

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

# Тези

**76-ї наукової конференції професорів,  
викладачів, наукових працівників,  
аспірантів та студентів університету**

**ТОМ 2**

**14 травня – 23 травня 2024 р.**

Тож щоб уникнути емоційного вигорання потрібно зміцнювати рівень стресостійкості. Чим менший рівень стресостійкості, тим скоріше в особи буде емоційне вигорання. Якщо ж розвивати емоційну компетентність, рефлексію, та моральну саморегуляцію особистості, то і рівень стресостійкості збільшиться, як наслідок – ви менше вигоратимете.

#### *Література*

1. *Вовк Х. І. Особливості емоційного вигорання фахівців сфери обслуговування. Психологічні умови благополуччя персоналу організацій: збірник тез IV Міжнародної науково-практичної онлайн конференції, 19–21 жовтня 2023. С. 33.*
2. *Городовіченко В. М. "Емоційне вигорання–плата за співчуття." Науково-практичний журнал «Медсестринство». 2013. №4. С. 30.*
3. *Мешко О. І., Павловський Т. А. Особливості розвитку професійної стресостійкості працівників сфери надання послуг. Розвиток національної свідомості та національної ідентичності особистості у воєнний та повоєнний періоди : збірник матеріалів Міжнародної науковопрактичної конференції (29-30 листопада 2023 р м. Рівне). Упоряд. Р. В. Павелків, Н. В. Корчакова. Рівне, 2023. 176 с .*
4. *Старух К. О. Причини емоційного вигорання працівників сфери обслуговування. Чернівці, 2021. 122 с.*

**УДК 159.922.74-057.874:37.064.3**

*А.А Тумановська, студентка гр. 301-ФП  
Науковий керівник: В.В.Шевчук, к.псих.н., доцентка  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ**

В ідеальному світі діти приходили б до школи, щоб здобувати освіту в безпечному середовищі, де панує єдність і гармонія, а також любов до навчання. Але реальність, з якою стикаються багато учнів, віддаляється від цієї ідеї: в школах стають звичними прояви неповаги до інших та цькування.

В молодшому шкільному віці, який охоплює період від приблизно 6 до 10 років, прояви булінгу можуть мати свої власні психологічні особливості через особливості розвитку дітей у цьому віці [4]. Булінг (Bullying) – це термін, що служить для визначення систематичної невмотивованої агресії, цькування та знущання, над одним або декількома представниками певної соціальної групи. Саме слово «Bullying» походить від англійського «Bully», що буквально перекладається як: хуліган, забіяка або грубіян. Булінг може бути розглянутий як форма соціального дискомфорту або ж агресії, що часто виявляється у взаємодії між особами.

На кінці ХХ століття, в Скандинавії почали проводити дослідження проблеми булінгу. Першим піонером у визначенні шкільного булінгу як форми агресивної поведінки, яку було важливо дослідити був Ден Олвеус. Шведсько-норвезький психолог професор психології в Бергенському університеті, Норвегія. Цей феномен відомий своєю тенденцією проявлятися в основному серед молодіжного контингенту, зокрема в установах освіти, таких як школи, училища та університети.[3] Булінг, який включає в себе будь-яку форму агресивної поведінки, насильства чи психологічного тиску з боку одного або більше осіб, може мати серйозні наслідки для психологічного та емоційного розвитку дитини. ключових аспектів психологічних особливостей булінгу у молодшому шкільному віці:

Діти у молодшому віці можуть бути менш свідомими соціальних норм та моральних обмежень. Це може призводити до того, що діти можуть вчиняти агресивні дії без належного розуміння їх наслідків для інших. Звичайно, вони не завжди усвідомлюють той факт, що їхня поведінка може бути шкідливою для інших дітей.

Деякі діти можуть використовувати булінг як спосіб встановлення своєї влади або популярності серед однолітків. Це може бути особливо помітним у випадках, коли дитина відчуває власну непевність чи низьку самооцінку. Шляхом пониження інших дітей, вони можуть намагатися підняти своє становище у соціальній ієрархії.[1]

У молодшому віці діти можуть не розуміти повністю, як вразливі їхні однолітки. Це може призводити до того, що діти, які здійснюють булінг, не усвідомлюють належним чином свою агресію та шкоду, яку вона завдає. Вони можуть розглядати свої дії як "жарт" чи "ігри", не усвідомлюючи, як вони впливають на почуття інших.

Отримання підтримки від своєї соціальної групи може стимулювати дітей до вчинення агресивних дій. Якщо середовище допускає або навіть заохочує булінг, це може зробити його більш поширеним. Середовище, де булінг не засуджується або навіть заохочується, може сприяти подальшому поширенню цього виду поведінки серед дітей.

Діти у молодшому віці активно вчитимуться від інших, особливо від дорослих. Якщо вони спостерігають або навіть відчувають негативні моделі поведінки від дорослих чи старших дітей, це може вплинути на їхню власну поведінку. Наприклад, якщо дитина бачить, що батьки чи вчителі використовують агресію чи насильство для вирішення конфліктів, вона може повторювати цю модель у відносинах з іншими дітьми.

Ці психологічні особливості показують, що булінг у молодшому шкільному віці може виникати з різних причин та мати різні форми прояву. що це словесне залякування найпоширеніший вид булінгу, який спостерігається як серед дівчат, так і серед хлопчиків. Далі йдуть фізичні знущання. Виключення із соціальної групи і плітки йдуть наступними

після фізичних знущань з частотою, близькою одна до одної. Для ефективної протидії булінгу в молодших класах важливо створити освітні програми, які приділяють особливу увагу повазі, толерантності та включенню з самого раннього віку. Ці програми мають включати розвиток соціальних навичок і вмінь розв'язання конфліктів, а також забезпечувати безпечне і підтримуюче середовище в школі. Педагоги й адміністрація мають брати активну участь у спостереженні за дітьми та реагуванні на випадки булінгу, а також бути навченими розпізнаванню ознак та ефективного реагуванню на нього. Підтримка жертв булінгу також відіграє важливу роль, тому необхідно надавати консультації та психологічну допомогу. Розвиток подібних стратегій допоможе створити безпечне та підтримуюче середовище, де діти можуть розвиватися та навчатися без страху чи загрози булінгу [2]. Важливо розуміти ці особливості для ефективного запобігання та втручання в такі ситуації. Розробка програм та стратегій для вирішення проблеми булінгу у молодшому віці має бути спрямована на усвідомлення цих психологічних аспектів та врахування їх у процесі виховання дітей.

#### *Література*

1. Андрєєнкова В. Л., Мельничук В. О., Калашник О. А. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід: методичний посібник. Київ: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 132 с.
2. Падуцак О. Булінг: міфи та реальність. URL: <https://lexinform.com.ua/dumka-eksperta/buling-mify-ta-realnist/>
3. Randall P. *Bullying in Adulthood: Assessing the Bullies and Their Victims.* Florence, KY, USA: Brunner-Routledge, 2001. URL: <http://site.ebrary.com/lib/bckharkiv/Doc?id=10053591>
4. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія. К. : Академвидав, 2005 . 360 с

**УКД 159.942:159.922.2**

*К. М. Алексєєва, студентка гр. 301-ФП  
Науковий керівник: В. В. Шевчук, к.псих.н., доцентка  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ**

Проблематика емоційного вигорання стає все більш актуальною, тому що в сучасному світі велика кількість людей відчують такі симптоми як: стрес, напруга, тривожність, роздратування, виснаження, немотивованість та втрату інтересу до роботи і навіть життя.