому середовищі є багатофакторним явищем, що не лише порушує безпеку й емоційний добробут окремих учнів, але й глибоко трансформує комунікативну структуру шкільного колективу. Його психологічна природа виявляється у спотвореному способі досягнення соціального впливу, реалізації самоствердження через приниження іншого та у компенсації власної внутрішньої вразливості. Наявність сталих ролей у структурі булінгу свідчить про необхідність аналізу не лише індивідуальних характеристик, а й культурної норми середовища, в якому така поведінка розвивається, закріплюється й толерується.

В умовах сучасних соціальних викликів особливого значення набуває розвиток у підлітків здатності до психологічного самозахисту, внутрішньої рівноваги та адаптаційної гнучкості. У цьому сенсі життєстійкість виступає не лише як засіб протидії негативним впливам, а як ресурс формування зрілої,

етичної, соціально відповідальної особистості. Профілактика булінгу має ґрунтуватися на цілісному підході – через поєднання індивідуальної підтримки, формування психологічної культури, розвиток емпатії, і найголовніше – створення середовища, в якому сила не ототожнюється з агресією, а соціальний вплив базується на повазі та взаєморозумінні.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кононова, М. М., Перетятко, Л. Г. Теоретичний аналіз психологічних особливостей підлітків – учасників булінгу та кібербулінгу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2022. (3), 57-61.
2. Літвінова О. В. Типологія учасників булінгу в підлітковому віці: психологічні характеристики. *Освітній дискурс*. 2021. № 5(3). С. 66–71.
3. Панченко В. О., Позняк Т. М. Психологічні особливості підлітків-учасників боулінгу в освітньому середовищі. *Дев'яти Сіверянські соціально-психологічні читання* : матеріали Міжнар. наук. конф., м. Чернігів, 30 листоп. 2018 р. / за наук. ред. О. Ю. Дроздова, І. І. Шлімакової. Чернігів, 2019. С. 294–298.
4. Сурякова М. І., Батраченко І. І. Взаємозв'язок самооцінки та участі в булінгу підлітків. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. 2019. Т. XI. Вип. 14. С. 112–117.
5. Шевченко В. В., Яремчук В. В. Психологічні особливості булінгу серед учнів підліткового віку професійного училища. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2020. № 1. С. 71-76

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ЮНАКІВ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

Колісник Л.С.

Полтавська спеціальна школа №40