

**МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО**

Навчально-науковий інститут соціально-педагогічної та мистецької освіти

Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА (ДИПЛОМНА) РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему **«ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ ЯК ФОРМИ
ПРОЯВУ СОЦІАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ В СУЧАСНОМУ ОСВІТНЬОМУ
СЕРЕДОВИЩІ»**

Виконала здобувач вищої освіти
групи ПС 21 м заочного відділення
спеціальність 053 Психологія
ОП Психологія. Практична психологія
Загороднікова Ірина Андріївна

Керівник: д.психол.наук, професор
Ковальова Ольга Вікторівна

Рецензент: д.психол.н., професор
Волошина Валентина Дмитрівна

Запоріжжя– 2022 року

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ САНОГЕННОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ СТАРШОКЛАСНИКА.....	7
1.1. Еволюція теоретичних поглядів на сутність саногенного потенціалу особистості в психологічній науці.....	7
1.2. Суб'єктно-особистісні детермінанти стресостійкості особистості старшокласника.....	11
1.3. Стрес-менеджмент як засіб формування стресостійкості особистості старшокласника.....	17
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЧИННИКІВ САНОГЕННОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ СТАРШОКЛАСНИКА.....	21
2.1. Програма дослідження психологічних чинників саногенного потенціалу особистості старшокласника.....	21
2.2. Аналіз результатів експерименту	22
РОЗДІЛ 3. ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЗАСОБАМИ СТРЕС-МЕНЕДЖМЕНТУ ЯК СПОСІБ ФОРМУВАННЯ САНОГЕННОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ.....	27
3.1. Сутність корекційно-розвивальної програми, що сприяє формуванню саногенного потенціалу особистості.....	27
3.2. Аналіз результатів формуючого експерименту.....	28
ВИСНОВКИ.....	34
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	36
ДОДАТКИ.....	40

Загороднікова Ірина Андріївна

Особливості профілактики булінгу як форми прояву соціальної агресії в сучасному освітньому середовищі

Анотація

Зміна соціальної ситуації розвитку сучасної дитини, що характеризується руйнуванням природних інститутів соціалізації – сім'ї та дитячої спільноти, орієнтацією виховання на індивідуалістичну модель, посиленням процесу розшарування суспільства за соціально-економічними, політичними та іншими показниками, тенденцією до збіднення, обмеження можливості конструктивного спілкування дітей з однолітками, негативно позначається на процесі соціалізації дітей, призводить до зростання різних форм соціальної депривації та соціальної агресії, у тому числі збільшення кількості дітей знедолених, ізольованих у дитячому співтоваристві, які стали жертвами агресії з боку однолітків, жертвами шкільного цькування або булінгу.

Актуальність дослідження булінгу зумовлена тим, що досвід зіткнення з цькуванням має вплив на поведінку та психологічне благополуччя, здоров'я особистості, всі учасники формують свої звички домінування / підпорядкування, відносини та стійкі патерни поведінки. Майже кожен третій учень у світі зазнає знущань та фізичного насильства з боку своїх однолітків у школі. У 2018 році Україна вперше буде долучена до міжнародного дослідження PISA, в якому передбачено анкетування учнів, адміністрації закладів освіти щодо стану соціального благополуччя та безпеки освітнього середовища. За даними Генпрокуратури та Держстату, щороку в Україні близько 2,5 тисяч дітей намагаються здійснити самогубство. Причиною 40 % самогубств є булінг, який здійснюється над дитиною у школі. Також важливо зрозуміти, що більшість дітей сприймають знущання як належне, тобто в таких ситуаціях є в статусі свідка, і не стають на захист жертв булінгу. Організація UNICEF у 2020 році провела глобальне дослідження для Генеральної асамблеї

ООН, опитавши дітей із різних країн світу щодо явища цькування. UNICEF Ukraine опублікувала дані опитування серед українських школярів. Виявилось, що проблема булінгу в нашій країні є дуже великою – 89 % респондентів підтвердили це: у 52 % випадків школярі піддають знущанням своїх однокласників через зовнішність; 40 % дітей тримають все в собі, тому що соромляться розповісти про те, що зазнають нападок з боку однокласників; у більшості випадків (69 %) українські школярі влаштовують цькування вічна-віч; 37 % дітей вважають, що булінг можна було б припинити, якби дорослі звертали на це увагу [20]. У контексті світу, Україна за даними ВООЗ займає 4 місце за рівнем проявів агресії серед підлітків, 9-те місце за кількістю жертв цькування серед підлітків. У 2019 році 193 держави-члени ЮНЕСКО підтримали установу Міжнародного дня проти насильства та булінгу в школі та Інтернеті. Відповідні статистичні дані актуалізують світовий інтерес до дослідження відповідної проблеми та пошуку інноваційних шляхів зниження прояву підліткової агресії та проявів боулінгу у сучасному освітньому закладі.

Представлені в даному дослідженні теоретичні і практичні матеріали свідчать про те, що проблема розвитку саногенного потенціалу особистості в даний час є надзвичайно актуальною, обумовленою потребою суспільства в гармонійно розвинутій, психологічно здоровій особистості, готової до активної самореалізації. В результаті впровадження корекційної програми «Розвиток саногенного потенціалу особистості: стресостійкість та тайм-менеджмент» на етапі формуючого експерименту респонденти стали менш емоційно збудливими, знизився рівень невротизації, ситуативної та особистісної тривожності, про що свідчать результати кореляційного аналізу емпіричних даних. Психокорекційна робота засобами стрес-менеджменту в умовах психологічного супроводу старшокласників сприяла оптимізації процесу розвитку саногенного потенціалу особистості.

Ключові слова: булінг, соціальна агресія, стесостійкість, саногенний потенціал

Zagorodnikova Iryna

Peculiarities of bullying prevention as a form of manifestation of social aggression in the modern educational environment

Abstract

The change in the social situation of the development of the modern child, which is characterized by the destruction of the natural institutions of socialization - the family and children's community, the orientation of education towards an individualistic model, the strengthening of the process of stratification of society according to socio-economic, political and other indicators, the tendency towards impoverishment, limiting the possibility of constructive communication of children with peers, negatively affects the process of children's socialization, leads to an increase in various forms of social deprivation and social aggression, including an increase in the number of disadvantaged children, isolated in the children's community, who became victims of aggression by peers, victims of school bullying or bullying.

The relevance of bullying research is due to the fact that the experience of encountering bullying has an impact on behavior and psychological well-being, personal health, all participants form their habits of dominance / submission, relationships and stable patterns of behavior. Almost one in three students in the world experiences bullying and physical violence from their peers at school. In 2018, for the first time, Ukraine will be included in the international PISA study, which provides for a questionnaire of students and the administration of educational institutions regarding the state of social well-being and safety of the educational environment. According to the General Prosecutor's Office and State Statistics Office, every year in Ukraine, about 2.5 thousand children try to commit suicide. The reason for 40% of suicides is bullying, which is carried out on a child at school. It is also important to understand that most children take bullying for granted, that is, in such situations, they are in the status of a witness, and do not stand up for the victims of bullying. In 2020, UNICEF conducted a global study for the UN General

Assembly, interviewing children from different countries around the world about the phenomenon of bullying. UNICEF Ukraine published survey data among Ukrainian schoolchildren. It turned out that the problem of bullying in our country is very big - 89% of respondents confirmed this: in 52% of cases, schoolchildren bully their classmates because of their appearance; 40% of children keep everything to themselves because they are ashamed to tell about being attacked by classmates; in most cases (69%) Ukrainian schoolchildren arrange face-to-face bullying; 37% of children believe that bullying could be stopped if adults paid attention to it [20]. In the context of the world, according to the WHO, Ukraine ranks 4th in terms of the level of aggression among teenagers, 9th in terms of the number of victims of bullying among teenagers. In 2019, 193 UNESCO member states supported the institution of the International Day against Violence and Bullying at School and on the Internet. The corresponding statistical data actualize the world's interest in researching the relevant problem and finding innovative ways to reduce the manifestation of adolescent aggression and manifestations of bullying in a modern educational institution.

The theoretical and practical materials presented in this study indicate that the problem of developing the sanogenic potential of an individual is currently extremely relevant, due to the need of society for a harmoniously developed, psychologically healthy individual, ready for active self-realization. As a result of the implementation of the corrective program "Development of the sanogenic potential of the individual: stress resistance and time management" at the stage of the formative experiment, the respondents became less emotionally excitable, the level of neuroticism, situational and personal anxiety decreased, as evidenced by the results of the correlation analysis of empirical data. Psychocorrective work with means of stress management in the conditions of psychological support of high school students contributed to the optimization of the process of development of the sanogenic potential of the individual.

Key words : bullying, social aggression, stress resistance, sanogenic potential

РЕФЕРАТ

магістерської роботи на тему:

«Особливості профілактики булінгу як форми прояву соціальної агресії в сучасному освітньому середовищі»

Здобувачки вищої освіти Загороднікової Ірини Андріївни

Науковий керівник: Ковальова О.В., доктор психологічних наук, професор кафедри психології.

Зміна соціальної ситуації розвитку сучасної дитини, що характеризується руйнуванням природних інститутів соціалізації – сім'ї та дитячої спільноти, орієнтацією виховання на індивідуалістичну модель, посиленням процесу розшарування суспільства за соціально-економічними, політичними та іншими показниками, тенденцією до збіднення, обмеження можливості конструктивного спілкування дітей з однолітками, негативно позначається на процесі соціалізації дітей, призводить до зростання різних форм соціальної депривації та соціальної агресії, у тому числі збільшення кількості дітей знедолених, ізольованих у дитячому співтоваристві, які стали жертвами агресії з боку однолітків, жертвами шкільного цькування або булінгу.

Актуальність дослідження булінгу зумовлена тим, що досвід зіткнення з цькуванням має вплив на поведінку та психологічне благополуччя, здоров'я особистості, всі учасники формують свої звички домінування / підпорядкування, відносини та стійкі патерни поведінки. Майже кожен третій учень у світі зазнає знущань та фізичного насильства з боку своїх однолітків у школі. У 2018 році Україна вперше буде долучена до міжнародного дослідження PISA, в якому передбачено анкетування учнів, адміністрації закладів освіти щодо стану соціального благополуччя та безпеки освітнього середовища. За даними Генпрокуратури та Держстату, щороку в Україні близько 2,5 тисяч дітей намагаються здійснити самогубство. Причиною 40 % самогубств є булінг, який здійснюється над дитиною у школі. Також важливо зрозуміти, що більшість дітей сприймають знущання як належне, тобто в таких

ситуаціях є в статусі свідка, і не стають на захист жертв булінгу. Організація UNICEF у 2020 році провела глобальне дослідження для Генеральної асамблеї ООН, опитавши дітей із різних країн світу щодо явища цькування. UNICEF Ukraine опублікувала дані опитування серед українських школярів. Виявилось, що проблема булінгу в нашій країні є дуже великою – 89 % респондентів підтвердили це: у 52 % випадків школярі піддають знущанням своїх однокласників через зовнішність; 40 % дітей тримають все в собі, тому що соромляться розповісти про те, що зазнають нападок з боку однокласників; у більшості випадків (69 %) українські школярі влаштовують цькування вічна-віч; 37 % дітей вважають, що булінг можна було б припинити, якби дорослі звертали на це увагу [20]. У контексті світу, Україна за даними ВООЗ займає 4 місце за рівнем проявів агресії серед підлітків, 9-те місце за кількістю жертв цькування серед підлітків. У 2019 році 193 держави-члени ЮНЕСКО підтримали установу Міжнародного дня проти насильства та булінгу в школі та Інтернеті. Відповідні статистичні дані актуалізують світовий інтерес до дослідження відповідної проблеми та пошуку інноваційних шляхів зниження прояву підліткової агресії та проявів боулінгу у сучасному освітньому закладі.

Об'єкт дослідження – агресивна поведінка та агресивність у підлітковому віці.

Предмет дослідження – психологічні чинники прояву булінгу, як феномену соціальної агресивної цілеспрямованої поведінки у підлітковому віці.

Мета дослідження – здійснити теоретичний аналіз та емпіричне дослідження прояву булінгу в шкільному колективі; визначити напрями профілактики булінгу.

Для вирішення поставленої мети потрібно вирішити наступні **завдання**:

- вивчити і проаналізувати психологічну літературу з даної проблеми;
- визначити і науково обґрунтувати сутність, зміст, психологічні детермінанти прояву боулінгу як форми соціальної агресії;

- емпірично дослідити особливості прояву соціальної агресії як форми булінгової поведінки у підлітковому середовищі;

- проаналізувати напрями профілактичних заходів щодо запобігання булінгу в шкільному колективі.

Гіпотеза дослідження: основними факторами виникнення булінгу в підлітковому середовищі є групові (несформована ціннісно-орієнтаційна єдність групи, несприятливий соціально-психологічний клімат, низька згуртованість та відсутність самовизначення особистості в групі) та індивідуальні фактори: (агресивна поведінка, віктимність, конформність). Відповідно, впровадження комплексної системи з використанням інноваційних технологій в умовах сучасного освітнього закладу, що спрямована на корекцію агресивної поведінки підлітків, а також на покращення соціально-психологічного клімату групи, сприятиме зниженню прояву булінгу у підлітковому середовищі.

Експериментальною базою дослідження стали Лабораторія психофізіологічних досліджень, Лабораторія психології здоров'я, STEAM – лабораторія Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького (2021 рік). В дослідженні прийняли участь 70 учнів навчальних закладів м. Мелітополя Запорізької області – Мелітопольська гімназія № 8 ММР ЗО, Ліцей № 10 ММР ЗО, Мелітопольська гімназія № 22 ММР ЗО. Вибірка рандомізована.

Емпіричне дослідження було проведено у три етапи: констатуючий, формуючий та контрольний. На констатуючому етапі проводилася психодіагностика підлітків з метою виявлення рівня булінгу та його характерних рис. На підставі отриманих даних було розроблено та імплементовано програму «Рівний рівному: шкільний світ проти булінгу, скулшутінгу та кіберадикції» з елементами технологій доповненої реальності, яка застосовувалася з метою запобігання булінгу, побудови конструктивної міжособистісної взаємодії серед підлітків та формування навичок

саморегуляції (формуючий етап). У дослідженні використовувався наступний психодіагностичний інструментарій:

- Для діагностики ризику булінгу у колективі було обрано методику – «Опитувальник ризику булінгу».

- Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда

- Опитувальник емоційної емпатії А. Мехрабіана та М. Епштейна

- Методика «Особистісна агресивність і конфліктність» (Є. Ільїн, П. Ковальов)

Формуючий етап емпіричного дослідження був реалізований під керівництвом викладачів в онлайн форматі за допомогою *Google Classroom*. Інноваційним підходом в процесі розробки тренінгу «Рівний рівному: шкільний світ проти булінгу, скулшутінгу та кіберадикції» є впровадження елементів технологій доповненої реальності, що включає практико-орієнтовані кейси. Відповідні кейси впливають на когнітивні, емоційно-вольові та поведінкові структурні компоненти особистості.

За результатами констатуючого дослідження отримані наступні результати: більшість респондентів не почуваються в безпеці та не знають до кого звернутися за допомогою, якщо спостерігають випадки знущань. Більшість спостерігачів залишаються осторонь і зовсім не звертаються за допомогою, а також не втручаються у ситуацію. Даний патерн поведінки ми спробували виправити на формуючому етапі і навчили дітей новим способам поведінки у ситуації конфлікту або булінгу, якщо вони виявляться свідками, сформували навички саморегуляції.

Результати психодіагностики показали, що у більшості дітей переважає підвищений рівень агресивності та конфліктності, після реалізації психокорекційної програми дані були значно знижені. Також сталося зниження рівня недовіри до інших, у підлітків збільшився рівень самоприйняття та емпатії.

За результатами аналізу опитувальника ризику булінгу виділено значні зміни відносно патернів поведінки у класі, що впливають на загальну атмосферу у колективі, і можуть інтерпретуватися з точки зору вказівки на суб'єктивно пережиту безпеку або небезпеку та відповідний ризик булінгу. За результатами діагностики виявлено підвищення показників за шкалами «Шкала благополуччя» (44,3 %) та «Шкала рівноправності» (28,6 %). Відповідні дані свідчать про зміну суб'єктивного сприйняття процесу взаємодії підлітків з однолітками. Старшокласники навчилися будувати конструктивний діалог, чути та емпатійно ставитися до іншого, сформували навички конструктивного виходу з конфліктної взаємодії, засвоїли принципи поваги та збереження особистісних меж. Також спостерігається зниження рівня негативних установок по відношенню до взаємодії та спілкування. Показники за шкалами «небезпеки» (12,9 %) та «роз'єднаності» (14,3 %) знизилися удвічі, що дає підставу стверджувати про позитивні аспекти психологічної атмосфери, зниження фонові напруги у групі, що була пов'язана з низькою якістю відносин та дотримання правил спілкування. Відповідні показники свідчать про значне покращення психологічного клімату у шкільному середовищі.

За результатами діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда (текст опитувальника в адаптації О. Осницького) було відзначено зміни за шістьма інтегральними шкалами (Додаток І, рис. І.2). За результатами діагностики виявлені зміни значень за показниками таких шкал, як «Самосприйняття» та «Емоційний комфорт», у домінуванні середнього рівня. Такі дані можуть говорити про те, що більшість респондентів стали приймати себе такими, якими вони є. У підлітків підвищилася самооцінка, вони стали більш впевненими в собі, з'явилася задоволеність собою. Дані за показником «Емоційний комфорт» можуть свідчити про те, що більшість підлітків стали почуватися комфортно в процесі взаємодії з однолітками. Це може бути викликано причинами посилення групової згуртованості, засвоєння конструктивних стратегій взаємодії. За

інтегральним показником «Прийняття інших» змінилися значення середнього рівня – 55,7%. Варто зазначити, що 11 респондентів мають низький рівень за шкалою, що значно менше (39 осіб), ніж до проведення програми. Це свідчить про зниження рівня неприйняття інших. Тобто підлітки навчилися слухати та зважати на думку інших людей, підвищився рівень емпатійного сприйняття іншого, вони навчилися розуміти почуття інших, виявляти повагу до інших людей. У співвідношенні зі зниженням високих показників за шкалою «Домінування» (55,7 % низький рівень) ролі у процесі взаємодії з однолітками стали гнучкішими.

Зміни високих показників за шкалою «Інтернальність» (51,4 % за високим рівнем), а також за шкалою «Адаптація» (52,8 % за середнім рівнем) сприятливо вплинули на зміни у результаті імплементації комплексної програми. За даними результатами можна зробити висновок, що підлітки стали більш адаптовані у своєму соціальному середовищі і схильні брати відповідальність на себе при вирішенні проблем у ситуаціях вибору. Таким чином, були відзначені показники, які свідчать про те, що більшість респондентів стали почуватися більш комфортно у групі та приймати себе. Проте, рівень деяких показників залишився незмінним, що свідчить про те, що деякі підлітки не приймають інших і схильні до домінування. Зроблений наголос на високих показниках адаптації та інтернальності сприяв закріпленню позитивних результатів психокорекційної роботи.

За результатами вторинного проведення опитувальника емоційної емпатії А. Мехрабіана та М. Епштейна виявлені наступні показники. Відсоткові значення розподілилися таким чином: високий рівень емпатичних тенденцій відзначений у 26 осіб, що становить 37,1 % від загальної кількості респондентів; середній рівень емпатичних тенденцій стали проявляти 38 респондентів, що становить 54,3 %; низький рівень емпатичних тенденцій виявлений у 6 підлітків, що становить 8,6 % від загальної кількості учнів і є істотною зміною показників та дуже низький рівень не відзначається взагалі (0 %). Відповідно, респондентів із низьким рівнем емпатичних тенденцій стало

значно менше, а з високим та середнім рівнем більше. Такі результати свідчать про розвиток у підлітків рівня емпатії, здатності співпереживати іншим, вставати на їх місце та співчувати людям у важких ситуаціях. Можна зробити висновок, що велика кількість респондентів після проходження програми стали більш співчутливими, стали допомагати іншим у важких ситуаціях і заступатися за того, кого кривдять. Такі результати є сприятливими для подальшого моніторингу ситуації булінгу в освітньому середовищі. Учні прагнуть самі підтримувати сприятливий клімат у взаємовідносинах. Після корекційної програми також відбулися позитивні зміни у прояві агресивності та конфліктності підлітків. За результатами проведення методик «Особистісна агресивність і конфліктність» виявлено зниження схильності підлітків до конфліктності і агресивності. Отримані наступні дані: 5,7 % респондентів схильні до запальності, 58,6 % схильні до наполегливості, 10 % схильні до образливості, 11,4 % – схильні до непоступливості, 7,1 % – до безкомпромісності, 0 % – схильні до мстивості, 4,3 % – схильні до нетерпимості до думки інших, схильні до підозрілості – 2,9 %. Значне зниження показників за такими шкалами як «Схильність суб'єкта до запальності», «Схильність до образливості», «Схильність до непоступливості», «Схильність до підозрілості», «Схильність до мстивості» та «Схильність до нетерпимості до думки інших» свідчать про зниження ризику виникнення деструктивних конфліктів, прояву агресивності, неконструктивної взаємодії. Водночас підвищення показників за шкалою «Схильність до наполегливості», свідчить про особистісну готовність підлітків до пошуку та побудови конструктивних взаємовідносин, прагнень до самовдосконалення та само зміни. Таким чином, можна відзначити, що більшість підлітків стали почуватися в безпеці частіше, ніж було до програми психокорекції. Такі показники є позитивними та свідчать про збільшення почуття безпеки у процесі спілкування та взаємодії, зниження агресивних та конфліктних тенденцій. Такі показники свідчать, що більшість учнів стали почуватися найбільш комфортно в освітньому просторі.

Варто зазначити, що робота щодо запобігання булінгу як прояву соціальної агресії в шкільному середовищі повинна мати систематичний характер, не повинна припинятися. Для закріплення результату слід проводити моніторинг ситуації та систематичне поліпшення згуртованості колективу, а також проводити індивідуальну роботу з жертвами насильства для підвищення рівня самоприйняття, а також роботу з агресорами для профілактики деструктивної поведінки.

Рік виконання магістерської роботи: 2021-2022р.р.

Місце виконання: Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, кафедра психології.