

УДК 159.922.8:316.624

<https://doi.org/10.68134/ah.2026-10-02.005>**Танасюк Віліна Ігорівна**

студент, Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ БУЛІНГУ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ: РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Анотація. У статті представлено результати емпіричного дослідження соціально-психологічних аспектів булінгу серед підлітків та оцінку ефективності авторської програми психологічної корекції. Дослідження проведено на вибірці 79 учнів 8-х класів комунального закладу «Вінницький ліцей № 9» (м. Вінниця, Україна) за допомогою п'яти психодіагностичних методик: «Булінг-анкета» Д. Ольвеуса, соціометрія Дж. Морено, шкала самооцінки М. Розенберга, шкала емоційного відгуку А. Мєграбяна і Н. Епштейна та авторська анкета цифрової поведінки. Встановлено, що 61,9% підлітків так чи інакше залучені до ситуацій булінгу, причому роль жертви й несприятливий соціометричний статус статистично значущо пов'язані з нижчою самооцінкою ($p < 0,001$) і вищим рівнем кіберризиків ($p < 0,001$), тоді як дефіцит емпатії виявився специфічним чинником саме ролі агресора. На основі теоретичного аналізу розроблено й апробовано чотириблокову програму психологічної корекції (12 занять) для експериментальної групи ($n=20$) порівняно з контрольною ($n=59$): зафіксовано статистично значуще зниження агресії ($p=0,002$) та зростання емпатії ($p=0,008$) в експериментальній групі порівняно з контрольною, а також тенденцію до зростання самооцінки ($p=0,099$). Результати підтверджують ефективність цільової психологічної корекції особистісних ресурсів підлітків, залучених до булінгу, і окреслюють напрями її вдосконалення.

Ключові слова: булінг, кібербулінг, підлітки, соціометричний статус, самооцінка, емпатія, психологічна корекція.

Abstract. The paper presents the results of an empirical study of the social-psychological aspects of bullying among adolescents and an evaluation of the effectiveness of an original psychological correction program. The study was conducted on a sample of 79 eighth-grade students from Vinnytsia Lyceum No. 9 (Vinnytsia, Ukraine) using five psychodiagnostic instruments: the Olweus Bully/Victim Questionnaire, Moreno's sociometry, the Rosenberg Self-Esteem Scale, the Mehrabian-Epstein Emotional Empathy Scale, and an original digital-behavior questionnaire. It was found that 61.9% of adolescents were involved in bullying situations in some role, with victim status and unfavorable sociometric status significantly associated with lower self-esteem ($p < 0.001$) and higher cyber-risk ($p < 0.001$), while empathy deficit was specifically linked to the bully role. Based on the theoretical analysis, a four-block psychological correction program (12 sessions) was developed and piloted with an experimental group ($n=20$) compared with a control group ($n=59$): a statistically significant decrease in aggression ($p=0.002$) and increase in empathy ($p=0.008$) was recorded in the experimental group relative to the control, along with a trend toward increased self-esteem ($p=0.099$). The results confirm the effectiveness of targeted psychological correction of personal resources in adolescents involved in bullying and outline directions for its further improvement.

Keywords: bullying, cyberbullying, adolescents, sociometric status, self-esteem, empathy, psychological correction.

Вступ

Тема соціально-психологічного супроводу дітей та підлітків набуває особливої актуальності саме в контексті теми цієї конференції — стійкості та відновлення України в умовах сучасних викликів. Булінг у закладах середньої освіти залишається однією з найгостріших соціально-психологічних проблем сучасної школи, а повномасштабна війна не послабила, а навпаки, загострила цю проблему. За даними опитування Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) серед українських підлітків (2023), 22% респондентів повідомили, що зазнавали образ,

приниження чи знущання онлайн, а перехід частини шкіл на дистанційний або змішаний формат навчання через повітряні тривоги й перебої з електропостачанням суттєво збільшив час, який підлітки проводять у цифровому середовищі, підвищуючи їхню експозицію до кібербулінгу. Ще показовіші дані отримано в загальнонаціональному дослідженні «Причини булінгу» Міністерства освіти і науки України спільно з Національною академією наук України (2024, вибірка 5576 учнів 5–9 класів): 51,3% опитаних хоча б раз стикалися з булінгом, а 24,7% стали його мішенями саме після початку повномасштабного вторгнення. Ці тенденції узгоджуються і з міжнародними лонгітюдними дослідженнями психічного здоров'я українських підлітків воєнного періоду, які фіксують статистично значуще погіршення їхнього емоційного стану після 24 лютого 2022 року (Osokina et al., 2023; Sourander et al., 2024). Попри значну кількість досліджень окремих аспектів булінгу, взаємозв'язок статусних (соціометричних), особистісних (самооцінка, емпатія) та поведінкових (цифрова активність) характеристик підлітків з їхньою участю в булінгу в єдиній емпіричній моделі, особливо на українській вибірці воєнного періоду, залишається недостатньо вивченим, так само як і практична ефективність комплексних програм психологічної корекції та реабілітації, що враховують ці зв'язки одночасно і сприяють психологічній стійкості дітей в умовах війни.

Мета і завдання

Мета дослідження — емпірично дослідити взаємозв'язок соціометричного статусу, самооцінки, емпатійних тенденцій і цифрової поведінки підлітків з їхньою роллю в ситуаціях булінгу та оцінити ефективність розробленої на цій основі програми психологічної корекції. Завдання дослідження: 1) визначити розподіл підлітків за роллю в булінгу та соціометричним статусом; 2) виявити статистичні зв'язки між роллю в булінгу, соціометричним статусом, самооцінкою, емпатією та рівнем кіберризиків; 3) розробити й апробувати програму психологічної корекції; 4) оцінити її ефективність порівняно з контрольною групою.

Методи

Дослідження проведено на вибірці 79 учнів 8-х класів (8-А, $n=28$; 8-Б, $n=31$; 8-В, $n=20$) комунального закладу «Вінницький ліцей № 9» (м. Вінниця). Використано «Булінг-анкету» Д. Ольвеуса, метод соціометрії Дж. Морено, шкалу самооцінки М. Розенберга, шкалу емоційного відгуку А. Меграбяна і Н. Епштейна та авторську анкету цифрової поведінки. Для статистичного аналізу застосовано кореляційний аналіз (коефіцієнт Спірмена), критерій Крускала–Уолліса, U-критерій Манна–Уїтні, χ^2 -критерій та, на формувальному етапі, T-критерій Вілкоксона. Клас 8-В ($n=20$, з найвищою часткою агресивних жертв — 55,0%) визначено як експериментальну групу для дванадцятизаняттєвої чотириблокової програми психологічної корекції (розвиток емпатії, зміцнення самооцінки, безпечна цифрова поведінка, групова динаміка); 8-А та 8-Б ($n=59$) становили контрольну групу.

Результати та обговорення

На констатувальному етапі встановлено, що 61,9% підлітків залучені до ситуацій булінгу (агресор — 32,9%, агресивна жертва — 21,5%, жертва — 7,6%), причому в експериментальному класі (8-В) частка агресивних жертв (55,0%) істотно перевищувала показники інших класів. Виявлено статистично значущий обернений зв'язок між рівнем віктимізації, соціометричним статусом і самооцінкою (r_s від -0,47 до -0,51; $p<0,01$): підлітки з роллю жертви чи агресивної жертви та несприятливим соціометричним статусом мають нижчу самооцінку ($M=15,17$ – $15,18$ проти $M=21,88$ – $22,00$ у решті вибірки; $p<0,001$). Дефіцит емпатійних тенденцій виявився специфічним чинником саме ролі агресора ($M=37,23$ проти $M=47,49$; $p<0,05$), а не ролі жертви. Зафіксовано стійкий позитивний зв'язок віктимізації, агресії та

несприятливого статусу з рівнем кіберризиків (r_s від 0,44 до 0,69; $p < 0,01$), а тривалість перебування в інтернеті статистично значущо пов'язана з роллю в булінгу ($\chi^2=49,64$; $p < 0,001$).

За результатами повторного тестування після реалізації корекційної програми в експериментальній групі (8-В, $n=20$) порівняно з контрольною (8-А+8-Б, $n=59$) зафіксовано статистично значуще зниження рівня агресії ($p=0,022$ усередині групи; $p=0,002$ порівняно з контрольною) та зростання емпатійних тенденцій ($p=0,016$ усередині групи; $p=0,008$ порівняно з контрольною); зростання самооцінки виявило чітку тенденцію на користь програми ($p=0,017$ усередині групи), що не досягла значущості в міжгруповому порівнянні ($p=0,099$), імовірно, через невеликий обсяг вибірки. Рівень власне віктимізації та рольова категорія за Ольвеусом статистично значуще не змінилися в жодній групі. Показник кіберризиків продемонстрував контрінтуїтивне статистично значуще зростання в експериментальній групі порівняно з контрольною ($p=0,022$), що інтерпретовано як імовірний ефект підвищеної обізнаності підлітків після блоку занять із цифрової безпеки, а не як реальне погіршення поведінки. Отримані результати узгоджуються з метааналітичними даними про ефективність шкільних антибулінгових програм (Ttofi & Farrington, 2011; Durlak et al., 2011) щодо сильнішого ефекту на особистісних ресурсах підлітків і обмеженого впливу на структурні, груподинамічні показники за короткий термін втручання (Guzman-Holst et al., 2022).

Висновки

Емпірично підтверджено взаємозв'язок ролі підлітка в ситуаціях булінгу з його соціометричним статусом, самооцінкою, емпатійними тенденціями та рівнем цифрового ризику, причому дефіцит емпатії виявився специфічним предиктором саме агресивної, а не віктимної поведінки. Розроблена на основі цих даних чотириблокова програма психологічної корекції продемонструвала статистично значущу ефективність щодо зниження агресії та підвищення емпатії, а також тенденцію до зростання самооцінки учасників, підтверджуючи доцільність цілеспрямованої, короткострокової психологічної роботи з підлітками, залученими до булінгу, за умови подальшого вдосконалення блоку цифрової безпеки та продовження роботи для впливу на структурні характеристики учнівського колективу.

Список використаних джерел

1. Coie J. D., Dodge K. A., Coppotelli H. Dimensions and types of social status: A cross-age perspective. *Developmental Psychology*. 1982. Vol. 18, No. 4. P. 557–570. DOI: 10.1037/0012-1649.18.4.557
2. Durlak J. A., Weissberg R. P., Dymnicki A. B., Taylor R. D., Schellinger K. B. The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*. 2011. Vol. 82, No. 1. P. 405–432. DOI: 10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x
3. Guzman-Holst C., Zaneva M., Chessell C., Creswell C., Bowes L. Research review: Do antibullying interventions reduce internalizing symptoms? A systematic review, meta-analysis, and meta-regression exploring intervention components, moderators, and mechanisms. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2022. Vol. 63, No. 12. P. 1454–1465. DOI: 10.1111/jcpp.13620
4. Olweus D. *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell. 1993. Vol. 42, No. 4. P. 403. DOI: 10.2307/3121681
5. Osokina O., Silwal S., Bohdanova T., Hodes M., Sourander A., Skokauskas N. Impact of the Russian invasion on mental health of adolescents in Ukraine. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 2023. Vol. 62, No. 3. P. 335–343. DOI: 10.1016/j.jaac.2022.07.845
6. Rosenberg M. *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press. 1965. DOI: 10.1515/9781400876136
7. Salmivalli C., Lagerspetz K., Björkqvist K., Österman K., Kaukiainen A. Bullying as a group process: Participant roles and their relations to social status within the group. *Aggressive Behavior*. 1996. Vol. 22, No. 1. P. 1–15. DOI: 10.4324/9781351153683-13

8. Ttofi M. M., Farrington D. P. Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*. 2011. Vol. 7, No. 1. P. 27–56. DOI: 10.1007/s11292-010-9109-1
9. Міністерство освіти і науки України. Причини булінгу: результати всеукраїнського дослідження в закладах загальної середньої освіти : аналіт. звіт / МОН України, Нац. акад. наук України. 2024. URL: <https://mon.gov.ua/news/prychyny-bulinhu-rezultaty-masshtabnoho-doslidzhennia-v-ukrainskykh-shkolakh> (дата звернення: 27.09.2026).
10. ЮНІСЕФ Україна. Результати опитування підлітків щодо булінгу та кібербулінгу. 2023. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/bullying-cyberbylling-teens-Ukraine> (дата звернення: 27.09.2026).