

## РІВНІ ПРОФІЛАКТИКИ МОБІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

**Павленко Марина Сергіївна,**

кандидат психологічних наук,  
старший викладач кафедри практичної психології  
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка  
ORCID ID: 0000-0003-2177-5000

**Криволап Олександра Володимирівна,**

викладач кафедри практичної психології  
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка  
ORCID ID: 0009-0001-7634-2627

*Сучасний рівень розвитку психологічної науки ставить перед науковцями численні завдання стосовно проведення досліджень щодо міжособистісної взаємодії на різних рівнях її прояву. Проблематика конфліктної взаємодії залишається актуальною протягом усього існування людства, оскільки соціальний прогрес передбачає як створення, так і подолання конфліктів. У сучасних умовах з урахуванням різноманітних зовнішніх загроз, таких як війна та інші небезпечні ситуації, особливо важливою стає місія створення безпечного освітнього середовища.*

*Багато учнівських груп стикаються з проблемою мобінгу, який характеризується цілеспрямованим та систематичним психологічним тиском групи на окремих учнів класу. Це втручання порушує їхню гідність і право на повагу. Мобінг впливає на роботу групи, відволікаючи від позитивних справ, сприяє збільшенню конфліктності та погіршенню морально-психологічного клімату, обмежує можливості самореалізації тих, хто стає об'єктом мобінгу, у колективі ровесників. У дослідженнях науковців мобінг часто розглядається як соціально-психологічне явище, деструктивна взаємодія та підтип агресії, що може набувати різних форм вияву, зокрема фізичних та словесних проявів. Мобінг розглядається як усвідомлене насильство над слабкими, неспроможними захистити себе особистостями. Дослідження явища мобінгу в освітньому середовищі вимагає глибокого аналізу та розгляду через його потенційно серйозний вплив на психічний стан та фізичне здоров'я як учнів, так і педагогічних працівників. Це явище може призвести до погіршення академічних досягнень учнів та вплинути на ефективність навчання й виховання. Постійний мобінг у навчальному закладі здатний створити негативний психологічний клімат, що вплине на загальну атмосферу, взаємовідносини між учнями та педагогічним персоналом, а також загальну безпеку та благополуччя всіх учасників освітнього процесу. Крім того, він може впливати на уявлення учнів про взаємовідносини та спричиняти тривалі конфлікти.*

**Ключові слова:** профілактика, мобінг, освітнє середовище, підлітки.

### ***Pavlenko Maryna, Krivolap Oleksandra. Levels of bullying prevention in the educational environment***

*The current state of development in psychological science poses numerous challenges for researchers in the direction of conducting studies on interpersonal interaction at various levels of its manifestation. The issue of conflict interaction remains relevant throughout the existence of humanity, as social progress involves both the creation and overcoming of conflicts. In modern times, considering various external threats such as war and other dangerous situations, the mission of creating a safe educational environment becomes particularly crucial.*

*Many student groups encounter the problem of bullying, characterized by deliberate and systematic psychological pressure from a group onto individual students within the class. This interference violates their dignity and right to respect. Bullying affects the group dynamic, diverting attention from positive activities, fostering increased conflict, and deteriorating the moral-psychological climate. It limits the self-realization opportunities of those subjected to bullying within their peer group. In research, bullying is often viewed as a social-psychological phenomenon, a destructive interaction, and a subtype of aggression that can manifest in various forms, including physical and verbal expressions. Bullying is seen as conscious violence against the vulnerable individuals who are unable to defend themselves. Studying bullying in the educational environment requires deep analysis and consideration due to its potentially serious impact on the mental and physical health of both students and educational staff. This phenomenon may lead to deteriorating academic achievements and affect the effectiveness of education and upbringing. Persistent bullying within educational institutions can create a negative psychological climate, influencing the overall atmosphere, relationships between students and educational staff, as well as the general safety and well-being of all participants in the educational process. Moreover, it can shape students' perceptions of relationships and provoke prolonged conflicts.*

**Key words:** prevention, bullying, educational environment, adolescents.

**Вступ.** Аналіз міжнародного та вітчизняного досвіду підтверджує складність у вирішенні проблеми мобінгу. Для ефективної протидії цьому явищу необхідна система заходів, яка включає діагностику (проведення прямого або опосередкованого збору відпо-

відної інформації щодо проявів мобінгу у шкільному колективі), цілеспрямовані заходи (створення системи виховної роботи з учнями за допомогою інтерактивних методів та використання арттерапії, психологічних хвилинок із застосуванням методів психофізіологічної

саморегуляції, зняття агресії; обговорення проблеми мобінгу на уроках, загальношкільних зборах та зустрічах батьківських колективів; впровадження медіації; навчання шкільного персоналу стратегіям профілактики цькування та втручання у разі насильства серед учнів) та моніторинг ситуації у закладі освіти.

**Матеріали та методи.** Теоретичний аналіз літератури та порівняльне дослідження.

**Результати дослідження.** Перша експериментальна програма для боротьби з цькуванням була запропонована у 1982–1984 роках професором Д. Ольвеусом у Бергені (Норвегія) та була спрямована на протидію проявам агресії та насильства серед школярів. Протягом апробаційного періоду програма була впроваджена в 42 норвезьких школах [8].

Програма Д. Ольвеуса, яка визнана в усьому світі, спрямована перш за все на створення позитивного шкільного та класного клімату і базується на таких принципах:

- сердечність, інтерес та відповідальність дорослих;
- встановлення чітких меж неприпустимої поведінки учнів;
- послідовна, але не ворожа реакція на порушення правил;
- певний рівень спостереження та контролю;
- присутність авторитетних дорослих [1].

Програма передбачає заходи на кількох рівнях:

- рівень школи: посилений нагляд за учнями на перервах, підготовка вчителів, обговорення правил поведінки та заходів між вчителями та батьками;
- рівень класу: регулювання спорів, рольові ігри для вирішення соціальних проблем, кооперативні форми навчання;
- рівень кожного учня: серйозні дискусії з агресивними учнями та їхніми батьками, підтримка жертв, психологічні заходи.

Зазначений підхід охоплює всіх учасників конфлікту між учителями, батьками, кривдниками та жертвами, а також акцентує увагу на ранньому втручанні задля попередження насильства.

Згідно з рекомендаціями Всесвітньої організації охорони здоров'я, профілактика може бути розділена на три рівні: первинний, вторинний та третинний. Первинна профілактика спрямована на усунення чинників, які спричиняють виникнення проблем, та підвищення стійкості особистості до їх впливу. Основним завданням первинної профілактики є усунення чинників, які призводять до певних проблем, а також підвищення стійкості особистості до впливу.

Вторинна профілактика націлена на раннє виявлення та реабілітацію нервово-психічних розладів і проведення корекційної роботи з «групами ризику». Головною метою є забезпечення своєчасного втручання та підтримка осіб, які вже зазнали впливу негативних факторів.

Третинна профілактика орієнтована на лікування нервово-психічних порушень, які супроводжуються порушеннями поведінки, а також може включати заходи

щодо запобігання повторного виникнення проблем у осіб з уже сформованою аномальною поведінкою [1].

Розглядаючи закономірності психологічної профілактики агресивної поведінки неповнолітніх, зазначимо, що вирішення цього завдання вимагає радикальних соціально-економічних змін та покращення загальної морально-освітньої атмосфери, оскільки агресивна поведінка учнів підліткового віку є рефлексією сучасної суспільної реальності [7].

Українська дослідниця та психолог Л. Найдьонова зазначає, що для запобігання мобінгу в освітньому середовищі варто вжити таких заходів:

- створення Кодексу поведінки, який містить правила для працівників і учнів та закликає до відмови від насильства, надає рекомендації щодо ненасильницького спілкування;
- розроблення внутрішньої політики, яка встановлює принципи взаємоповаги і поширюється як на адміністрацію, так і на учнівське управління [6];
- активна робота служби вирішення конфліктів в школі;

– проведення тренінгів з учнями задля поліпшення взаємовідносин та сприяння позитивній атмосфері в школі.

Л. Найдьонова описує ефективні антибулінгові стратегії школи (за Д. Кросс, К. Лі, Х. Монкс).

Забезпечення усвідомлення явища булінгу та кібербулінгу всіма учасниками (персонал школи, учні, батьки) включає такі складники:

- розуміння швидкого розвитку сучасних технологій та умов їх безпечного використання;
- вивчення ефективних способів реагування дорослих на випадки кібербулінгу, кібермобінгу, спрямоване на підвищення ймовірності того, що жертва звернеться по допомогу до дорослих;
- позитивний підхід до використання технологій має на меті врахування впливу уявлень дітей про кіберпростір на їхню онлайн-поведінку;
- підвищення загального рівня обізнаності щодо мобінгу, булінгу, цифрової моралі, етикету та проведення соціально-психологічних тренінгів для розвитку комунікативних навичок;
- аналіз ефективних стратегій реагування на кібермобінг та кібербулінг як у технічному, так і в психологічному аспектах [6].

Розроблення активної шкільної політики передбачає планування практик, спрямованих на:

- впровадження чіткої та адекватної шкільної політики та практик, які включають чітке повідомлення про відповідальність школи за соціально-психологічну безпеку та створення підтримуючої атмосфери;
- встановлення очікувань щодо позитивної онлайн-поведінки та моральних норм, які дійсні як в онлайн-, так і в офлайн-середовищах;
- визначення прав та відповідальності всього персоналу школи, учнів та їхніх родин у протидії кіберцькуванню;
- розроблення ефективних механізмів онлайн-звітування про випадки кіберцькування та надання адекватної допомоги відповідно до конкретної ситуації;

– аналіз окремих випадків кібермобінгу та кібербулінгу з урахуванням можливості їх ескалації та розроблення механізмів втручання;

– взаємодія зі спеціалістами у галузі інформаційних технологій для консультацій [6].

Створення та підтримка ресурсного соціального оточення включають:

– організацію позакласних заходів, спільних ігор та загальної творчості для підвищення позитивних міжособистісних зв'язків серед учнів та підтримки емоційного стану школярів;

– сприяння формуванню культури підтримки, яка передбачає активну роль спостерігачів у разі булінгу.

Захист середовища включає:

– підтримку та сприяння позитивному використанню технологій;

– забезпечення доступності технологій для учнів з навчальною та соціальною метою;

– здійснення ефективного контролю за онлайн-поведінкою дітей, зокрема модерування.

Співпраця між школою, сім'єю та громадою передбачає:

– розвиток координації та узгодженості заходів між школою та родинами для запобігання мобінгу;

– акцент на відповідальності батьків та їх здатності регулярно відстежувати поведінку, зокрема в онлайн-режимі, дітей і надавати їм підтримку [2].

Наведені методичні рекомендації включають заходи на різних рівнях для боротьби з мобінгом та кібермобінгом в освітньому середовищі, спрямовані на підвищення обізнаності та залученості дорослих, забезпечення безпеки і підтримки учнів, створення позитивного клімату в школі на основі системи багаторівневої шкільної антибулінгової програми (за Д. Ольвеусом).

Загальний рівень передбачає свідомість та активну участь дорослих. Важливо, щоб всі дорослі в школі були освічені щодо булінгу, мобінгу та кіберцькування і брали активну участь у запобіганні цим явищам.

Рівень школи загалом включає:

– загальношкільне опитування: проведення анкетування учнів для визначення рівня поширеності мобінгу, булінгу та кіберцькування в школі;

– загальношкільну конференцію (або день): організація спеціальної події, на якій обговорюються питання мобінгу, булінгу та кіберцькування;

– регулярний моніторинг та оцінювання ефективності вжитих заходів в подальшому;

– заснування дискусійних груп для працівників школи: створення можливості для вчителів та інших працівників школи обговорювати проблеми мобінгу, булінгу, кіберцькування та розроблювати спільні стратегії.

На рівні класу необхідні такі заходи:

– впровадження правил проти мобінгу, булінгу на рівні класних колективів: створення набору правил для класу, які чітко визначають, що мобінг та булінг є неприпустимими;

– тематичні зустрічі учнів класу: організація зустрічей для учнів класу задля обговорення питань мобінгу,

булінгу, кіберцькування та спільної роботи над їх вирішенням;

– тематичні зустрічі для учнів та їхніх батьків: залучення батьків до обговорення явищ мобінгу та булінгу і розроблення спільних стратегій [6].

На індивідуальному рівні слід застосовувати:

– серйозні розмови з моберами і жертвами: індивідуальні бесіди з дітьми, які стали жертвами мобінгу або практикують це явище, задля з'ясування причин і розроблення планів втручання;

– серйозні розмови з батьками дітей-моберів і жертв: залучення батьків до спільної роботи над вирішенням конкретних ситуацій;

– розроблення індивідуальних планів втручання: створення індивідуальних стратегій для допомоги конкретним жертвам та моберам у вирішенні проблем мобінгу та кіберцькування [3].

За необхідності варто залучати до профілактичної роботи фахівців служби у справах дітей, представників ювенальної превенції сектору управління поліції, не залишати поза увагою батьків дітей, проводити роботу з класними колективами, яка має плануватися й реалізовуватися згідно із загальною програмою надання соціально-педагогічної та психологічної допомоги дитині-агресору та дітям, які постраждали від її дій. Важливим аспектом для навчального середовища є акцент на відновленні стосунків між конфліктуючими сторонами та створенні сприятливої атмосфери, що сприяє навчанню [4].

Основною метою профілактичної роботи є створення зони найближчого розвитку для особистості та діяльності дитини. У цьому контексті профілактика планується як процес спрямованого формування психологічних новоутворень, які є характерними для учнів середніх класів. Особливістю коригування психічного розвитку неповнолітнього є його активно формуюча функція, яка передбачає вплив на процес становлення та розвитку психологічних новоутворень [5].

Серед цілей системи профілактики агресивної поведінки неповнолітніх, визначених Р. Благутю, можна виділити сприяння оптимізації умов життя і виховання неповнолітніх; охорону особистих прав неповнолітніх; надання соціальної допомоги родинам, які відчувають труднощі в утриманні і вихованні дітей; надання соціальної, педагогічної і психологічної підтримки неповнолітнім із груп підвищеного ризику; забезпечення медичної опіки. Зазначені цілі спрямовані на створення сприятливих умов для фізичного та психологічного здоров'я дітей, захисту їхніх прав та інтересів, а також підтримку сімей у вихованні неповнолітніх та попередженні агресивної поведінки [3].

Е. Ейдман і О. Чебикін підкреслюють, що застосування спеціалізованих та тематичних тренінгів може покращити емоційно-вольовий та поведінковий аспекти особистості, сприяючи прогресивному розвитку рівня саморегуляції. В результаті удосконалення мотивації, когнітивних здібностей, емоційно-вольового контролю та морально-поведінкових аспектів підліток стає більш

впевненим у собі, наполегливим у власній діяльності та здатним завершувати розпочаті справи.

У багатьох європейських країнах соціальні працівники та психологи проводять різні тренінги з дітьми, навчають втручання та попередженню зущань, роз'яснюють наслідки мобінгу, способи допомоги та підтримки жертви від моберів. Під час просвітницько-профілактичних занять експерти моделюють різні ситуації задля відпрацювання навичок розв'язання конфліктів. Європейська система запобігання проявів насилля схожа з українською, де такі заняття проводять психологи та соціальні педагоги, класні керівники закладів освіти, шкільні офіцери поліції та фахівці сектору ювенальної превенції. Задля протистояння поширенню мобінгу у закладах освіти необхідно використовувати напрацьо-

вані методи боротьби з цією проблемою у різних країнах та впроваджувати їх під час проведення профілактичних заходів для формування безпечного освітнього простору.

**Висновки.** У ході дослідження узагальнено досвід впровадження програм профілактики мобінгу, який співвідноситься з українською системою запобігання насильству в освітньому середовищі відповідно до сучасних змін у нормативно-правовій базі, що регулюють реагування на випадки мобінгу, булінгу та кіберцькування. Сучасний рівень профілактики мобінгу в освітньому середовищі передбачає співпрацю між закладами освіти, шкільними офіцерами поліції та фахівцями сектору ювенальної превенції, а також розроблення внутрішньої політики закладу, спрямованої на профілактику насильницької поведінки.

#### Література:

1. Балакірева О. Насильство та булінг в освітньому середовищі. *Результати соціологічного дослідження: здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді (HBSC)*. 2018. № 4. С. 38–43.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод., допов. на CD) / уклад. і голов. ред. В. Бусел. Київ; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2009. 1736 с.
3. Величко М. Психологічний зміст та основні причини виникнення мобінгу серед дітей середнього шкільного віку. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2019. № 1 (10). С. 21–24.
4. Волошина В., Долинська Л., Ставицька С., Темрук О. Загальна психологія. Практикум: навчальний посібник. 3-тє вид. Київ: Каравела, 2010. 280 с.
5. Калюжна Є., Гайдаєнко С. Методологічні основи психокорекції та психопрофілактики девіантної поведінки у підлітковому віці. *Проблеми сучасної психології*. 2021. № 4 (23). С. 54–61.
6. Найдьонова Л. Кібербулінг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини: методичні рекомендації. Київ, 2014. 80 с.
7. Попелюшко Р., Бабич А. Теоретичний аналіз впливу життєвих обставин на прояви агресивної поведінки. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. Драгоманова. Психологічні науки*. 2023. № 21 (66). С. 61–69.
8. Olweus D., Smith P. The nature of school bullying: a cross-national perspective. New York: Routledge, 1999. P. 7–27.

#### References:

1. Balakiryeva, O. (2018). Nasylystvo ta bulynng v osvithnomu seredovyshchi. Rezultaty sotsiolohichnoho doslidzhennya: zdorov'ya ta povedinkovi oriientatsiyi uchnivskoyi molodi (HBSC), (4), 38–43.
2. Busel, V. (ed.) (2005). Velykyi tлумachnyi slovnyk suchasnoi ukrainiskoi movy: 250 000 sliv [A large explanatory dictionary of the modern Ukrainian language: 250,000 words]. Kyiv ; Irpin : VTF "Perun".
3. Velychko, M. (2019). Psykholohichniy zmist ta osnovni prychny vynyknennya mobinhu sered ditey serednoho shkilnoho viku. Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Psykholohiya, (1), 21–24.
4. Voloshyna, V., Dolynska, L., Stavyt'ska, S., & Temruk, O. (2010). Zahalna psykholohiya. Praktykum: navch. posib. 3-te vyd. Kyiv: Karavela.
5. Kaliuzhna, Ye., & Haydaenko, S. (2021). Metodolohichni osnovy psykokorektsii ta psykhoprofilaktyky deviantnoyi povedinky u pidlitkovomu vitsi. Problemy suchasnoyi psykholohiyi, 4 (23), 54–61.
6. Naidyonova, L. (2014). Kiberbullying abo ahrresiya v interneti: sposoby rozpiznannya i zakhyst dytyny: metodychni rekomendatsiyi. Kyiv.
7. Popelyushko, R., & Babych, A. (2023). Teoretychnyi analiz vplyvu zhyttyevykh obstavyn na proyavy ahrresyvnoyi povedinky. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. Drahomanova. Psykholohichni nauky, (21), 61–69.
8. Olweus, D., & Smith, R. (1999). The nature of school bullying: a cross-national perspective. New York: Routledge, 7–27.