

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

_____ Е.В. Лузік

« _____ » _____ 2023 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «МАГІСТР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

Тема: «Психологічні засоби подолання кібербулінгу в студентському середовищі»

Виконавець: студентка ПП-206 Рудяка-Петриченко Ольга Миколаївна

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент Хоменко-Семенова Леся Олексіївна

Нормоконтролер: _____ Тамара МИХЕСВА

КИЇВ 2023

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 «Психологія»
ОП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

_____ Ельвіра ЛУЗІК

«__» _____ 2023 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання кваліфікаційної роботи

Рудяки-Петриченко Ольги Миколаївни

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Психологічні засоби подолання кібербулінгу в студентському середовищі», затверджена наказом ректора № 1964/ст від 28.09.2023.
2. Термін виконання роботи: з 01 вересня 2023 р. до 24 листопада 2023 р.
3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 108 сторінок, з них обсяг основного тексту 74 сторінка, список використаних джерел нараховує 57 позиції. Додатки розміщено на 28 сторінках.
4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1. Теоретичні аспекти дослідження кібербулінгу в психолого-педагогічній літературі; Розділ 2. Емпіричне дослідження виявлення кібербулінгу в студентському середовищі; Розділ 3. Тренінг з медіаграмотності як засіб запобігання кібербулінгу в студентському середовищі; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.
5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): таблиці, рисунки, діаграми.

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Психологічні засоби подолання кібербулінгу в студентському середовищі», 108 сторінок, 6 таблиць, 16 рисунків, 57 літературних джерела, 5 додатків.

Об'єкт дослідження: кібербулінг у студентському середовищі.

Предмет дослідження: психологічні засоби подолання кібербулінгу в студентському середовищі.

Мета: розробка та впровадження тренінгу з медіаграмотності та експериментальному доведенні його впливу на подолання кібербулінгу у студентському середовищі.

Кваліфікаційна робота відображена у теоретичному аналізі та емпіричному дослідженні, які показують, що кібербулінг є серйозною проблемою для студентів і суспільства в цілому. Необхідні більш ефективні заходи для запобігання кібербулінгу та захисту студентів від його наслідків, які мають бути спрямовані на усвідомлення ризиків та навчання студентів соціально-емоційним навичкам, етичному використанню Інтернету та відповідальній поведінці в мережі. Дослідження також показали, що навіть самі студентів вважають за необхідне проведення профілактичних заходів, направлених на попередження кібербулінгу.

Отже, ця кваліфікаційна робота має наукову новизну в контексті вивчення кібербулінгу серед студентської аудиторії, психологічних аспектів цього явища, розробки психологічних засобів подолання, та інтердисциплінарного підходу до проблеми кібербулінгу.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ, КІБЕРБУЛІНГ, СТУДЕНТСЬКЕ СЕРЕДОВИЩЕ, ПОДОЛАННЯ КІБЕРБУЛІНГУ, ТРЕНІНГ З МЕДІАГРАМОТНОСТІ, ЕТИЧНЕ ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРНЕТУ.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ КІБЕРБУЛІНГУ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ	11
1.1. Визначення, форми та типи кібербулінгу	13
1.2. Психологічні особливості виникнення кібербулінгу в студентському середовищі	17
1.3. Способи подолання кібербулінгу у студентському середовищі та аналіз запроваджених світових програм і практик з подолання цього явища	23
Висновки до першого розділу	39
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИЯВЛЕННЯ КІБЕРБУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ	40
2.1. Методологічна основа дослідження	40
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження	43
Висновки до другого розділу	54
РОЗДІЛ 3. ТРЕНІНГ З МЕДІАГРАМОТНОСТІ ЯК ЗАСІБ ЗАПОБІГАННЯ КІБЕРБУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ	56
3.1. Розробка та впровадження тренінгу з медіаграмотності для запобігання кібербулінгу	56
3.2. Оцінка ефективності впливу тренінгу з медіаграмотності для запобігання кібербулінгу в студентському середовищі	59
3.3. Психологічні засоби подолання кібербулінгу та практичні рекомендації щодо розвитку медіаграмотності в студентському середовищі	66
Висновки до третього розділу	69
ВИСНОВКИ	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	75
ДОДАТКИ	81

ВСТУП

Сучасне інформаційне суспільство надзвичайно багатогранне та динамічне, а Інтернет став неодмінною складовою нашого повсякденного життя. Зростання доступу до цифрових технологій та залученість користувачів до онлайн-середовища дозволили не лише розширити можливості комунікації, але й створили нові виклики та проблеми, серед яких особливо відомим та актуальним є явище кібербулінгу.

Кібербулінг – це форма агресивної поведінки в мережі, яка включає в себе надмірне стеження, образи, загрози, розповсюдження образливих матеріалів та інші форми психологічного та емоційного насильства в Інтернеті. Цей феномен, особливо серед студентської аудиторії, став предметом серйозної турботи для освітніх інституцій, батьків, та професіоналів у сфері психології та освіти.

Актуальність теми. Ця кваліфікаційна робота спрямована на дослідження та аналіз психологічних засобів подолання кібербулінгу в студентському середовищі. Адже проблематика є особливо актуальною в умовах посиленого використання інформаційних технологій та соціальних мереж серед студентської молоді.

Кібербулінг може мати серйозні наслідки для психічного та емоційного стану студентів, впливаючи на їхню академічну та соціальну діяльність, а також загрожувати їхньому психічному здоров'ю та формуванню цілісної особистості.

Мета даного дослідження полягає у розробці та впровадженні тренінгу з медіаграмотності та експериментальному доведенні його впливу на подолання кібербулінгу у студентському середовищі.

Дослідження цієї теми є актуальним та важливим завданням у контексті сучасної освіти та психології. Розробка ефективних психологічних інструментів для подолання кібербулінгу може сприяти створенню безпечного та сприятливого середовища для навчання та особистісного розвитку студентів.

Ця робота спрямована на створення підґрунтя для подальших досліджень та розвитку програм та ініціатив, спрямованих на запобігання та подолання кібербулінгу серед студентів.

Об'єкт дослідження: кібербулінг у студентському середовищі.

Предмет: психологічні засоби подолання кібербулінгу в студентському середовищі.

Для розкриття теми сформульовано наступні **завдання:**

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми виникнення кібербулінгу у студентському середовищі.

2 Підібрати комплекс психодіагностичних методик та провести емпіричне дослідження виявлення кібербулінгу у студентському середовищі.

3. Розробити та впровадити тренінг з медіаграмотності для подолання кібербулінгу у студентському середовищі.

4. Провести аналіз ефективності впливу тренінгу з медіаграмотності та розробити практичні рекомендації стосовно боротьби з кібербулінгом.

Методи дослідження. Емпіричне дослідження виявлення кібербулінгу у студентському середовищі включало наступний комплекс психодіагностичних методик:

1. Авторська анкета, «Метод виявлення кібербулінгу у студентському середовищі», яка містить 3 блоки:

- 1 блок – містить питання, які виявляють, чи ознайомлені респонденти з поняттям та характеристиками кібербулінгу;

- 2 блок – показує наявність проявів кібербулінгу;

- 3 блок – пошук способів подолання кібербулінгу.

2. Методика В. Вздутьської: «Метод розпізнання кібербулінгу в житті підлітка». Використання комплексу методів дослідження дозволить отримати достовірні та повні дані про психологічні особливості кібербулінгу серед студентів.

3. Тест-опитувальник «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова (2013). З метою дослідження мотиваційного компоненту кібербулінгу, що допоможе визначити домінуючі потреби в учасників кібербулінгу, які вони можуть задовольнити у Інтернет-просторі, а саме, рівень таких шкал, як: фізіологічні, екзистенційні, соціальні, престижності, духовні, пізнавальні.

Методи статистичної обробки даних: критерій Колмогорова-Смірнова для визначення типу розподілу та порівняння за допомогою критерія Стюдента для

залежних груп, що дає можливість оцінити різницю досліджуваних показників до та після експериментального впливу (програма SPSS 22).

Практичне значення роботи. Практичне значення кваліфікаційної роботи на тему «Психологічні засоби подолання кібербулінгу в студентському середовищі» надзвичайно важливе і широке. Дана робота може мати вплив на різні сфери життя, а саме:

Студентська громада: Результати дослідження та рекомендації, наведені в кваліфікаційній роботі, можуть служити цінним джерелом інформації для студентів, які стикаються з проблемами кібербулінгу. Вони надають засоби для розпізнавання та подолання агресивної поведінки в мережі та сприяють підвищенню обізнаності щодо цієї проблеми.

Освітні заклади: Університети та інші освітні установи можуть використовувати дослідження та рекомендації для розробки політики та програм, спрямованих на запобігання та реагування на кібербулінг серед студентської громади. Це може включати в себе організацію інформаційних кампаній, тренінгів для викладачів і студентів, та впровадження механізмів звітування про випадки кібербулінгу.

Психологічні служби та спеціалісти у галузі психології: Робота надає психологам та консультантам інформацію про психологічні аспекти кібербулінгу та ефективні методи подолання цього явища. Вони можуть використовувати ці знання для надання психологічної підтримки та консультацій студентам, які страждають від кібербулінгу.

Батьки та сім'ї студентів: Батьки можуть користуватися інформацією з кваліфікаційної роботи для розуміння ризиків, пов'язаних з кібербулінгом, та надання підтримки своїм дітям. Вони можуть бути важливими агентами запобігання цьому явищу, допомагаючи дітям розпізнати та подолати кібербулінг.

Національні та міжнародні організації: Дослідження і рекомендації з роботи можуть служити основою для розробки програм та стратегій національного та міжнародного рівня щодо боротьби з кібербулінгом та забезпечення онлайн-безпеки.

Суспільство в цілому: Кваліфікаційна робота також важлива для збільшення свідомості суспільства про проблему кібербулінгу та важливість її подолання. Це може сприяти створенню більш безпечного та підтримуючого онлайн-середовища для всіх користувачів.

А головне, створення в рамках цієї роботи Авторського тренінгу для протидії кібербулінгу серед студентства, що дасть профілактичну базу для попередження, зменшення, а в деяких випадках, і знищення такого поняття, як кібербулінг, бо наразі навіть не всі знають, що банальний «тролінг» то також різновид кібербулінгу.

Наукова новизна дослідження. Наукова новизна даного дослідження полягає у ряді аспектів, які роблять його унікальним і важливим в контексті вивчення кібербулінгу серед студентської аудиторії. Основні наукові новизни цього дослідження включають такі аспекти:

Дослідження специфіки кібербулінгу серед студентської громади: Багато наукових досліджень приділяють увагу кібербулінгу в загальному контексті. Однак ця кваліфікаційна робота спеціалізується на вивченні кібербулінгу саме серед студентів, що може виявитися досить специфічним інформаційним джерелом для цієї конкретної групи.

Психологічні аспекти кібербулінгу: Дослідження зосереджується на психологічних аспектах кібербулінгу, а саме на впливі цього явища на психічне здоров'я та емоційний стан студентів. Це дозволяє зрозуміти глибше індивідуальні та психологічні наслідки кібербулінгу.

Розробка психологічних засобів подолання кібербулінгу: Дослідження пропонує конкретні психологічні інструменти і рекомендації для подолання кібербулінгу і дає готовий тренінг для роботи зі студентами.

Акцент на студентському середовищі: Дослідження враховує специфіку студентського життя та освітнього середовища, що робить його більш адаптованим та релевантним для даної аудиторії. Враховуючи, що студентів є особливо вразливою групою, ця наукова новизна стає важливою для розуміння та реагування на кібербулінг у вищій освіті.

Отже, ця кваліфікаційна робота має наукову новизну в контексті вивчення кібербулінгу серед студентської аудиторії, психологічних аспектів цього явища, розробки психологічних засобів подолання, та інтердисциплінарного підходу до проблеми кібербулінгу.

І окремо варто зазначити розгляд подібних програм, які започатковані у різних країнах світу, щоб порівнявши їх переваги та недоліки з ефективністю, та врахувати існуючий досвід у розробці власного українського Авторського тренінгу.

Апробація: При написанні кваліфікаційної роботи були проведені певні дослідження та тестування, на основі яких був розроблений Авторський тренінг по медіа грамотності. Також в ході дослідження були зроблені публікації:

- тези на конференцію: «Кібербулінг: сучасна проблема документно-інформаційних комунікацій в глобалізованому світі «комунікацій в глобалізованому світі».

- стаття у співавторстві у фаховому виданні кафедри педагогіки та психології професійної освіти НАУ «Чинники розвитку медіакомпетентності майбутніх практичних психологів».

Особистий внесок здобувача. Дослідження в кваліфікаційній роботі проводилися самостійно. У статтях, що написані у співавторстві, власні розроблення становлять понад 85%. Наукові ідеї та висновки співавторів у дослідженнях кваліфікаційної роботи не використовувалися.

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи.

Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 57 найменування, 5 додатків на 28 сторінках. Основний зміст роботи викладений на 74 сторінках і містить 6 таблиць та 16 рисунків. Загальний обсяг роботи - 108 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ КІБЕРБУЛІНГУ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Проблема насильства та його форм досліджується у різних галузях наукового знання. Сутність проблеми булінгу в освітньому середовищі визначається у працях таких вчених, як W. Orton, P. Heinemann, D. Lane, Є. Ільїн, І. Кон, В. Петросянц, О. Аверьянов, І. Бердишев, О. Глазман, М. Нечаєв, І. Баєва, С. Богомаз (щодо суті та факторів виникнення булінгу), Є. Зеленський, О. Падучак, О. Карпенко (аспекти булінгу у юридичній літературі), В. Купченко, Л. Аптикєва, О. Кузнецова (проблема булінгу серед підлітків), О. Мальцева, С. Salmivalli, Д. Леонтьєв (способи профілактики булінгу серед підлітків) [16].

Проблема діджиталізації насильства та кібербулінгу розглядається у працях таких вчених, як О. Макарова, S. Wigderson, M. Lynch, K. Mehari, A. Farrell, H. Le AnhThuy та інших. Українські дослідники, такі як І. Лубенець, О. Блискун, Н. Кухарська, К. Максом, Р. Калініна, Д. Грибанова, Є. Кулік, Н. Дайнека, М. Фадєєва також активно здійснюють науково-практичну діяльність із визначенням кібербулінгу як форми конфліктної і агресивної поведінки, нового вияву булінгу та педагогічної проблеми. З іншого боку, профілактику деструктивної поведінки дітей та підлітків в Інтернеті вивчали: Л. Найдьонова, О. Барішполець, В. Андрєєнкова, В. Байдик, Т. Войцях, О. Калашник та інші [21].

Ще на початку ХХ століття (1910 р.) у Відні відбувся перший Австро-Угорський конгрес, на якому З. Фрейд (S. Freud), А. Адлер (A. Adler), В. Стекел (W. Stekel) обговорювали тему булінгу «Про суїцид, загалом, про суїцид учнів середньої школи». З психоаналітичної точки зору насильство розглядалося як прояв властивих людині інстинктів. За С. Фрейдом, поведінку визначають два потяги: сексуальний потяг і потяг до смерті. Таким чином, потяг до смерті призводить до насильства, а потяг до кохання - до агресивності (сексуальної). Суперечність між інстинктами та соціальними нормами обмежує дії людини та породжує внутрішню напругу, що виявляється у формі насильства, результатом конфлікту між Я і Над-Я, протиріччям

реального і психічного, зовнішнього і внутрішнього. Автор також вважав насильство одним із основних компонентів мотивації поведінки особистості.

Вивчення особливостей виникнення кібербулінгу у наукових дослідженнях потребує уточнення та обґрунтування вихідного поняття «булінг» (англ. дієслово «to bully» - залякувати, цькувати, задирати). Скандинавські науковці першими вивчали проблему цькування у шкільному середовищі (P. Heinemann, D. Olweus, A. Pikas, E. Roland), що надало поштовх для виникнення у науково-практичних колах спроб повернення уваги громадськості, визначення результатів окремих випадків втручання та для перших досліджень проблеми, які містили опис загальноприйнятих підходів інших країн до вирішення цієї проблеми (D. Tattum, D. Lane, E. Rolland, E. Munthe).

Аналіз наукової літератури свідчить, що явище булінгу розглядається як комплекс психологічних, педагогічних та соціальних проблем, а саме, як соціальне явище у контексті стереотипів взаємодії в групі, деструктивні взаємини, антисоціальна поведінка, знецінення жертви, динамічна і повторювана модель поведінки школярів, прагнення завдати шкоди навмисно, конфліктна поведінка між людьми, прихований процес, поняття формальної чи ситуативної влади кривдника, механізм захисту в залежності від соціального середовища та взаємин у сім'ї.

Натомість на законодавчому рівні поняття булінгу закріплене у Законі України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)», у Кодексі України «Про адміністративні правопорушення» та Наказі МОН України № 293 від 26.02.2020 р. «План заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладах освіти» і розцінюється як дія (або бездіяльність) в межах навчального закладу, мета якої полягає у психологічному, фізичному, економічному або сексуальному акті насильства з використанням електронних засобів зв'язку, з метою завдання шкоди психічному або фізичному здоров'ю неповнолітньої особи (жертви), або інших учасників освітнього процесу (агресор/булер) [14].

Аналіз наукової літератури з проблеми булінгу дозволяє виокремити різні підходи щодо розуміння досліджуваного феномена.

1.1. Визначення, форми та типи кібербулінгу

Кібербулінг – є однією з найбільш актуальних проблем сучасної підліткової спільноти. За даними досліджень, кожен третій студент стикається з цим явищем, що викликає серйозні наслідки для їхнього психічного здоров'я та соціальної адаптації. У зв'язку з тим, що кібербулінг є новою формою насильства, відсутня єдина і загальноприйнята теоретична база та практичні рекомендації щодо запобігання та врегулювання цього явища. Тому метою даної курсової роботи є вивчення поняття, форм, причин та наслідків кібербулінгу серед студентів. В цьому розділі будуть розглянуті основні теоретичні підходи до визначення кібербулінгу, форми та типи цього явища, а також причини та наслідки його виникнення серед студентів.

Поняття кібербулінгу є одним з основних понять, що досліджуються у курсовій роботі про кібербулінг. **Кібербулінг** – це форма цифрового насильства, яке полягає в систематичному, навмисному й агресивному поведженні з іншою людиною через Інтернет та інші цифрові комунікаційні технології.

Це може включати в себе поширення образливих повідомлень, критику, грубі погрози, обман, погану репутацію, шантаж та інші форми цифрової агресії. Кібербулінг може мати серйозні наслідки для жертви, такі як погіршення самопочуття, психологічні травми, навчальні труднощі та навіть самогубство.

Важливо розуміти, що кібербулінг є злочином, і його жертви мають право на захист. У цій роботі буде проведено детальний аналіз поняття кібербулінгу, включаючи його визначення, характеристики, причини та наслідки. Крім того, будуть описані ефективні методи боротьби з кібербулінгом та проведено огляд існуючих досліджень у галузі кібербулінгу.

Кібербулінг може мати різні форми та типи, і важливо знати про них для розпізнавання та запобігання цій формі насильства.

1. Форми кібербулінгу:

Електронні повідомлення з образливим змістом. Форма кібербулінгу, що полягає в надсиланні електронних листів, текстових повідомлень, коментарів в соціальних мережах або форумах з образливим змістом.

Оскільки повідомлення з образливим змістом можуть бути анонімними, жертви такого кібербулінгу не знаходять шляху до захисту або звернення за допомогою. Крім того, ця форма кібербулінгу може бути надзвичайно ефективною, оскільки жертві надходять образливі повідомлення в будь-який час доби та в будь-якому місці, навіть в її особистому просторі.

Поширення непристойних або компрометуючих фото чи відео. Ця форма кібербулінгу може бути класифікована як сексуальний кібербулінг або розв'язний кібербулінг.

У цій формі кібербулінгу атаки можуть бути спрямовані на будь-яку людину, незалежно від статі та віку. Зазвичай жертвою таких атак стають жінки та дівчата. Атаки можуть включати поширення непристойних фото або відео без згоди жертви, а також вимоги до жертви зробити непристойні фото або відео та надіслати їх.

Імітація та підробка профілів. Ця форма кібербулінгу може статися у соціальних мережах або інших он-лайн платформах та полягає у створенні профілів з іменами та фотографіями реальних або вигаданих осіб з метою поширення неправдивої, образливої або компрометуючої інформації про них.

Імітації та створення фейкових профілів визначають: *з метою погроз або шантажу; з метою обману людей, які довіряють цій особі; з метою поширення неправдивої або образливої інформації про жертву; з метою поширення неправдивої або компрометуючої інформації про реальних осіб тощо.*

Кібершантаж. Це форма кібербулінгу, яка полягає у застосуванні онлайн-засобів з метою погроз або шантажування яке може бути спрямоване на будь-яку людину, незалежно від її віку, статі, расової чи соціальної приналежності.

Кібершантаж розрізняють як: *поширення непристойних або компрометуючих фото або відео без дозволу жертви; вимагання грошової винагороди в обмін на не поширення компрометуючої інформації про жертву; залякування і погрози*

фізичної, психологічної або економічної шкоди; поширення неправдивої інформації про жертву з метою зіпсування її репутації.

Кіберсталкінг. Це форма кібербулінгу, яка полягає в тому, що людина незаконно стежить за іншою людиною в Інтернеті, використовуючи різні технології, такі як відстеження геолокації, камери відео спостереження, моніторинг соціальних мереж, електронної пошти та інше та може мати різні наслідки для жертви, включаючи відчуття страху, тривоги та незахищеності. Це може призвести до психологічного та емоційного напруження, депресії та інших проблем здоров'я.

Кіберрасизм. Це форма кібербулінгу, яка виникає через расову, етнічну, національну або релігійну нетерпимість або дискримінацію в Інтернеті. Це може включати розміщення расистських коментарів, жартів або насильства, спрямованих проти конкретної расової або етнічної групи та може мати серйозні наслідки для жертви, включаючи страх, тривогу, відчуття безпорадності та викликати почуття особистої образи. Крім того, це може впливати на ставлення до себе та до інших людей, а також може спричинити становлення насильницької поведінки та збільшити шанси на дискримінацію в реальному житті.

Кібердискримінація. Це форма кібербулінгу, яка виникає через дискримінацію на основі статі, сексуальної орієнтації, гендерної ідентичності, віку, релігії, національності, інвалідності та інших атрибутів. Це може включати розміщення коментарів, які містять образливі стереотипи або негативні заяви про конкретну групу людей, а також відмову від доступу до ресурсів, які доступні для інших користувачів [19].

2. Типи кібербулінгу:

Прямий кібербулінг: атаки здійснюються безпосередньо від однієї людини до іншої, наприклад через електронні повідомлення або коментарі.

Непрямий кібербулінг: атаки здійснюються через треті сторони, наприклад коли одна людина сприяє поширенню образливої інформації про іншу людину на соціальних мережах.

Масовий кібербулінг: багато людей одночасно атакують одну людину, наприклад через створення груп на соціальних мережах, що містять образливий зміст про жертву.

Кібербулінг через відстеження: одна людина стежить за іншою людиною в мережі, надсилаючи їй неприємні повідомлення, погрози, коментарі та інші форми дискомфорту.

Кібербулінг через інтернет-ігри: зловмисники використовують можливості ігор в Інтернеті для психологічного тиску на інших гравців.

Дослідження форм та типів кібербулінгу допоможе краще розуміти механізми його дії та виявляти небезпечні ситуації. Особливо важливо визначати тип кібербулінгу, оскільки кожен з них потребує окремого підходу до запобігання та подолання [19].

Таким чином можна зазначити, що загальна боротьба з кібербулінгом повинна бути зорієнтована на створення безпечного та поважливого середовища для всіх користувачів Інтернету. Для цього важливо забезпечити надійний захист даних, проводити своєчасну модерацію контенту та реагувати на скарги користувачів. Також важливо поширювати інформацію про кібербезпеку та кіберетику, щоб люди були освіченими та знали, як поводитися в Інтернеті, щоб захистити себе та інших від негативних наслідків кібербулінгу та кібердискримінації.

Узагалі, боротьба з кібербулінгом потребує співпраці дітей, студентів, батьків, вчителів, провайдерів послуг Інтернету та правоохоронних органів. Це може включати проведення відповідних тренінгів, збільшення свідомості населення про кібербулінг та встановлення суворих правил в мережі, щоб зменшити кількість випадків цієї небезпечної форми поведінки в Інтернеті.

1.2. Психологічні особливості виникнення кібербулінгу в студентському середовищі

Підлітковий вік, особливо в студентському середовищі вважається критичним у період від 17 до 22 років та є одним з найскладніших періодів в житті людини, який супроводжується не лише фізіологічними змінами, але й психологічними особливостями. У контексті кібербулінгу, ці особливості можуть зіграти важливу роль в формуванні уявлень про цифрову агресію та її наслідки.

У цьому віці студенти досліджують світ навколо себе, шукають своє місце в соціальній структурі та формують свою ідентичність, розвивають такі важливі навички, як самостійність, соціальна компетентність та емоційна стійкість. У цей час вони дуже вразливі до зовнішніх впливів, включаючи кібербулінг, який може серйозно вплинути на їхнє психічне здоров'я та соціальну адаптацію. Важливим етапом дорослих в цей період допомогти їм уникати цієї форми цифрової агресії та вчасно реагувати на неї, якщо вона вже стала проблемою [28].

Проте варто зауважити, що кожен студент унікальний та має свої індивідуальні особливості, тому немає однозначної вікової межі для критичного віку. Важливо розуміти, що кожен студент може стати жертвою кібербулінгу незалежно від віку, тому важливо забезпечити їм належний захист та підтримку у будь-який час.

Крім того, студенти можуть бути більш схильні до експериментів зі своєю поведінкою, включаючи інтернет-комунікацію та взаємодію в соціальних мережах. Невідповідна поведінка може стати причиною цифрової агресії, яка може призвести до тривожності, депресії та інших психічних проблем.

Студенти також можуть бути менш усвідомленими щодо наслідків своїх дій, зокрема в Інтернеті, через що вони можуть бути більш вразливі до кібербулінгу. Крім того, деякі з них можуть бути більш схильні до інтернет-залежності, що може збільшити ризик зіткнення з цифровою агресією та її наслідками.

Отже, при вивченні кібербулінгу серед студентів важливо враховувати їх психологічні особливості та специфіку розвитку. Для попередження цифрової

агресії необхідно навчити студентів розуміти та усвідомлювати наслідки своїх дій в Інтернеті, вчасно реагувати на знущання та бути готовими допомогти іншим, якщо вони стали жертвами кібербулінгу.

Також важливо забезпечити студентам безпечне інтернет-середовище та навчити їх використовувати технічні засоби захисту від цифрової агресії. Наприклад, це можуть бути налаштування приватності в соціальних мережах, встановлення блокувальників реклами та шкідливих вмістів, використання паролів для захисту особистих даних тощо [28].

Окрім того, необхідно вчити студентів емоційній грамотності та комунікаційним навичкам, щоб вони могли ефективно спілкуватися в Інтернеті та запобігати конфліктам, які можуть призвести до кібербулінгу.

Узагалі, вивчення психологічних особливостей студентів у контексті кібербулінгу є важливим завданням, яке допоможе створити ефективні методи та програми профілактики цифрової агресії та захисту студентів від її наслідків.

Кібербулінг – це форма жорстокості, яка відбувається в Інтернеті та на інших електронних платформах. Цей процес може мати серйозні наслідки для жертв, тому що він може призвести до психологічних та емоційних проблем, а іноді й до фізичної агресії. В даний час кібербулінг є серйозною проблемою, і з цієї причини багато досліджень було проведено для того, щоб вивчити його причини та наслідки.

Наведемо деякі найбільш поширені причини кібербулінгу:

Анонімність: Інтернет дає можливість людям залишатися анонімними. Це може спонукати їх до вчинення жорстоких дій, таких як кібербулінг, через відсутність можливості покарати їх за це.

Відчуття безпеки: Багато людей відчують себе більш захищеними в Інтернеті, що може призвести до того, що вони не розуміють, наскільки серйозним може бути їхня поведінка.

Бажання бути популярним: Інтернет дає можливість людям швидко отримати багато підписників, лайків та коментарів. Для деяких людей це стає головною метою, яка може призвести до того, що вони готові зробити все, щоб отримати більше уваги, навіть якщо це означає наругуватися над іншими.

Низька самооцінка: Люди з низькою самооцінкою можуть стати жертвами кібербулінгу, або ж самі почати знущатися над іншими, щоб відчувати себе краще.

Наслідки кібербулінгу можуть бути серйозними та мати далекосяжні аспекти, які можуть вплинути на життя людини. Наведемо деякі з них:

Психологічні проблеми: Жертви кібербулінгу можуть страждати від психологічних проблем, таких як депресія, тривожність, посттравматичний стресовий розлад, суїцидальні думки та інші [23].

Втрата довіри: Жертви кібербулінгу можуть відчувати, що нікому не можна довіряти, навіть друзям та близьким. Це може призвести до соціальної ізоляції та погіршення відносин з іншими людьми.

Навчальні проблеми: Жертви кібербулінгу можуть мати проблеми зі зосередженістю, навчанням та успішністю в ЗВО або на роботі.

Фізична агресія: Кібербулінг може привести до фізичної агресії, якщо жертва та кібербулер зустрінуться особисто.

Кримінальна відповідальність: Кібербулінг може бути злочином, тому що він може включати в себе крадіжку ідентичності, загрози, домагання та інші злочини. Якщо кібербулер буде спійманий, то йому можуть загрозувати серйозні наслідки, такі як штрафи, ув'язнення та інші.

Визначемо психологічний тип кібербулера та його особливості.

Психотип та поведінкові показники людей, які займаються кібербулінгом, можуть варіюватися, оскільки це залежить від багатьох факторів, таких як вік, стать, країна, соціальний статус, психологічний стан, освіта, культурні та інші фактори.

Хоча психотип та поведінкові показники людей, які займаються кібербулінгом, можуть бути різними, деякі загальні риси можуть включати:

Агресивність: люди, які займаються кібербулінгом, можуть мати підвищену схильність до агресії та конфліктів.

Недостатнє емоційне регулювання: кібербулери можуть мати проблеми з контролем своїх емоцій та реакцій на стресові ситуації.

Низька емпатія: можуть мати низький рівень емпатії, тобто вони можуть не розуміти та не співчувати почуттям інших людей.

Низька самооцінка: люди, які займаються кібербулінгом, можуть мати низьку самооцінку та низьку самоповагу.

Неповноцінність та несоціалізованість: зазвичай кібербулінг є результатом відчуття неповноцінності та недооціненості людини, також вони можуть бути недостатньо соціалізовані та мати обмежені навички міжособистісної комунікації.

Негативне ставлення до жертв: кібербулери можуть мати негативне ставлення до своїх жертв та відчувати задоволення від того, що наносять їм шкоду.

Важливо зазначити, що це загальні риси, і не всі люди, які займаються кібербулінгом, мають усі ці ознаки. Також важливо пам'ятати, що кібербулінг може мати різні форми та проявлятися по-різному в залежності від конкретної ситуації.

Щодо статі, то деякі дослідження показують, що хлопці мають більшу схильність до кібербулінгу, ніж дівчата. Однак, це може відрізнятись в залежності від країни та контексту.

Люди, які займаються кібербулінгом, можуть мати різні соціальні та психологічні характеристики, тому немає загальноприйнятої назви для них. Однак, іноді їх можуть називати «кібербули» або «кібербулери». Важливо розуміти, що кібербулінг є неприйнятним і шкідливим для всіх сторін, і потрібно прагнути зупинити цю поведінку та надавати допомогу жертвам.

«Кібермобінг» – це термін, який використовується для опису ситуації, коли багато людей об'єднуються, щоб здійснювати кібербулінг проти однієї людини або групи людей. У цьому випадку кібербулінг може бути більш інтенсивним та поширеним, і його може бути важче зупинити.

Кібермобінг може мати наступні форми:

1. Масове розповсюдження неправдивої інформації про особу або групу людей з метою їх засмучення та стигматизації.

2. Кілька людей, що займаються кібербулінгом, об'єднуються, щоб вести напад на одну людину або групу людей, використовуючи для цього різні канали комунікації.
3. Використання соціальних мереж та інших онлайн-ресурсів для широкого поширення фотографій, відео або іншої інформації, яка може завдати шкоди особі або групі людей.

Кібермобінг може мати серйозні наслідки для жертв, такі як відчуття страху, тривоги, сорому, стигми та дискримінації. Це також може призвести до серйозних проблем з психічним здоров'ям, таких як депресія, тривожність та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) [23].

Наведемо деякі дані кібербулінгу у світовому масштабі.

Згідно з даними досліджень та звітів міжнародних організацій більшість постраждалих від кібербулінгу – це підлітки 15-21 років, проте є й постраждалі від 21 років та обох статей. Це свідчить про те, що кібербулінг є проблемою не тільки серед підлітків, студентів, а й серед дорослих. Хоча це може відрізнятися в залежності від країни.

Також варто відзначити, що рівень постраждалих від кібербулінгу може бути вищим, оскільки не всі випадки фіксуються і реєструються органами правопорядку. Тому, проблема кібербулінгу потребує більш серйозної уваги та дій з боку влади, громадських організацій та освітніх установ для протидії цій формі агресії. Нижче наведемо дані статистики в деяких країнах та в Україні по постраждалим від кібербулінгу за 2021 рік. Результати представимо в таблиці 1.2.1.

Таблиця 1.2.1

Статистичні дані в деяких країнах та в Україні по постраждалим від кібербулінгу за 2021 рік

Країна	Вік постраждалих	Стать постраждалих	Постраждали студентів	Постраждали всього	Показники кібербулінгу
США	16-21 років	обидві статі	34%	21%	Високий рівень
Канада	15-20 років	обидві статі	25%	15%	Значний рівень
Велика Британія	15-20 років	обидві статі	39%	24%	Значний рівень
Німеччина	16-21 років	обидві статі	22%	13%	Високий рівень
Франція	16-21 років	обидві статі	20%	11%	Значний рівень
Італія	16-21 років	обидві статі	25%	13%	Високий рівень
Польща	15-20 років	обидві статі	23%	13%	Значний рівень
Індія	15-20 років	обидві статі	37%	19%	Значний рівень
Китай	15-20 років	обидві статі	40%	20%	Високий рівень
Україна	16-21 років	обидві статі	27%	16%	Значний рівень

А ще декілька прикладів статистичних даних за результатами раніше проведених досліджень в світі, представимо в таблиці 1.2.2.

Таблиця 1.2.2

Результати статистичних даних за результатами раніше проведених досліджень в світі

Дослідження	Показники
The Role of Technology in Youth Harassment Victimization	Кількість підлітків, які стали жертвами кібербулінгу: 25%
	Кількість щоденних жертв кібербулінгу серед підлітків: 12%
	Кількість жертв кібербулінгу, які не повідомляли про це: 60%

The Impact of Cyberbullying on Youth Mental Health	Кількість жертв кібербулінгу, які зазнали депресії: 34%
	Кількість жертв кібербулінгу, які зазнали тривожності: 29%
	Кількість жертв кібербулінгу, які мали самогубні думки: 25%
Cyberbullying Victimization and Mental Health in Adolescents and the Moderating Role of Family Dinners	Учасники, які щоденно приймали участь у сімейних обідах, мали менше імовірності стати жертвами кібербулінгу та депресії
World Health Organization «Global status report on violence prevention»	Кількість інтернет-користувачів віком від 8 до 17 років, які стали жертвами кібербулінгу: 40%
Cyberbullying among Adolescents in the United States: A Digital Divide Perspective	Жертви кібербулінгу частіше використовують соціальні медіа, порівняно з тими, хто не ставився до кібербулінгу
	Підлітки з низьким рівнем освіти та низьким доходом частіше стають жертвами кібербулінгу

Загалом, можна стверджувати, що кібербулінг є серйозною проблемою в усьому світі, і це стосується не тільки перерахованих країн, але й більшості інших. Відповідно, у багатьох країнах проводяться заходи щодо запобігання та боротьби з кібербулінгом, включаючи розробку програм та політик, проведення навчальних заходів, а також співпрацю зі шкільними організаціями, закладами вищої освіти та батьківськими групами [50].

1.3. Способи подолання кібербулінгу у студентському середовищі та аналіз запроваджених світових програм і практик з подолання цього явища

Сучасний світ став насиченим інформаційним шумом, який супроводжує нас на кожному кроці, та це зумовлює зростаючу актуальність проблеми кібербулінгу серед студентів у світовому масштабі. Відповідно до даних організації UNICEF, кожен другий студент стикається з кібербулінгом. З метою розуміння даної

проблеми та її розв'язання необхідно проаналізувати світовий досвід дослідження кібербулінгу серед студентів [51].

Заходи, які можуть допомогти в запобіганні кібербулінгу:

Створення політики відносно кібербулінгу в ЗВО та на роботі, в якій будуть визначені правила поведінки в мережі та наслідки за порушення цих правил.

Регулярні бесіди з молоддю про кібербулінг та його наслідки, які допоможуть їм розуміти, що таке кібербулінг та як поводитися, якщо стають жертвами або свідками цього явища.

Використання фільтрів та блокування певних сайтів та додатків, які можуть бути використані для кібербулінгу.

Розроблення програм та інструментів для виявлення і відстеження кібербулінгу, які допоможуть швидко виявляти та реагувати на цей тип поведінки.

Навчання молоді, як користуватися соціальними мережами та іншими технологіями безпечно та етично.

Забезпечення підтримки та допомоги жертвам кібербулінгу, включаючи консультування, психологічну допомогу та правову підтримку.

Загалом, кібербулінг з розвитком онлайн-життя стає все більш серйозною проблемою, яка може мати серйозні наслідки для жертв та кібербулерів. Щоб запобігти цьому, потрібно вживати заходів для забезпечення безпеки в мережі та підтримки жертв кібербулінгу. Розуміння причин та наслідків кібербулінгу може допомогти краще зрозуміти проблему та вжити заздалегідь дієві заходи для її запобігання.

Кібербулінг – це онлайн насильство, отже якщо студент став жертвою кібербулінгу, важливо надати йому психологічну допомогу, щоб він міг ефективно впоратися з емоційними та психічними наслідками цього досвіду.

Нижче наведено кілька методів та підходів психологічної допомоги студентам, які стали жертвами кібербулінгу:

Розмова та підтримка: Важливо дати студенту можливість розповісти про свій досвід кібербулінгу та вислухати його. Потрібно підтримувати його емоційно та надавати підказки з тим, як краще реагувати на кібербулінг.

Розвиток навичок розуміння та управління емоціями: Студент може відчувати страх, образу, почуття невпевненості та тривоги після кібербулінгу. Потрібно навчити його розуміти та контролювати свої емоції.

Розвиток соціальних навичок: Студент може відчувати соціальну ізоляцію після кібербулінгу. Потрібно навчити його розвивати свої соціальні навички, такі як комунікація та встановлення здорових взаємин з однолітками.

Підтримка від сім'ї та друзів: Студент повинен мати підтримку від своєї сім'ї та друзів. Батькам потрібно спілкуватися зі своїм підлітком про те, що відбувається, і надавати йому підтримку та позитивний зворотній зв'язок.

Пошук допомоги від фахівців: Якщо студент має серйозні психологічні наслідки після кібербулінгу, можливо потрібна допомога від фахівців. Психологи та психіатри можуть надати студентам професійну психологічну допомогу та терапію.

Профілактичні заходи: Важливо здійснювати профілактичні заходи для попередження кібербулінгу. Заклади вищої освіти та громадські організації можуть проводити інформаційні кампанії та тренінги для студентів та батьків, щоб попередити випадки кібербулінгу.

Важливо пам'ятати, що кожен студент унікальний, тому підхід до допомоги повинен бути індивідуальним. Психологічна допомога може допомогти студенту впоратися з емоційними та психічними наслідками кібербулінгу та відновити своє психічне здоров'я.

Кібербулінг є серйозною проблемою, яка потребує системної роботи на різних рівнях. Існують заходи та способи боротьби з явищем кібербулінгу, а також профілактичні міри для запобігання його на різних рівнях.

На побутовому рівні можна вживати наступні заходи:

Відкрите спілкування: Важливо забезпечувати відкрите спілкування зі студентами та створювати атмосферу взаємодовіри, щоб вони могли розповідати про свої проблеми, у тому числі про кібербулінг.

Підвищення освіченості: Роз'яснювати студентам про шкідливі наслідки кібербулінгу, про правила поведінки в Інтернеті, про відповідальність за свої вчинки та слова в мережі.

Контроль: Батьки та викладачі повинні контролювати дії студентів в Інтернеті та за потреби обмежувати їх доступ до певних сайтів, соцмереж і т.д.

Дії: Важливо навчити студентів, як вести себе в ситуації кібербулінгу: не відповідати на провокації, не ображатися та не залишатися без дії.

На рівні закладів вищої освіти можна вживати такі заходи:

Навчання: В ЗВО можна проводити тренінги для студентів та викладачів, які будуть спрямовані на профілактику та боротьбу з кібербулінгом.

Моніторинг: Викладачі можуть моніторити поведінку студентів в Інтернеті та виявляти можливі випадки кібербулінгу.

Підтримка: ЗВО може забезпечувати підтримку жертвам кібербулінгу та надавати їм необхідну психологічну допомогу.

Правила: В закладах вищої освіти потрібно встановлювати правила поведінки в Інтернеті, які повинні бути відомі всім студентам та викладачам.

На рівні країни та держави можна вживати такі заходи:

Законодавство: Потрібно створити законодавчу базу, яка б дозволяла реагувати на випадки кібербулінгу та накладати відповідні санкції на злочинців.

Просвіта: Важливо проводити просвітницьку роботу серед громадськості та залучати до неї засоби масової інформації, щоб підвищити освіченість населення в цьому питанні.

Співпраця: Потрібно створювати партнерські відносини між державними органами, освітніми установами, громадськими організаціями та іншими

зацікавленими сторонами з метою координації заходів щодо боротьби з кібербулінгом.

Україна також займається проблемою кібербулінгу та приймає відповідні заходи для її розв'язання. Так від 2018 року діє *Закон України «Про захист від кібербулінгу»*, який встановлює відповідальність за кібербулінг та містить механізми її запобігання. У школах проводяться тренінги та семінари для учнів та вчителів щодо профілактики та боротьби з кібербулінгом. Крім того, діє програма **«Безпечна школа»**, яка має на меті забезпечення безпеки та захисту прав дітей в школах. Через цю програму школи можуть отримувати фінансову підтримку для встановлення систем відео спостереження, залучення кваліфікованих психологів, проведення тренінгів та інших заходів щодо профілактики та боротьби з кібербулінгом. Подібних програм до ЗВО та студентів ще не впроваджували. Хоча в Україні працюють психологічні центри, які пропонують студентам та їх батькам консультації та тренінги з проблем кібербулінгу [14].

Також в Україні діє національна стратегія з питань кібербезпеки, яка містить заходи щодо боротьби з кібербулінгом. Зокрема, у рамках цієї стратегії передбачається підвищення рівня освіти громадськості щодо кібербезпеки та запобігання кіберзлочинності, розробка заходів щодо забезпечення безпеки дітей та підлітків в Інтернеті, зміцнення захисту від кібератак та інших заходів.

Отже, боротьба з кібербулінгом потребує комплексного підходу на різних рівнях – від побутового до державного. Профілактичні заходи, які включають у себе підвищення освіченості населення, встановлення правил поведінки в Інтернеті, забезпечення підтримки жертв та інші, є ефективними інструментами для запобігання кібербулінгу. Україна також приймає відповідні заходи для боротьби з цією проблемою та здійснює національну стратегію з питань кібербезпеки, що сприяє покращенню ситуації в країні.

Аналіз програм, спрямованих на попередження кібербулінгу та надання підтримки жертвам.

Оскільки інтернет стає все більш доступним і популярним серед молоді, проблема кібербулінгу стає все більш актуальною. Відтак, програми психологічної профілактики та корекції кібербулінгу стають все більш важливими для забезпечення безпеки та благополуччя студентів.

Світові практики також мають багато різних програм психологічної профілактики та корекції кібербулінгу. Наприклад, у США було розроблено програму «Супервізор для дітей», яка надає батькам та дорослим освіту щодо того, як допомогти підліткам уникнути кібербулінгу. Велика Британія має програму «Захист від кібербулінгу», яка надає різноманітні матеріали та ресурси для підтримки студентів їх попередженні та боротьбі з кібербулінгом [53].

Інші світові програми психологічної профілактики та корекції кібербулінгу включають в себе тренінги зі здорового способу життя та соціальної компетентності, курси з креативного мислення та емоційного інтелекту, а також програми для студентів, що страждають від тривоги та депресії.

Аналіз програм психологічної профілактики та корекції кібербулінгу показує, що ефективні програми повинні включати не лише попереджувальні заходи, але й підтримку для тих, хто вже став жертвою кібербулінгу. Також важливо визначити, які методики та стратегії найбільш ефективні для студентів, оскільки їхні потреби та переживання можуть відрізнятися від дорослих.

В цілому, програми психологічної профілактики та корекції кібербулінгу є важливими інструментами для забезпечення безпеки та благополуччя студентів в електронному середовищі. Як у світі, так і в Україні, розробники програм продовжують працювати над вдосконаленням та розширенням існуючих програм, щоб забезпечити максимальний захист та підтримку для студентів, що стикаються з кібербулінгом.

Ефективність програм психологічної профілактики та корекції кібербулінгу серед студентів є важливим питанням у боротьбі з цим явищем. Дослідження показують, що програми, спрямовані на попередження кібербулінгу та надання

підтримки жертвам, можуть значно знизити ризик виникнення цього явища та допомогти студентам подолати емоційні труднощі.

Варто зазначити, що ефективність програм психологічної профілактики та корекції кібербулінгу може залежати від різноманітних факторів, таких як вік студентів, типи кібербулінгу, культурні особливості та особистісні характеристики досліджуваних груп. Тому важливо враховувати ці фактори при розробці та впровадженні програм в практику.

В таблиці 1.3.1 наведені результати досліджень ефективності програм психологічної профілактики та корекції кібербулінгу серед студентів країн світу.

Таблиця 1.3.1

**Ефективності програм психологічної профілактики та корекції
кібербулінгу серед студентів**

Назва програми	Країна	Вік студентів	Результати дослідження
KiVa	Фінляндія	15-20 років	Зниження випадків кібербулінгу на 30-70%
Cyber Mentors	Великобританія	16-21 років	Зниження випадків кібербулінгу на 20-40%
Friend	Ізраїль	15-20 років	Зниження випадків кібербулінгу на 25%
RespectUs	Німеччина	16-21 років	Зниження випадків кібербулінгу на 27%
eCIRC	Австралія	15-20 років	Зниження випадків кібербулінгу на 10-20%

З таблиці видно, що програми, такі як KiVa та Cyber Mentors, мають високі показники ефективності та можуть значно знизити випадки кібербулінгу серед студентів. Програма Friend з Ізраїлю та RespectUs з Німеччини також показали позитивні результати, знижуючи випадки кібербулінгу на 25-27%. Однак, програма eCIRC з Австралії показала менш вражаючі результати.

Наприклад, дослідження показали, що програма KiVa є ефективною в контексті фінської культури та освітньої системи, але може потребувати додаткової адаптації для інших країн та контекстів. Також важливо враховувати вікові та

розвиткові особливості студентів, оскільки різні програми можуть бути більш або менш ефективними в залежності від віку досліджуваних груп.

Крім того, деякі дослідження вказують на те, що програми психологічної профілактики та корекції кібербулінгу можуть бути більш ефективними, якщо їх впроваджувати в комплексі з іншими заходами, такими як навчання соціальних навичок, розвиток емоційної інтелігентності та психологічна підтримка жертв кібербулінгу.

Узагалі, програми психологічної профілактики та корекції кібербулінгу є важливим інструментом в боротьбі з цим явищем серед студентів. Однак, важливо розуміти, що успішність цих програм може бути залежна від різних факторів, тому варто розглядати кожен програму в контексті її конкретної країни, культурних та соціальних особливостей та враховувати ці фактори при її впровадженні.

Також важливо зазначити, що більшість досліджень зосереджена на оцінці короткострокових ефектів програм. Для того, щоб зрозуміти довготривалу ефективність та перспективи впровадження програм на рівні закладів вищої освіти та суспільства в цілому, необхідно проводити дослідження довготривалої ефективності та імпаку програм.

Таким чином, програми психологічної профілактики та корекції кібербулінгу можуть бути ефективним інструментом для зменшення випадків кібербулінгу серед студентів. Однак, успішність програм може залежати від різноманітних факторів, тому варто враховувати контекст впровадження та проводити дослідження їх ефективності та довготривалого імпаку.

Зупинимось детальніше на програмах, кожна із яких має певні переваги використання:

1. Метод KiVa – це програма психологічної профілактики та корекції булінгу, що була розроблена в Фінляндії в 2006 році і відтоді була впроваджена в більш ніж 20 країнах. Метод KiVa базується на наукових дослідженнях про динаміку булінгу та теорії соціального впливу, що дозволяє йому ефективно протидіяти булінгу та знижувати його рівень серед підлітків.

Властивості методу KiVa:

Програма орієнтована на весь навчальний заклад, а не лише на жертву та хуліганів.

Програма містить різні компоненти, що включають освітні заходи, підтримку студентів, інтервенційні стратегії та систему моніторингу.

Програма має науково підтверджену ефективність у зменшенні рівня булінгу та підвищенні благополуччя студентської спільноти.

Програма може бути використана у різних контекстах та культурах.

Переваги методу KiVa:

Метод використовує позитивний підхід та акцентує увагу на підтримці жертв та вихованні емпатії у хуліганів.

Програма є комплексною та охоплює різні аспекти булінгу, що дозволяє ефективно протидіяти цьому явищу.

Метод має науково підтверджену ефективність та довготривалу дію.

Програма може бути використана як в закладах вищої освіти так і в інших установах, де може відбуватися булінг.

Недоліки методу KiVa:

Метод може бути чутливий до культурних та соціальних різниць, оскільки використовується у різних контекстах та культурах.

Вимагає значних фінансових та часових витрат на його впровадження та проведення.

Метод має свої обмеження в ефективності на практиці, залежно від конкретної ситуації та специфіки навчального закладу.

Дослідження показують, що метод KiVa є досить ефективним в боротьбі з булінгом та покращенні клімату у закладі вищої освіти. Наприклад, в одному дослідженні проведеному в Фінляндії, де було використано метод KiVa, було знижено рівень булінгу на 30-50%. У дослідженні, проведеному в Норвегії,

програма KiVa показала зниження рівня булінгу на 21-26% в порівнянні з контрольною групою.

У загальному, метод KiVa є ефективним та комплексним підходом до боротьби з булінгом у студентському середовищі. Він акцентує увагу на позитивних аспектах та принципах взаємодії, що сприяє покращенню клімату в ЗВО та зменшенню рівня булінгу серед студентів. Проте, важливо розуміти, що успіх методу залежить від специфіки закладу вищої освіти та контексту, у якому він використовується.

2. Метод Cyber Mentors (кібер-наставники) – є ще одним підходом до профілактики кібербулінгу, який був розроблений в Великобританії та активно застосовується в країнах зі складною проблемою кібербулінгу серед студентів.

Суть методу полягає у формуванні груп наставників серед старших студентів, які отримують спеціальну підготовку та навчання з кібербезпеки, психології, взаємодії з оточуючими. Ці наставники працюють з молодшими студентами, які мають проблеми з кібербулінгом, надаючи їм підтримку та допомогу в онлайн-середовищі.

Основні властивості методу Cyber Mentors:

Формування груп наставників серед старших студентів, які допомагають молодшим в онлайн-середовищі.

Навчання наставників з кібербезпеки, психології, взаємодії з оточуючими.

Підтримка молодших студентів з проблемами кібербулінгу та їхньої соціалізації в онлайн-середовищі.

Переваги методу Cyber Mentors:

Метод дозволяє залучити старших студентів до процесу попередження кібербулінгу та виховання цінностей взаємодії та підтримки серед ровесників.

Кібер-наставники мають здатність працювати з молодшими студентами та надавати їм необхідну підтримку та допомогу в онлайн-середовищі.

Недоліки методу Cyber Mentors:

Організація програми може бути часо- та ресурсномісткою, оскільки потребує підготовки наставників та викладачів, залучення фахівців з кібербезпеки та психологів.

Метод може бути неефективним, якщо наставники не отримують достатньої підготовки та навчання, або якщо молодші студенти не беруть участі в програмі.

Крім того, відсутність достатнього фінансування та підтримки може призвести до зменшення ефективності методу.

Незважаючи на ці недоліки, метод Cyber Mentors довів свою ефективність у боротьбі з кібербулінгом серед студентів. Він дозволяє створити позитивну культуру взаємодії та підтримки серед ровесників, допомагає підліткам розвивати навички кібербезпеки та забезпечує їм підтримку та допомогу в онлайн-середовищі. Однак, як і будь-який метод, він має свої обмеження та потребує додаткової підготовки та фінансування для забезпечення максимальної ефективності.

3. Метод Friend (Friend Program) – є програмою психологічної підтримки для студентів, які стали жертвами кібербулінгу. Його розроблено на базі програми KiVa та включає елементи психологічного консультування, тренінгів з кібербезпеки та співпраці з родинами.

Основними властивостями методу Friend є:

Підтримка та допомога для студентів, які стали жертвами кібербулінгу.

Залучення ровесників для надання підтримки та створення позитивної взаємодії.

Психологічне консультування та тренінги з кібербезпеки.

Співпраця з родинами та персоналом закладів вищої освіти.

Переваги методу Friend:

Дозволяє надавати підтримку та допомогу студентам, які стали жертвами кібербулінгу, залучаючи ровесників.

Сприяє розвитку навичок кібербезпеки та забезпечує психологічну підтримку студентів.

Створює позитивну культуру взаємодії та підтримки серед студентів.

Включає співпрацю з родинами та персоналом закладів вищої освіти.

Недоліки методу Friend:

Може бути неефективним, якщо студенти не беруть участі в програмі.

Потребує додаткової підготовки та навчання для наставників, які будуть залучені до програми.

Може бути складним у виконанні, якщо немає достатньої підтримки зі сторони персоналу закладів вищої освіти та родин.

Однак, метод Friend є ефективним інструментом у боротьбі з кібербулінгом, оскільки забезпечує підтримку та допомогу для студентів, які стали жертвами кібербулінгу.

4. Метод RespectUs – який використовується для профілактики кібербулінгу. Цей метод було розроблено в Німеччині та призначений для захисту підлітків від насильства та цькування в онлайн-середовищі.

Суть методу полягає в тому, що підлітків навчають розвивати позитивну поведінку в Інтернеті та навички, що допоможуть їм уникати небезпеки й впливати на своє оточення, щоб запобігти насильству та цькуванню.

Основні властивості методу RespectUs:

Фокус на позитивному впливі: намагається змінити підлітків, а не засуджувати їх. Ідея полягає в тому, щоб зробити Інтернет безпечнішим місцем для всіх.

Зосередженість на розвитку навичок: зосереджений на розвитку навичок, що допоможуть підліткам захиститися від кібербулінгу та насильства в Інтернеті.

Доступність: програма RespectUs безкоштовна та доступна для використання в будь яких навчальних закладах та вдома.

Переваги методу RespectUs:

Легкий доступ: програма доступна для завантаження з Інтернету та може бути використана в навчальних закладах або вдома.

Налагодження зв'язку з батьками: надає батькам можливість знаходитися в курсі того, що відбувається з їхніми дітьми в Інтернеті, та забезпечує можливість відкритого спілкування з ними.

Зосередженість на розвитку позитивних навичок: намагається зосередитися на розвитку навичок, що допоможуть підліткам уникати насильства та цькування в Інтернеті, а не тільки на їхній відвертості до віртуальних загроз. Це означає, що програма спрямована на розвиток позитивних навичок взаємодії та спілкування, таких як емпатія, співпереживання та підтримка.

Інтерактивність: використовує інтерактивні методи для навчання підлітків, що забезпечує більш ефективний процес навчання. Крім того, програма залучає підлітків до активної участі в процесі розвитку та здійсненні програми, що сприяє формуванню їхньої відповідальності та самостійності.

Недоліки методу RespectUs:

Обмежена адаптивність: може бути не ефективною для підлітків з відмінною від стандартної розвитку поведінкою або з іншими особливостями, що впливають на їхні можливості сприймання та навчання.

Не враховує особливості культури та мови: RespectUs розроблений в Європі та може бути менш ефективним для дітей з іншими культурними та мовними контекстами.

Обмежені можливості моніторингу: хоча програма дозволяє батькам та викладачам відслідковувати поведінку підлітків в Інтернеті, це може бути недостатньо для ефективного контролю за їхньою онлайн-активністю.

У підсумку, програма RespectUs має свої переваги та недоліки, як і будь-яка інша програма психологічної профілактики та корекції кібербулінгу. Проте, вона може бути ефективною для підлітків, які потребують допомоги у розвитку позитивних навичок взаємодії та спілкуванні.

5. Метод eCIRC (електронна програма з корекції та профілактики кібербулінгу) – є онлайн-інтервенційною програмою, яка розроблена для допомоги студентам у протидії кібербулінгу та підтримки їхньої психологічної благополучності.

Основними властивостями методу eCIRC є:

Інтерактивність: розроблена для взаємодії з користувачем і має спеціально розроблені інтерактивні завдання для досягнення позитивних результатів.

Доступність: може бути використана в будь-який час і місце за допомогою Інтернету та пристроїв з доступом до мережі.

Комплексність: охоплює різні аспекти психологічної корекції та профілактики кібербулінгу, включаючи емоційну регуляцію, взаємовідносини з однолітками та вміння ефективно спілкуватися.

До переваг методу eCIRC можна віднести:

Ефективність: дослідження показали, що програма eCIRC є ефективним методом корекції та профілактики кібербулінгу, підвищує рівень самооцінки та зменшує ризик депресії та тривоги у студентів.

Легкість використання: має простий та зрозумілий інтерфейс та доступна для використання без спеціальних навичок.

Комплексність: охоплює різні аспекти психологічної корекції та профілактики кібербулінгу, що дозволяє діяти комплексно на проблему.

До недоліків методу eCIRC можна віднести:

Складність в реалізації: потребує значних зусиль та ресурсів для впровадження програми, що може бути проблематичним для деяких закладів вищої освіти та організацій.

Довгий термін реалізації: передбачає багатоетапний процес, що включає в себе проведення дослідження, розробку та впровадження програми, навчання педагогів та студентів, що може зайняти значний період часу.

Не всі аспекти проблеми враховані: зосереджена на кореневих причинах кібербулінгу, що може привести до того, що деякі аспекти проблеми, такі як конкретні форми кібербулінгу, можуть бути пропущені.

Потрібна підтримка керівництва: програма передбачає активну підтримку керівництва організації, адже без їхньої підтримки важко впроваджувати програму та залучати студентів до участі в ній.

Не є універсальним: може не підходити для деяких груп користувачів. Наприклад, для студентів з особливими потребами або з обмеженою доступністю до Інтернету цей метод може бути менш ефективним.

Метод не може повністю замінити роль батьків та педагогів у попередженні кібербулінгу серед студентів. Він повинен бути використаний як допоміжний інструмент у комплексній системі психологічної підтримки та профілактики кібербулінгу.

Може вимагати певного рівня технічної грамотності від користувачів, що може бути проблемою для деяких людей, особливо серед старших поколінь, які не мають достатнього досвіду використання комп'ютерів та мобільних пристроїв.

Отже, метод eCIRC є ефективним інструментом для профілактики та боротьби з кібербулінгом серед студентів, але його використання потребує уважності та комплексного підходу в розв'язанні проблеми кібербулінгу.

В Україні також застосовуються різні методи психологічної профілактики та корекції кібербулінгу серед студентів. Наприклад, в навчальних закладах можуть

проводитися тренінги та семінари з цієї теми, а також використовуватися спеціальні програми та інтерактивні матеріали.

Також існують проекти та програми, розроблені спеціально для боротьби з кібербулінгом в Україні. Наприклад, програма **«Інтернет за покликанням»** від Національної поліції України, яка спрямована на профілактику та протидію кіберзлочинності серед дітей та молоді.

Також в Україні діє благодійна організація **«Діти в Інтернеті»**, яка займається просвітницькою роботою щодо безпеки дітей в Інтернеті та розробляє відповідні матеріали та програми для навчальних закладів та сімей.

Застосування деяких із визначених методів зарубіжних країн в Україні можливе. Однак, для цього необхідно враховувати культурно-історичні, соціальні та правові особливості України.

Перш за все, необхідно провести дослідження та адаптувати метод до українських умов та потреб. Важливо враховувати національні особливості та менталітет українців, а також розглядати питання з правової точки зору. Наприклад, метод KiVa передбачає покарання булерів та виключення їх з колективу, що може не відповідати українському законодавству та може викликати протистояння з батьками.

Також необхідно враховувати інфраструктуру та доступність Інтернету та технологій в Україні. Наприклад, програма Cyber Mentors може бути складною у використанні, якщо студенти не мають доступу до Інтернету, або не мають достатньої кількості пристроїв для спілкування.

Крім того, необхідно враховувати і фінансові можливості та підтримку з боку влади та громадських організацій для впровадження та підтримки програм.

Таким чином, застосування зарубіжних методів в Україні можливе, але потребує адаптації до національних умов та законодавства, врахування інфраструктури та доступності технологій, а також фінансової підтримки та підтримки з боку влади та громадських організацій. Проте пріоритетним є розробка

українського продукту враховуючи плюси та мінуси попередньо розроблених у всьому світі програм [53].

Висновки до першого розділу

За результатами аналізу літературних джерел встановлено, що кібербулінг – це серйозне соціальне явище, що має різноманітні форми та типи прояву. Особливо актуальним є дослідження психологічних особливостей виникнення кібербулінгу в студентському середовищі, що сприяє розумінню коренів цього явища та розробці ефективних стратегій протидії.

Аналізуючи розділ, варто відзначити, що вивчення способів подолання кібербулінгу у студентському середовищі є невід’ємною частиною дослідження. Отримані дані вказують на існуючі світові програми та практики, спрямовані на подолання цього негативного явища. Важливим елементом висновків є підкреслення необхідності впровадження сучасних методів та підходів у педагогічну практику з метою зменшення випадків кібербулінгу в студентському середовищі.

Таким чином, розділ 1 визначає теоретичний фундамент для подальших досліджень у галузі кібербулінгу. Враховуючи накопичені знання про визначення, форми та типи кібербулінгу, а також психологічні особливості його виникнення у студентському середовищі, ми можемо ефективно розробляти та застосовувати стратегії подолання цього явища, враховуючи світовий досвід та передові практики.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИЯВЛЕННЯ КІБЕРБУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Емпіричні дослідження показують, що кібербулінг є серйозною проблемою для студентів і суспільства в цілому. Необхідні більш ефективні заходи для запобігання кібербулінгу та захисту студентів від його наслідків, які мають бути спрямовані на усвідомлення ризиків та навчання студентів соціально-емоційним навичкам, етичному використанню Інтернету та відповідальній поведінці в мережі.

Дослідження також показали, що батьки, викладачі та інші дорослі можуть допомогти у запобіганні кібербулінгу, надаючи студентам засоби для безпечного користування Інтернетом, налагоджуючи відкриту комунікацію та розвиваючи навички соціальної адаптації. Однак, багато батьків та викладачів не мають достатнього розуміння поняття кібербулінгу та його наслідків.

Крім того, існують спеціальні програми, що надають підтримку жертвам кібербулінгу, а також розвивають навички взаємодії та співробітництва, що можуть допомогти у запобіганні кібербулінгу.

2.1. Методологічна основа дослідження

Методологічна основа нашого дослідження передбачає використання комплексу методологічних підходів та інструментів для здійснення об'єктивного та всебічного аналізу даної проблеми.

Емпіричне дослідження виявлення кібербулінгу у студентському середовищі включає наступний комплекс психодіагностичних методик:

1. Авторська анкета. (Додаток А)

Мета: виявлення кібербулінгу у студентському середовищі.

Структура: анкета містить 3 блоки;

1 блок – містить питання, які виявляють, чи ознайомлені респонденти з поняттям та характеристиками кібербулінгу;

2 блок – показує наявність проявів кібербулінгу;

3 блок – пошук способів подолання кібербулінгу.

Оцінка результатів визначається за наступними показниками:

Розподілення кількості учасників за статтю.

Розподілення кількості учасників за частотою використання Інтернету.

Дії учасників при відчутті негативних емоцій від онлайн-взаємодії.

Використання учасниками соціальних мереж та месенджерів.

Розподілення прояву кібербулінга до учасників.

Статус в контексті кібербулінгу серед студентів.

Виявлення типів кібербулінгу серед студентів.

Зацікавленість учасників в отриманні більшої кількості інформації про кібербулінг та методи боротьби з ним.

2. Методика В. Вздутьської: «Метод розпізнання кібербулінгу в житті підлітка» («ТАК/НІ»). (Додаток Б)

Використання комплексу методів дослідження дозволить отримати повні дані про психологічні особливості кібербулінгу серед студентів.

Цей метод передбачає проведення опитування серед відповідної аудиторії студентів, 17-22 років, які можуть мати відношення до кібербулінгу.

Для опитування будуть використані стандартні запитання, які стосуються типів кібербулінгу, причин та наслідків, а також ступеню свідомості та підготовки осіб, які можуть бути пов'язані з цим явищем.

Опис досліджуваної групи та результатів проведених досліджень будуть представлені у формі таблиць, а методика та розроблена анкета для дослідження буде викладена в Додатку Б.

Важливо при проведенні опитування, щоб характеристика досліджуваної групи була чіткою та детальною, оскільки це дає можливість зрозуміти, які групи осіб можуть бути більш вразливими до кібербулінгу та які чинники впливають на його поширення.

3. Тест-опитувальник «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова (2013). (Додаток В)

З метою дослідження мотиваційного компоненту кібербулінгу, що допоможе визначити домінуючі потреби в учасників кібербулінгу, які вони мають задовольнити у Інтернет-просторі, а саме, рівень таких шкал, як: фізіологічні, екзистенційні, соціальні, престижності, духовні, пізнавальні.

Окрім спілкування, В. Плешаков визначає різні потреби, такі як фізичні, екзистенційні, духовні, пізнавальні та потреби в престижі, які можна задовольнити як у реальному житті, так і в інтернет-просторі.

Методика включає тест, який допомагає визначити переважаючі потреби учасників кібербулінгу, які вони прагнуть задовольнити в інтернет-середовищі.

Фізіологічні потреби задовольняються через замовлення їжі, одягу та інше. Екзистенційні потреби виконуються завдяки поширенню комп'ютерних технологій та участі в соціальних мережах, де особистість відчуває безпеку та комфорт. Соціальні потреби реалізуються через взаємодію з іншими користувачами. Потреби в престижі задовольняються в Інтернеті через можливості демонстрації власних творчих досягнень. Духовні потреби виявляються у можливості самоактуалізації та розвитку особистості в кіберпросторі. Пізнавальні потреби зумовлені пошуком та опрацюванням нової інформації.

Методика включає 18 питань з 3 варіантами відповідей для оцінювання рівня кожної потреби, аналіз результатів дозволяє виявити домінуючі потреби учасників кібербулінгу (особисто або групи людей).

Вищезазначені методики повністю відповідають цілям та завданням нашого дослідження. Ці методологічні підходи взаємодіють для створення повноцінного та глибокого дослідження щодо виявлення кібербулінгу в студентському середовищі та психологічних засобів його подолання, що має на меті визначення ефективних стратегій попередження та подолання цього явища.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Після збору та обробки даних провели аналіз результатів, щоб зрозуміти основні тенденції, залежності та взаємозв'язки між досліджуваними параметрами.

Аналіз результатів дослідження проводився за допомогою методу виявлення кібербулінгу в студентському середовищі (Авторська анкета), методу розпізнання кібербулінгу в житті підлітка (метод Вздольської) та метод діагностики потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі (метод Плешакова). Також варто використовувати комбінацію цих методів для отримання більш повної картини результатів дослідження.

1. Використовуючи метод виявлення кібербулінгу в студентському середовищі за допомогою тесту-опитувальника (Авторської анкети) (Додаток А), нам вдалось з'ясувати наступне:

В опитуванні змогли прийняти участь 33 учасника, із яких було 27 дівчат та 6 хлопців, наглядно це представлено на рисунку 2.2.1.

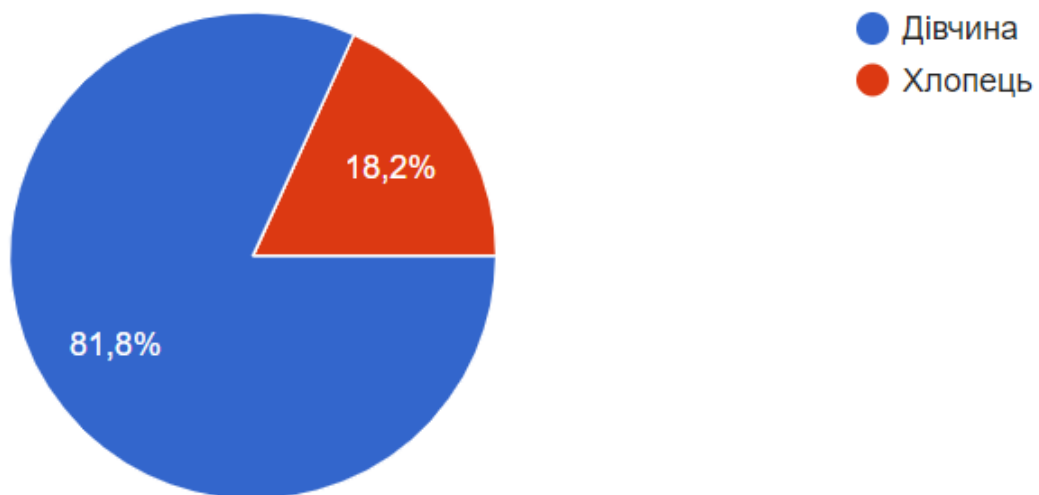


Рис 2.2.1. Розподілення кількості учасників за статтю

Враховуючи ці показники можемо зазначити що участь в опитуванні взяло більше осіб жіночої статі, які були відкритіші до діалогу ніж чоловічої.

Відповідь на запитання, скільки часу ви проводите в інтернеті дала зрозуміти, що вагома кількість опитуваних, а саме 81,8% проводить понад 3-х годин в день перебуваючи в Інтернет середовищі, що й представлено на рисунку 2.2.2.

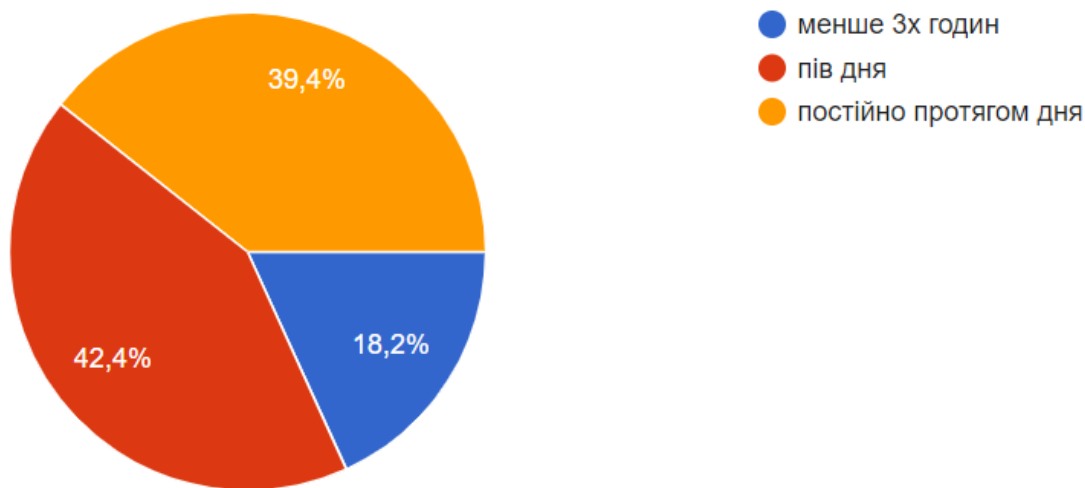


Рис 2.2.2. Розподілення кількості учасників за частотою використання Інтернету

Враховуючи результати відповідей на питання, стикались Ви коли не будь з проявами агресії по відношенню до вас ми отримали наступні дані, наведені на рисунку 2.2.3. та можемо зробити висновок, що більша частина опитуваних у тому чи іншому вигляді стикалась з агресією.



Рис 2.2.3. Стикання учасників з різними формами агресії

Наступне запитання Авторської анкети дало змогу виявити, що більше половини опитуваних відповіли позитивно щодо своєї участі прояву до них агресії як потерпілою стороною, це показано на рисунку 2.2.4.

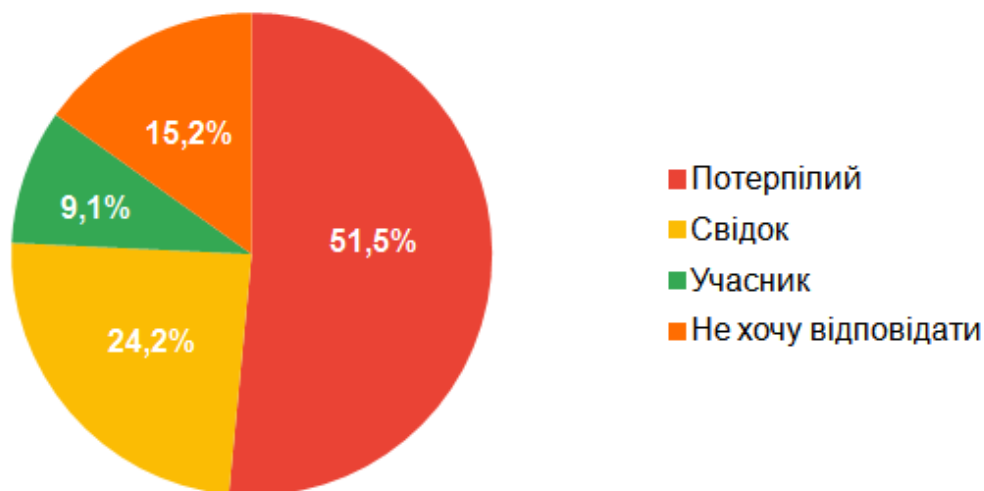


Рис 2.2.4. Статус учасників в прояві агресії

В другому блоці Авторської анкети, який показує наявність прояву кібербулінгу серед студентів ЗВО, за результатами опитування з'ясували наступне. Учасники в рівній мірі по 39,4% відповіли що стикались з проявом кібербулінгу по відношенню до них та і ті, що не стикались. Проте 21,2% учасники зазначили, що не впевнені в тому, що це був саме кібербулінг. Що й продемонстрували на рисунку 2.2.5.

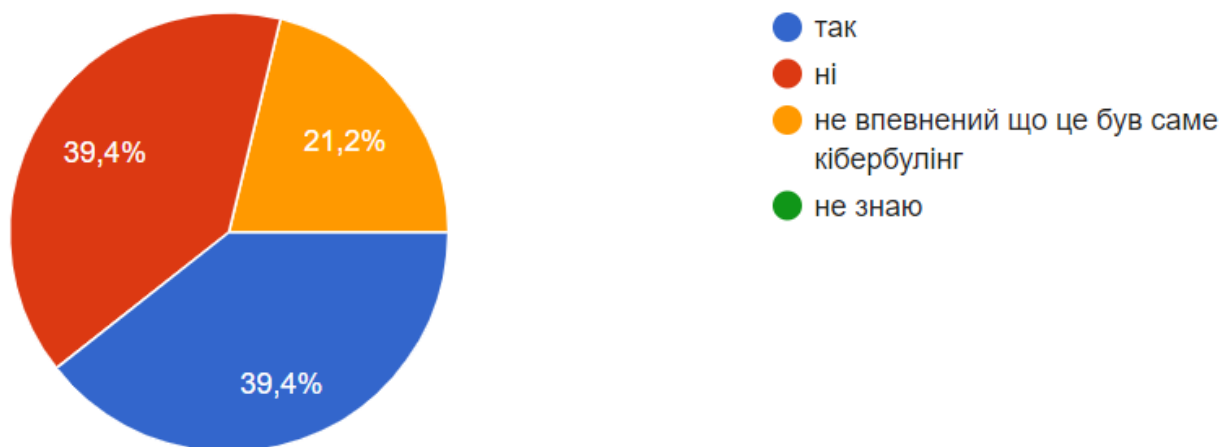


Рис 2.2.5. Розподілення прояву кібербулінгу до учасників

Також в ході дослідження нами було виявлено ступінь проявленості наступних типів кібербулінгу, що зустрічаються серед студентів: нав'язування непотрібної інформації – 54,5%, шахрайство (продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок) та знущання (образи, приниження, психологічний тиск) по 33,3%, наклепи (розповсюдження про вас неправдивої інформації) – 24,2%, залякування (погрози завдати вам шкоди) – 18,2%, доволі великий відсоток виявили такий тип кібербулінгу як підштовхування до завдання собі шкоди – 15,2%, самозванство – 9,1%, а от підбурення та переслідування виявилось всього по 3%, що представлено на рисунку 2.2.6.

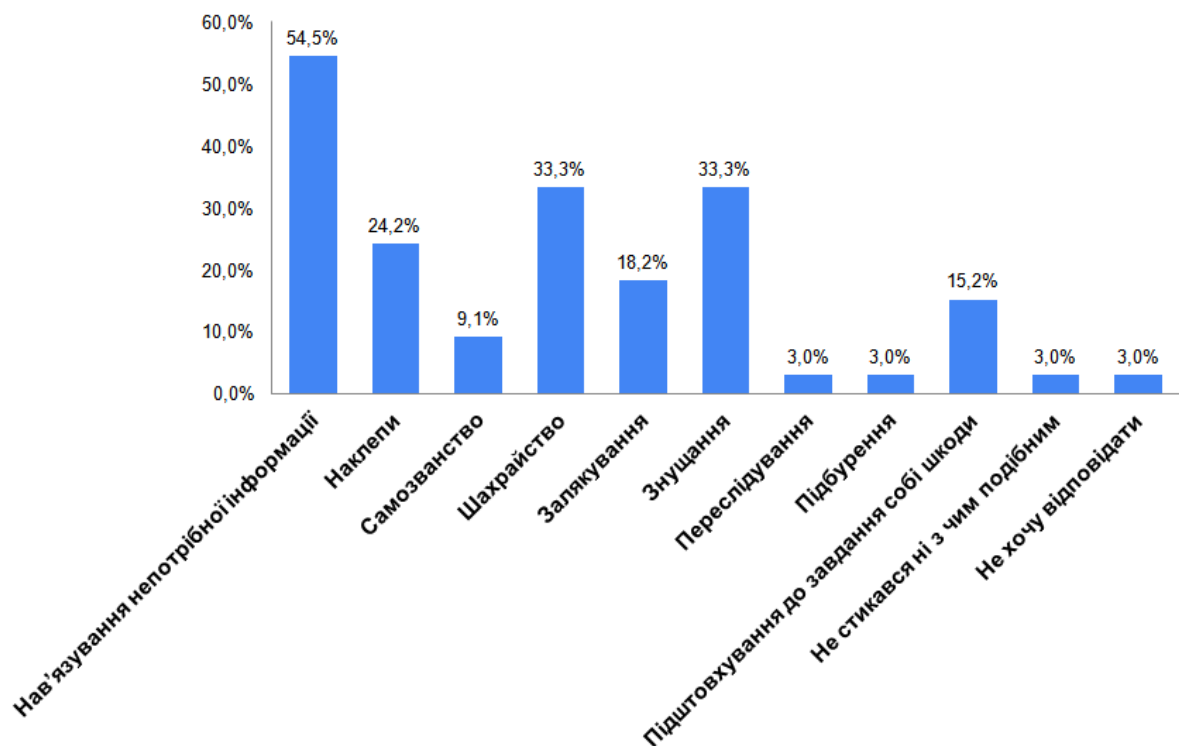


Рис 2.2.6. Ступінь проявленості різних типів кібербулінгу серед учасників

Наступні питання другого блоку дали змогу підтвердити нашу гіпотезу щодо прагнення більшості учасників самостійно вирішувати складні ситуації, а не йти по допомогу, а також наявного у них бажання отримувати більше інформації про кібербулінг, засоби боротьби з ним тощо, це показано в рисунку 2.2.7.

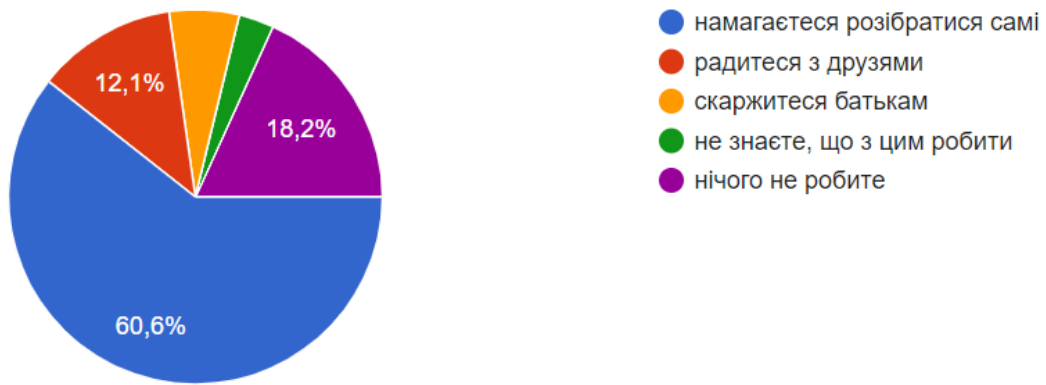


Рис 2.2.7. Дії учасників при відчутті негативних емоції від онлайн-взаємодії

Також було досліджено, що 51,5% учасників зацікавлені в отриманні більше інформації про кібербулінг, навели в таблиці 2.2.8., а доволі великий відсоток, 30,3% поки що не знають, чи потрібна їм ця інформація, тобто є впевненість в тому, що в подальшому вони змінять свою думку.

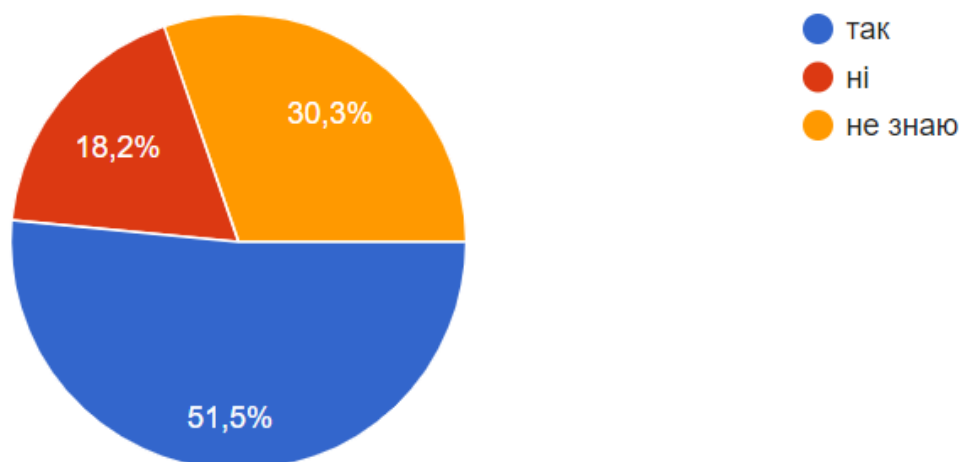


Рис 2.2.8. Зацікавленість учасників в отриманні більше інформації про кібербулінг та методи боротьби з ним

В третьому блоці Авторської анкети, де ми досліджували шляхи подолання кібербулінгу нам вдалося отримати підтвердження, щодо необхідності розробки та проведення на постійній основі кваліфікованим психологом тренінгу серед студентської спільноти, адже **63,6%** опитуваних вважають, що ефективним методом

профілактики та боротьби проти кібербулінгу може бути саме проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, запровадження практичного курсу чи тренінгу з медіа грамотності у ЗВО, а **57,6%** - впевнені, що саме психологи зможуть допомогти в цій боротьбі, а також з профілактикою та наслідками кібербулінгу, хоча наряду з цим **72,7%** студентів не цікавилися та не знають, чи є щось подібне в їх навчальних закладах, висновки представлені на рисунку 2.2.9.

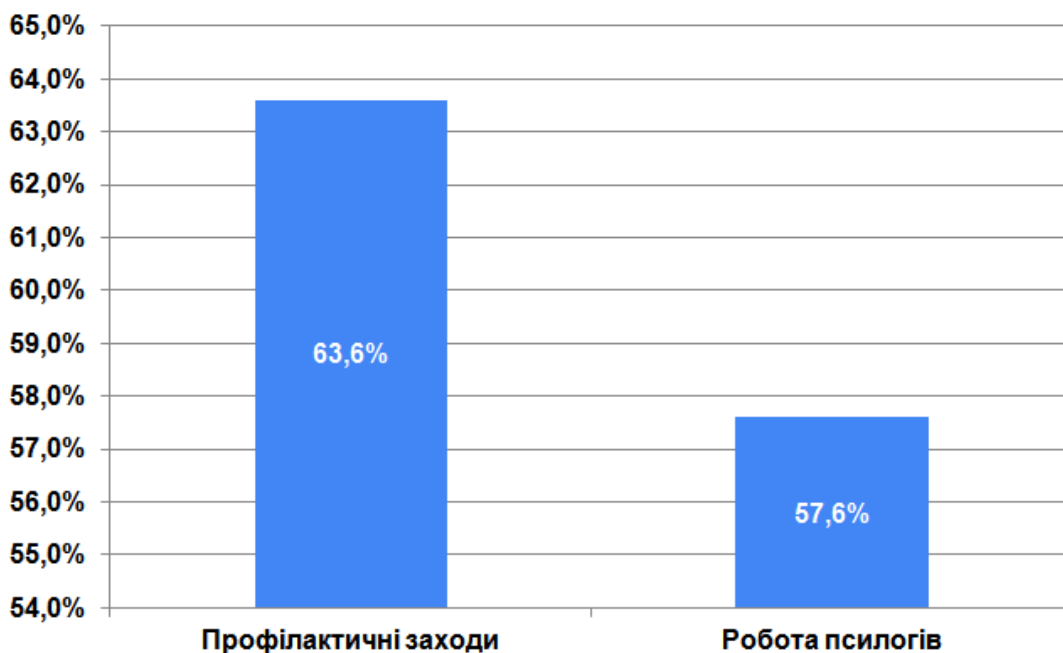


Рис 2.2.9. Засоби профілактики кібербулінгу серед студентів

2. Наступним етапом емпіричного дослідження стало використання методики В. Вздольської: «Метод розпізнання кібербулінгу в житті підлітка» («ТАК/НІ»). (Додаток Б)

Проаналізувавши отримані результати можемо зазначити наступне.

Що серед учасників потенційною жертвою кібербулінгу може стати 77,3%, потенційним свідком – 71,2%, а тих, хто може стати учасником кібербулінгу 36,4%. Це доволі високі показники, що показує актуальність проблеми прояву та необхідністю боротьби з кібербулінгом.

Результати дослідження середніх студентів 17-22 років за методом «ТАК/НІ» (розпізнання кібербулінгу в житті підлітка) наведено в таблиці 2.2.10. Загальна кількість учасників склала 33 студента, із них Хлопців – 6 та Дівчат – 27 осіб.

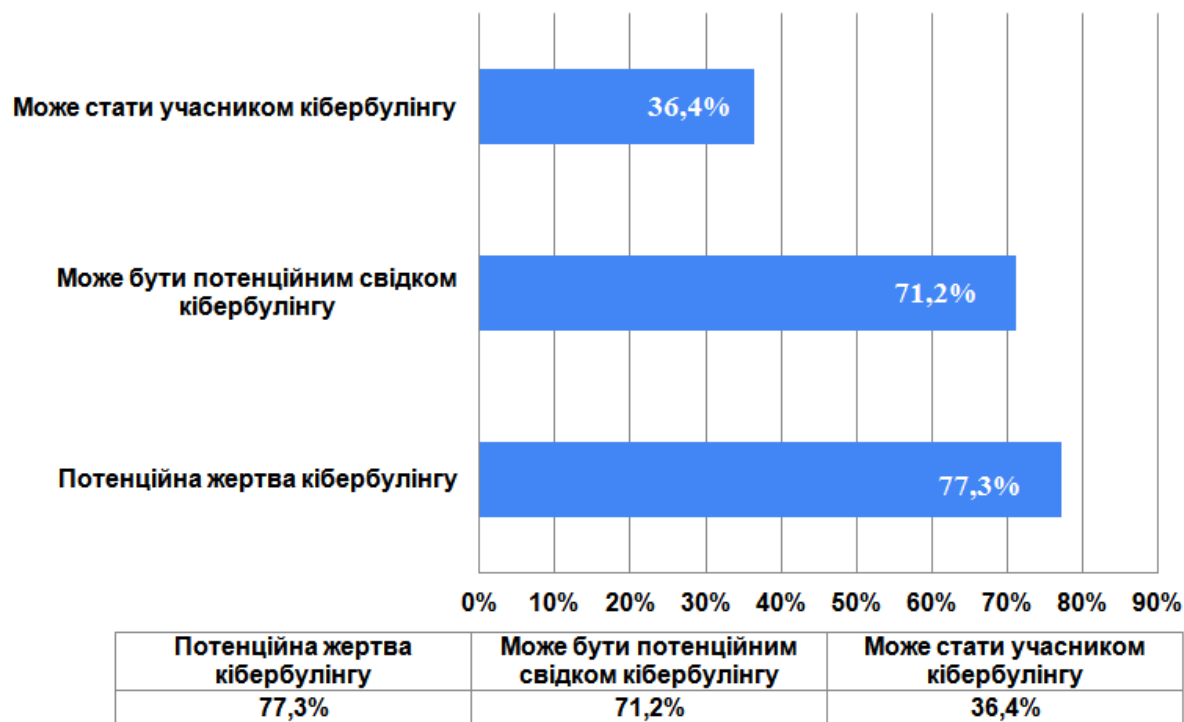


Рис 2.2.10. Показники наявності кібербулінгу серед студентів за «Методом розпізнання кібербулінгу в житті підлітка» В. Вздутьської

3. Ще одна методика, яка була використана нами в процесі дослідження кибербулінгу це тест-опитувальник «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова (2013). (Додаток В)

Цей тест-опитувальник дозволив визначити мотиваційні компоненти кібербулінгу, домінуючі потреби в учасників кібербулінгу, які вони мають задовольнити у Інтернет-просторі, а саме, рівень таких видів потреб, як: фізіологічні, екзистенційні, соціальні, престижності, духовні, пізнавальні. Результати нашого дослідження серед студентів представлені в таблиці 2.2.1. В даному дослідженні прийняло участь 20 студентів, віку 17-22 років.

Таблиця 2.2.1.

Результати проявів потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі у студентів за методикою «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова.

№	Шкали потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі	Рівні прояву					
		Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
		к-сть осіб	%	к-сть осіб	%	к-сть осіб	%
1	Фізіологічні потреби	9	45	6	29	5	27
2	Екзистенційні потреби	9	45	7	33	4	23
3	Соціальні потреби	9	43	6	30	5	28
4	Потреби престижу	9	45	7	36	4	19
5	Духовні потреби	10	52	6	30	4	18
6	Пізнавальні потреби	7	38	10	48	3	14
	Всього осіб:	20					

Наглядніше це видно на рисунку 2.2.11

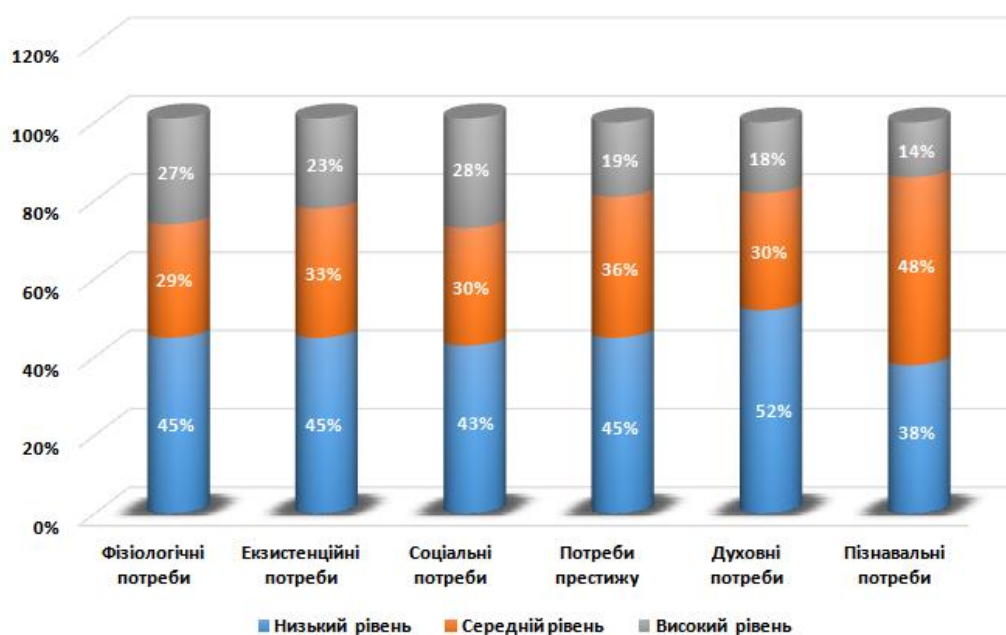


Рис 2.2.11. Результати проявів потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі у студентів за методикою «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова

Якісний аналіз табличних даних показав, що найбільша кількість студентів має низький рівень духовних потреб (52%, 10 осіб), що характеризує досліджуваних як осіб, які не мають бажання реалізуватися, самовиражатися, розвиватися, презентувати себе в кіберпросторі. Їм комфортно знаходитися у власній ролі, не бажають керувати ситуацією та людьми. Такі респонденти демонструють страх брати відповідальність за себе та інших, приймати рішення та досягати поставленої мети, виходити із зони комфорту та ризикувати.

З іншої сторони, респонденти, які демонструють високий рівень даної шкали (18%, 4 особи), характеризуються потребами реалізуватися за допомогою презентації себе в соціальних мережах, де вони можуть проявити себе та самоактуалізуватися на відміну від реального життя, в якому вони стикаються із проблемами, які складніше подолати, ніж в Інтернеті. Також вони люблять приміряти на себе нові соціальні ролі, наприклад, іншу стать, вік, расову приналежність, змінювати рід діяльності тощо. Їм цікаво самовиражатися у мережі, розвивати себе, приймаючи рішення та беручи за них відповідальність, досягаючи поставлених цілей та ризикуючи, керуючи своїми діями та управляючи іншими людьми.

Наступний за поширеністю результат має шкала потреби у престижі, яка проявилася на низькому рівні розвитку (45%, 9 осіб), та демонструє у студентів ознаки закритості та скритності у мережі Інтернет. Вони не бажають знайомитися із життям інших, демонструвати власні успіхи та своє життя, адже не потребують зовнішнього схвалення, позитивної оцінки, поваги для підняття власної самооцінки. Вони розуміють самоцінність, приватність інформації та реалізуються у реальному житті, маючи реальні успіхи, спілкуючись з реальними людьми.

Натомість студенти, які мають високі показники даної шкали (19%, 45 осіб), характеризуються бажанням знаходитися у Інтернеті для споглядання за досягненнями інших, модою, популярними трендами та відповідною демонстрацією себе, власних успіхів у областях, що їх цікавлять або є сильною стороною на їх погляд із використанням різноманітних засобів. Через схвалення та визнання, відчуття успіху та високої оцінки з боку інших, вони підвищують власну

самоповагу, яка незадоволена у реальному житті. Досить часто, такі люди мають агресивні та домінуючі прояви в разі, якщо хтось має думку, яка не відповідає їх уявленням та може загрожувати їх самооцінці.

Наступною за популярністю проявів розглянемо шкалу фізіологічних потреб (45%, 9 осіб), де студенти частіше за все задовольняють власні базові потреби використовуючи традиційні способи (піти в магазин, торговий центр, знайти коханця тощо), не використовуючи гаджети та можливості, що надає Інтернет. Це їх характеризує як активних, самостійних, працездатних та комунікативних, що зможуть у будь-якій ситуації власними силами задовольнити власні потреби.

З іншого боку, високий прояв шкала (27%, 5 осіб) виявляє у респондентів бажання задовольняти усі базові потреби у спразі, їжі, одязі, ліках, сексі, сні тощо, завдяки використанню Інтернет-додатків, здійснюючи замовлення, звертаючись до ресурсів еротичного змісту та використанню програм для релаксації. Вони вважають, що таким чином економлять час, сили, мають більше вибору, однак така опосередкована діяльність на постійній основі повністю заміняє реальну взаємодію та знижує кількість зусиль для досягнення задоволеності та насиченості. Це може сприяти проявам ліні, підвищенню бажання вигоди від будь-якої самостійної дії та сприйманню людей, їх думок й емоції лише для задоволення певної базової потреби (агресивності, скидання напруги, поганого настрою тощо).

Розглянемо вагомий результат прояву низького рівня екзистенційних потреб (45%, 9 осіб), що характеризує респондентів як впевнених у собі осіб з адекватною самооцінкою, які не відчувають небезпеку в Інтернеті та відчувають комфорт як у реальному, так і віртуальному житті. Вони не намагаються дотримуватися анонімності, відкрито може висловлюватися при будь-якій комунікації.

Натомість для студентів із високим рівнем даної потреби (23%, 4 особи) є життєво необхідним користування комп'ютерними технологіями, використовуючи анонімність та відсутність невербальних компонентів для відчуття комфорту, безпеки власної самооцінки, відчуття можливості здійснювати помилки у процесі спілкування та обміну думками. Зазвичай, такі студенти у Інтернеті створюють те

коло співрозмовників, в якому їм найкомфортніше спілкуватися, не виходячи за його межі та тяжко впускаючи інших.

Низький рівень соціальних потреб (43%, 9 осіб) демонструє, що студенти частіше задовольняють комунікацію завдяки реальному спілкуванню, не приховуючи про себе інформацію, власні емоції, невербальні прояви та віддають перевагу вести діалог із реальними знайомими, а не віртуальними.

З іншої сторони, респонденти із високим рівнем прояву шкали (28%, 5 осіб), характеризується бажанням взаємодіяти опосередковано через гаджет, знаходячи інтернет співбесідника завдяки пошуку за певною інформацією, інтересами, поглядами, побажаннями, що значно спрощує побудову взаємодії.

Останньою шкалою для розгляду залишаються пізнавальні потреби, що при низькому прояві серед респондентів (38%, 7 осіб) демонструють традиційні способи отримання інформації (книги, бібліотека), пізнання світу завдяки стандартним стимулам, які спрямовані на пошук, сприйняття та реалізацію нової інформації. Крім того, отримання власних знань й досвіду у такому показників можливе через звичаї й традиції від одного покоління до іншого.

Найменший результат даної шкали демонструє високий рівень (14%, 3 особи), що виявляє задоволення пізнавальних потреб через отримання позитивних емоцій, де пошук, сприйняття та реалізація нової інформації виступає в оновленому стимулі (колір, звук, смак, дотик, запах), у новій формі знання (пристрій, їх призначення, способи застосування), у сучасній системі уявлень про світ (готові, наукові, інноваційні знання), втілюючись через можливості Інтернет-простору.

Домінуючими результатами у даній шкалі є середній рівень, що балансує між звичаями і традиціями та новітніми способами отримання необмеженої інформації (48%, 10 осіб).

Висновки до другого розділу

Після проведення аналізу результатів дослідження можна зробити висновки щодо поставлених завдань, спрогнозувати можливі наслідки та розробити рекомендації для практичного застосування отриманих даних, які можуть бути корисними для подальшого дослідження кібербулінгу в Україні та розробки ефективних заходів для запобігання цьому явищу.

При дослідженні кібербулінгу серед студентів, аналіз результатів допоміг зрозуміти, що серед учасників потенційною жертвою кібербулінгу може стати 77,3%, потенційним свідком – 71,2%, а тих, хто може стати учасником кібербулінгу 36,4%. Це доволі високі показники, що показує актуальність проблеми прояву та необхідністю боротьби з кібербулінгом.

Також в ході дослідження нами було виявлено ступінь проявленості наступних типів кібербулінгу, що зустрічаються серед студентів: нав'язування непотрібної інформації – 54,5%, шахрайство (продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок) та знущання (образи, приниження, психологічний тиск) по 33,3%, наклепи (розповсюдження про вас неправдивої інформації) – 24,2%, залякування (погрози завдати вам шкоди) – 18,2%, доволі великий відсоток виявили такий тип кібербулінгу як підштовхування до завдання собі шкоди – 15,2%, самозванство – 9,1%, а от підбурення та переслідування виявилось всього по 3%.

За методикою «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова ми з'ясували, що найбільша кількість студентів має низький рівень духовних потреб (52%, 10 осіб); шкала потреби у престижі проявилася на низькому рівні розвитку (45%, 9 осіб), та демонструє у студентів ознаки закритості та скритності у мережі Інтернет; шкала фізіологічних потреб (45%, 9 осіб), де студенти частіше за все задовольняють власні базові потреби; вагомий результат прояву низького рівня екзистенційних потреб (45%, 9 осіб), що характеризує респондентів як впевнених у собі осіб з адекватною самооцінкою, які не відчувають небезпеку в Інтернеті та відчувають комфорт як у реальному, так і віртуальному житті; низький рівень соціальних потреб (43%, 9 осіб) демонструє, що студенти частіше задовольняють комунікацію завдяки реальному спілкуванню,

не приховуючи про себе інформацію, власні емоції, невербальні прояви та віддають перевагу вести діалог із реальними знайомими, а не віртуальними; пізнавальні потреби на низькому рівні прояву серед респондентів (38%, 7 осіб) демонструють традиційні способи отримання інформації (книги, бібліотека), пізнання світу завдяки стандартним стимулам, які спрямовані на пошук, сприйняття та реалізацію нової інформації.

На основі результатів аналізу будуть запропоновані рекомендації для запобігання кібербулінгу, наприклад, введення додаткових занять з безпеки в Інтернеті, проведення тренінгів зі здорового спілкування та взаємодії в соціальних мережах, або впровадження заходів для підтримки психологічного здоров'я студентів, щоб зменшити їх вразливість до кібербулінгу.

ТРЕНІНГ З МЕДІАГРАМОТНОСТІ ЯК ЗАСІБ ЗАПОБІГАННЯ КІБЕРБУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

В ході написання кваліфікаційної роботи, проведення дослідження по виявленню кібербулінгу в студентському середовищі та аналізуючи встановлені результати, було прийнято рішення про організацію, розробку та впровадження тренінгу з медіаграмотності в студентському середовищі та інших навчальних закладах для запобігання кібербулінгу.

3.1. Розробка та впровадження тренінгу з медіаграмотності для запобігання кібербулінгу

Вивчаючи світовий досвід та різні дослідження по темі боротьби з кібербулінгом серед підлітків та в студентських середовищах, аналізуючи позитивні та негативні аспекти різних програм та ініціатив, можна виокремити ефективні підходи та стратегії для розробки власного тренінгу з медіаграмотності.

Це може включати розпізнавання різних форм кібербулінгу, розвиток етичної поведінки в інтернеті, навички аналізу та критичного оцінювання інформації.

Розробка методів та засобів, які найефективніше впливатимуть на аудиторію, є ключовим етапом. Інтерактивні форми, сценарії, ігри та обговорення можуть бути використані для залучення учасників. Також важливо розглядати питання доступності та практичності тренінгу.

Враховуючи контекст студентського середовища, тренінг повинен бути адаптований до конкретних потреб та особливостей аудиторії. Важливо враховувати культурні та соціальні особливості, які можуть вплинути на ефективність програми.

Після впровадження необхідно провести моніторинг ефективності тренінгу. Використовуючи зворотний зв'язок від учасників, аналіз динаміки змін в їхніх навичках та ставленні до кібербулінгу, можна вдосконалити програму для максимального позитивного впливу.

Загалом, розробка та впровадження тренінгу з медіаграмотності може ефективно запобігти кібербулінгу в студентському середовищі, враховуючи найкращі практики та дослідження з усього світу.

На основі проведених емпіричних досліджень нами було розроблено тренінг, метою якого стало розширення знань студентами ЗВО про медіаграмотність та її важливість. Надання інструментів для виявлення та запобігання кібербулінгу в інтернеті. Розвиток критичного мислення та етичної поведінки в онлайн-середовищі тощо.

Даний тренінг розраховано на студентську спільноту віком 17-22 роки, які є здобувачами освіти закладів вищої освіти України. Тривалість тренінгу 6 годин, які розділені на двогодинні зустрічі три дні, з можливим подовженням, у разі необхідності.

Тренінг побудовано на активному живому спілкуванні з учасниками, які беруть безпосередню участь у обговореннях та практичних відпрацюваннях зазначеного матеріалу.

Крім того, для учасників запропоновані практичні рольові ігри та вправи, які переводять теоретичний матеріал в практичну площину та дозволять використовувати отриманні знання в повсякденному кібер житті кожного.

Розроблений Авторський тренінг з розвитку медіаграмотності в студентському середовищі представлений в Додатку Г даної кваліфікаційної роботи для подальшого впровадження, поліпшення та ефективного його використання.

Всі етапи Авторського тренінгу були ретельно сплановані і прораховані та представлені в таблиці 3.1.1. Щоб не перевантажувати новою інформацією студентів учасників та ефективно відпрацьовувати кожен викладений матеріал було вирішено розбити весь тренінг на 3 дні по 2 години заняття з можливістю редагування під конкретні задачі та завдання в групах.

Таблиця 3.1.1.

Покроковий план тренінгу з медіаграмотності.

Етап тренінгу	Тривалість	Зміст
ДЕНЬ 1		
ВСТУП	20 хв	Привітання та короткий огляд мети тренінгу
		Визначення основних термінів: медіаграмотність, кібербулінг, етика в інтернеті тощо
ОСНОВИ МЕДІАГРАМОТНОСТІ	60 хв	Пояснення ключових аспектів медіаграмотності
		Ключові компетенції медіаграмотності
		Розгляд критеріїв оцінки надійності джерел інформації
		Обговорення
		Підсумок
ВИДИ КІБЕРБУЛІНГУ	40 хв	Огляд різних форм кібербулінгу та його можливих наслідків
		Розпізнавання сигналів кібербулінгу
ДЕНЬ 2		
ЕТИКА В МЕРЕЖІ	20 хв	Розгляд етичних правил та норм поведінки в інтернеті
		Визначення відповідальності за власні дії в онлайн-середовищі
ЗАПОБІГАННЯ КІБЕРБУЛІНГУ	60 хв	Надання конкретних порад та стратегій для запобігання кібербулінгу
ПРАКТИКА	40 хв	Розгляд прикладів успішних сценаріїв врегулювання конфліктів в інтернеті
ДЕНЬ 3		
ПРАКТИЧНІ ВПРАВИ	90 хв	Групові вправи та дискусії на тему кейсів кібербулінгу
		Рольові ігри для набуття практичних навичок
ПІДСУМОК ТА ВИСНОВКИ	30 хв	Зведення основних ідей та вивчених навичок
		Заохочення учасників ділитися власним досвідом та враженнями

Даний план містить багато підпунктів та детально описаний в програмі Авторського тренінгу в Додатку Г.

3.2. Оцінка ефективності впливу тренінгу з медіаграмотності для запобігання кібербулінгу в студентському середовищі

Участь у тренінгу взяло 20 здобувачів вищої освіти Національного авіаційного університету, частина з тих, які попередньо проходили анкетування щодо обізнаності в питанні кібербулінгу.

Після проведеного тренінгу з'явилися наявні ознаки ефективності проведеного тренінгу, а саме:

1. Збільшення обізнаності:

Студенти підвищили рівень своєї обізнаності щодо різних аспектів кібербулінгу, включаючи його види, форми та потенційні наслідки.

2. Розширення розуміння видів та типів кібербулінгу:

Учасники тренінгу отримали глибше розуміння різних форм кібербулінгу, таких як винищування, травлю, псування репутації та інші. Їхня усвідомленість стосовно віртуальних загроз зросла.

3. Розвиток навичок розпізнавання кібербулінгу:

Учасники отримали практичні навички розпізнавання сигналів кібербулінгу в онлайн-середовищі та здатні вчасно виявляти небезпечні ситуації та реагувати на них.

4. Формування етичних норм та правил поведінки в інтернеті:

Студенти вивчили та усвідомили значення етичних принципів в онлайн-середовищі та стали більш відповідальними користувачами мережі.

5. Зростання відповідальності за власні дії:

Учасники тренінгу розвинули навички самоконтролю та стали більш відповідальними за свою онлайн-присутність, уникнули публікації конфіденційної інформації та стали усвідомленими щодо свого цифрового сліду.

6. Активна участь у превентивних заходах:

Студенти створили та прийняли участь у превентивних кампаніях для запобігання кібербулінгу, що включало в себе створення матеріалів, які підсилюють позитивне інтернет-спілкування.

7. Розвиток стратегій вирішення конфліктів:

Студенти здобули навички ефективного врегулювання конфліктів в онлайн-середовищі, використовуючи конструктивний підхід та співпрацю.

8. Сприяння позитивній культурі в інтернеті:

Учасники виявилися більш підтримуючими один одного та виявили активну участь у створенні позитивної онлайн-культури в університетському співтоваристві.

Після тренінгу нами були проведені емпіричні дослідження, задля з'ясування відмінностей, або їх відсутності до та після тренінгу, ми провели повторні дослідження за деякими пунктами Авторської анкети, методикою В. Вздольської: «Метод розпізнання кібербулінгу в житті підлітка» та Тесту-опитувальнику В. Плешакова «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» та виявили наступні зміни.

За Авторською анкетою «Метод виявлення кібербулінгу у студентському середовищі» було виявлено найбільш показові зміни наступних параметрів:

1. Чи стикались Ви з проявом Кібербулінгу по відношенню до Вас? – відповідь на це питання представлена на рисунку 3.2.1. і показує наскільки відбулись зміни. Кількість учасників що відповіли «стикався» - значно збільшилась, з 39,4% до 87,8%, а кількість тих, хто «не впевнений що це був саме кібербулінг» логічно суттєво знизилась, з 21,2% до 6,1%, адже поняття кібербулінг та його різновиди стали більш зрозумілими, і ті хто вважав що не має до нього відношення, усвідомили свою безпосередню участь.

Тобто сміливо можемо стверджувати, що мета тренінгу була принаймні в цьому питанні досягненою, студенти вже більше були освічені в термінах, видах та проявах кібербулінгу та надалі почали більше розрізняти його види та типи, усвідомлюючи що цим вони себе готують до протидії цього явища.

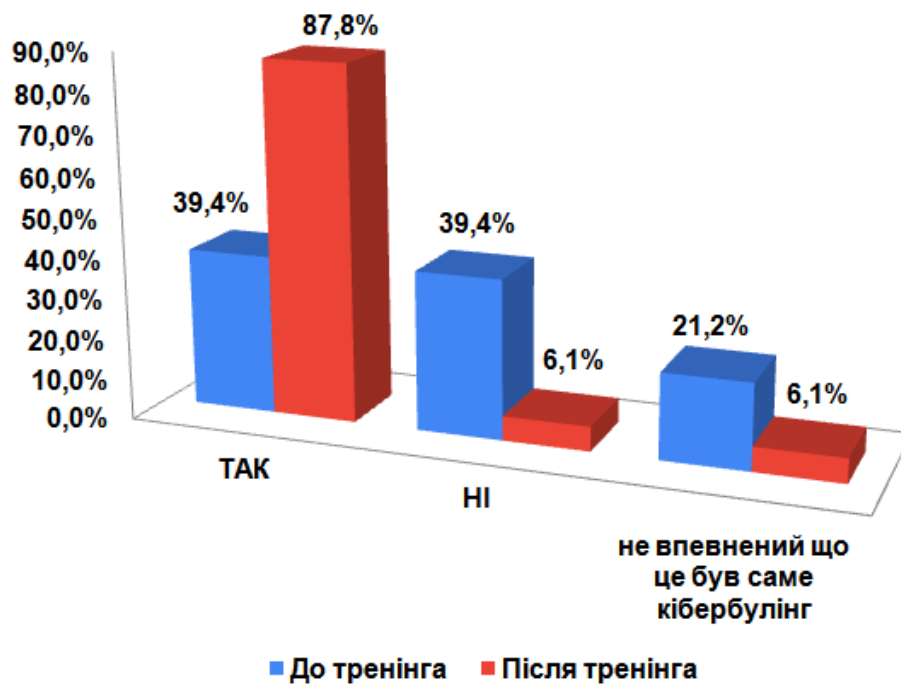


Рис 3.2.1. Порівняння результатів щодо проявів кібербулінгу

2. По відповідям на питання анкети: «В якому статусі ви стикались з проявом агресії?» чітко видно, що збільшилась кількість респондентів, які визнали себе у статусі потерпілого, з 51,5% до 60,6% та учасником, з 9,1% до 11,5% та суттєво зменшились ті, хто не хоче відповідати взагалі, з 15,2% до 5,9%, тобто стали більш обізнаними та впевненішими. Дані показані на рисунку 3.2.2.

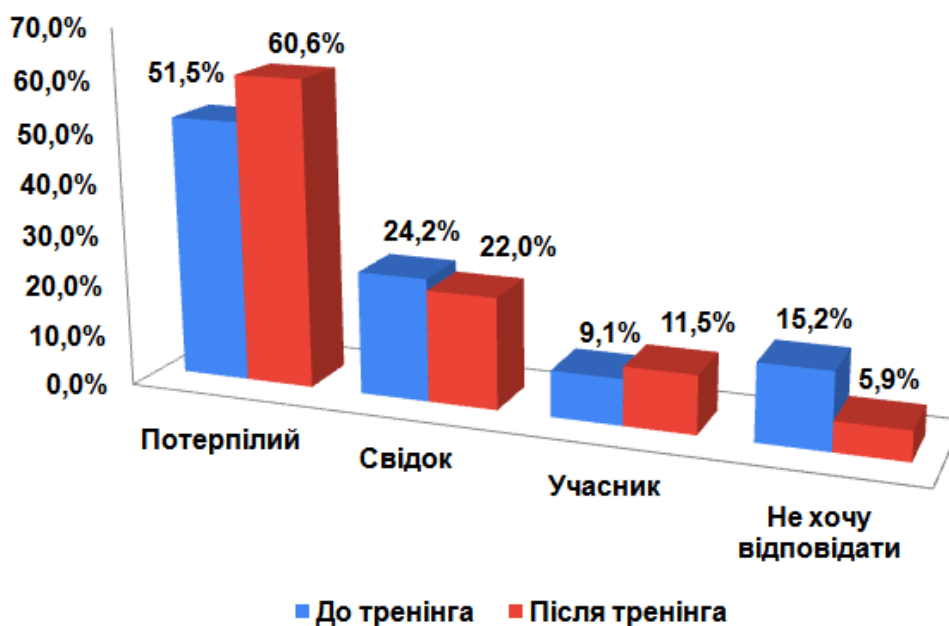


Рис 3.2.2. Порівняльні результати щодо статусів прояву агресії

За допомогою методики В. Вздурьської: «Метод розпізнання кібербулінгу в житті підлітка» («ТАК/НІ») після тренінгу ми також виявили зміни:

Наявність змін у відповідях учасників свідчать про підвищення рівня обізнаності та самосвідомості серед учасників, адже збільшилась кількість тих, хто може стати потенційним свідком кібербулінгу, з 71,2% до 86,4%, та тих, хто може стати учасником кібербулінгу, з 36,4% до 51,5%, що було представлено на рисунку 3.2.3. Показник потенційної жертви кібербулінгу не змінився.

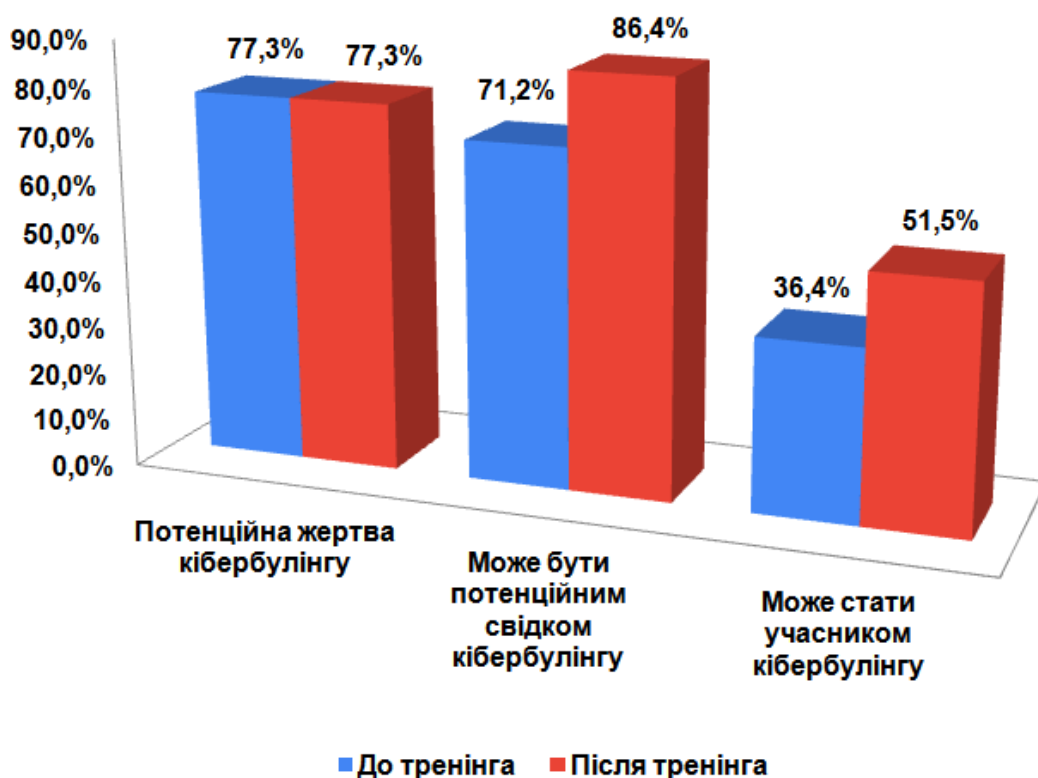


Рис 3.2.3. Порівняльні результати розпізнавання кібербулінгу за методикою В. Вздурьської «Метод розпізнання кібербулінгу в житті підлітка»

За методом проходження тесту-опитувальника «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова (2013) було виявлено наступні зміни у результатах дослідження:

1. Після тренінгу ми бачимо певні зміни в шкалах потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі, які представлені на рисунку 3.2.4., а саме,

рівень таких шкал, як: фізіологічні, екзистенційні, соціальні, престижності, духовні, пізнавальні.

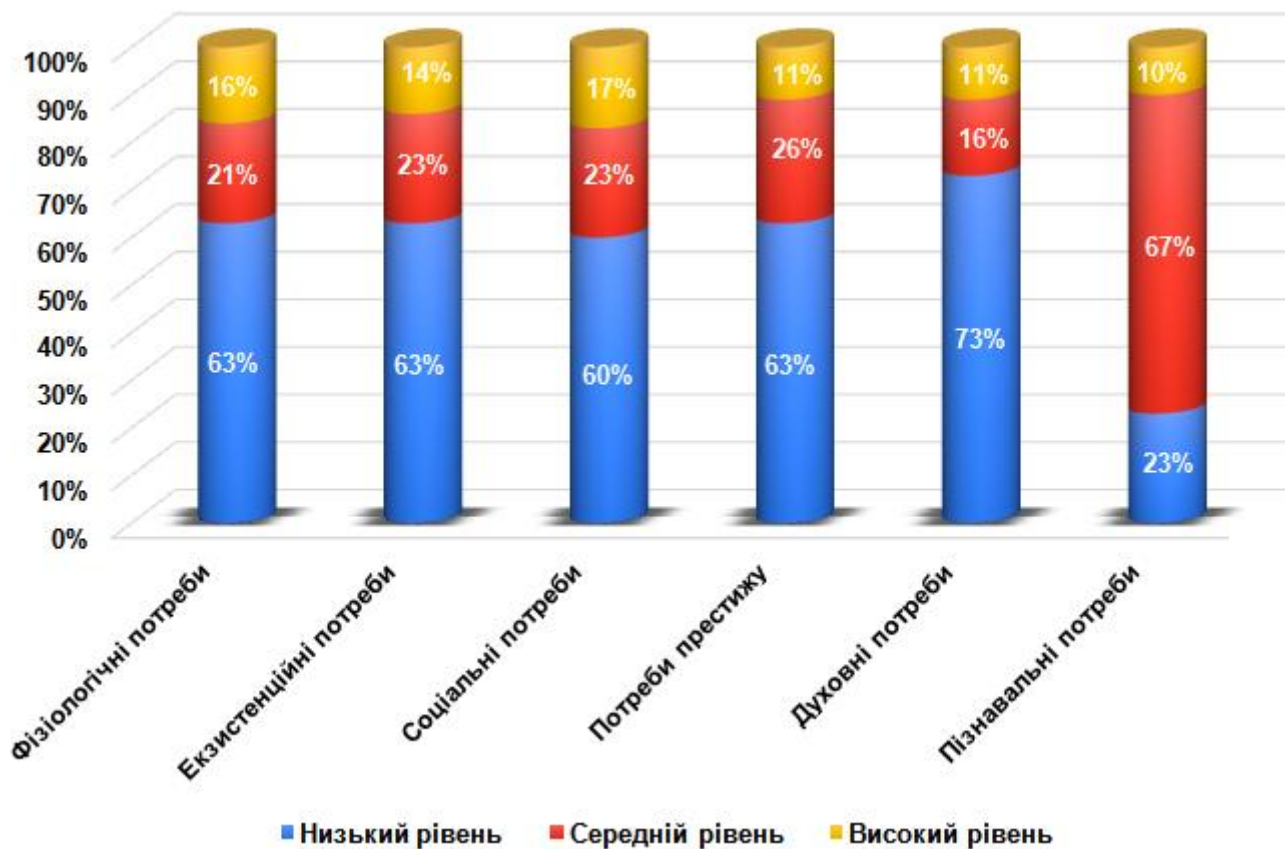


Рис 3.2.4. Шкали потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі учасниками за методикою «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова

2. Після проведення порівняння значень були виявлені деякі зміни в шкалах потреб, а саме: в низькому рівні майже всі потреби збільшилися, від 43-52% до 60-73% і тільки пізнавальні потреби зменшилися, з 38% до 23%. Також показовим виявилось те, що пізнавальні потреби в середньому рівні також значно збільшилися після проведення тренінгу, тобто з 48% до 67%. А от всі показники на високому рівні після тренінгу знизилися в середньому на 35-40%. Результати нами представлені на рисунку 3.2.5.

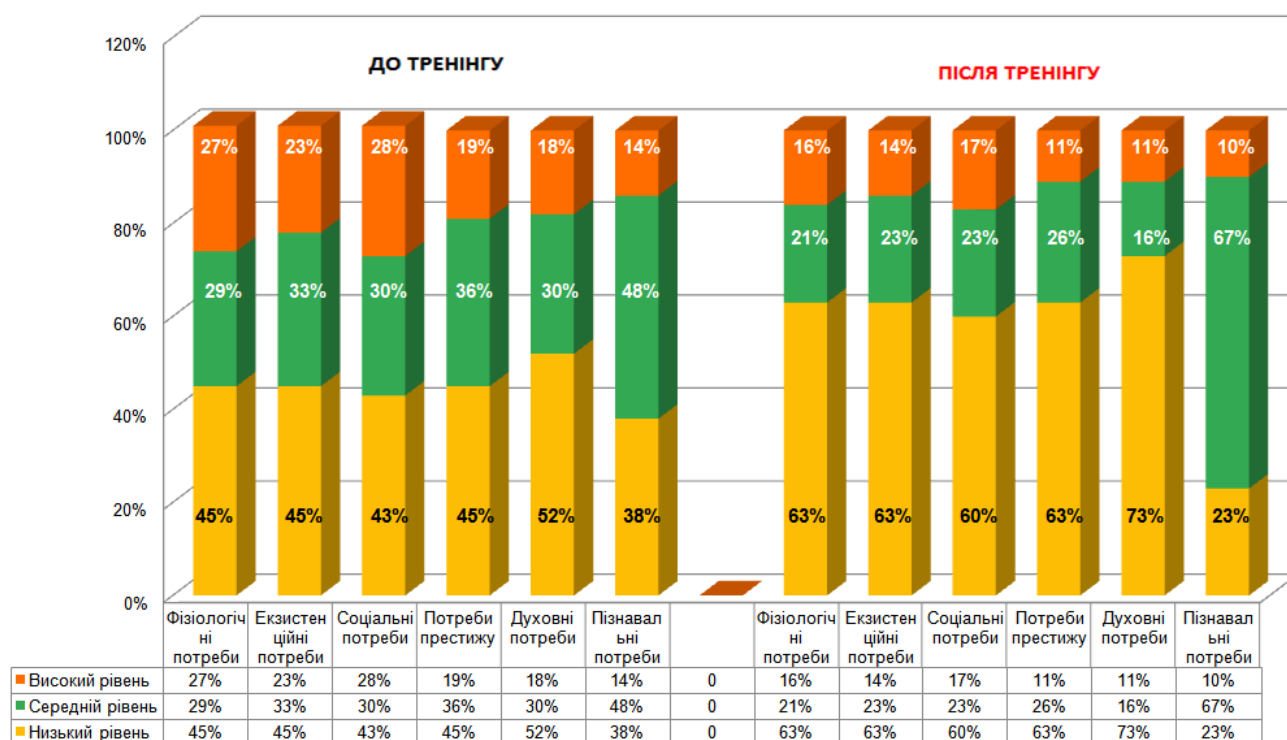


Рис 3.2.5. Порівняльні значення шкали потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі учасниками за методикою «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі» В. Плешакова

Для визначення ефективності впровадження тренінгу було здійснено порівняння показників розпізнання кібербулінгу (потенціальна жертва кібербулінгу, потенційний свідок кібербулінгу та учасник кібербулінгу) та потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі: фізіологічні потреби, екзистенційні потреби, соціальні потреби, потреби престижу, духовні потреби, пізнавальні потреби у експериментальній групі на початку та після завершення тренінгу. Також дослідили питання з авторської анкети: «Чи стикались з проявом кібербулінгу?».

Обробка отриманих даних виконувалася за допомогою математично-статистичного аналізу, визначався розподіл даних за критерієм Колмогорова-Смірнова та здійснювалось порівняння за допомогою критерія Стьюдента (Додаток Д).

Математично-статистична обробка, що здійснювалася за допомогою порівняння груп, а саме застосування критерію Стьюдента (для нормального

розподілу) для залежних вибірок, показала значущі відмінності у експериментальній групі за всіма шкалами, а саме: потенціальна жертва кібербулінгу, потенційний свідок кібербулінгу, учасник кібербулінгу, фізіологічні потреби, екзистенційні потреби, соціальні потреби, потреби престижу, духовні потреби, пізнавальні потреби. Узагальнені дані наведені у таблиці 3.2.1.

Таблиця 3.2.1.

Знаходження відмінностей між значеннями до та після тренінгу в експериментальній групі за допомогою t-критерію Стьюдента

Назва шкали	Експериментальна група до тренінгу	Експериментальна група після тренінгу	Значимість 2 стороння
Потенціальна жертва кібербулінгу	5,650	1,450	,030
Потенційний свідок кібербулінгу	5,800	1,600	,025
Учасник кібербулінгу	5,500	1,650	,043
Фізіологічні потреби	5,920	1,420	,033
Екзистенційні потреби	20,120	4,820	,009
Соціальні потреби	18,650	5,450	,013
Потреби престижу	16,300	4,100	,018
Духовні потреби	18,000	2,320	,043
Пізнавальні потреби	16,520	4,02	,023

За даною таблицею бачимо, що середні значення по групі за шкалами: потенційна жертва, потенційний свідок, учасник кібербулінгу зменшились на 4,2; 4,2; 3,850 відповідно, що свідчить про те, що у студентів збільшилась проінформованість

про кібербулінг, розвинули знання про методи розпізнання кібербулінгу. За шкалами про потреби теж бачимо зміни, всі показники зменшились.

Таким чином, можемо зробити висновок, що розроблений нами тренінг є дієвим та впливає на подолання кібербулінгу в студентському середовищі.

3.3. Практичні рекомендації щодо розвитку медіаграмотності в студентському середовищі

Варто зауважити, що подолання кібербулінгу — це комплексний процес, що включає в себе як технічні, так і психологічні аспекти. Поєднання цих зусиль дозволяє ефективно протистояти негативним впливам кібербулінгу. Окрім профілактичних заходів, одним з яких є розроблений нами тренінг з медіаграмотності також можна виділити наступні засоби подолання кібербулінгу у студентському середовищі.

Отже допомогти можуть психологічні стратегії для зміцнення емоційного стану та управління стресом, який може виникнути внаслідок кібернападів. Нижче представлено поради - деякі психологічні засоби подолання кібербулінгу:

1. Будьте свідомими своєї емоційної реакції:

Важливо визнати та розуміти свої власні емоції перед тим, як реагувати на кібербулінг. Це дозволить зберегти спокій і вибрати конструктивний шлях реагування.

2. Розвивайте емоційну стійкість:

Займайтеся практикою емоційної стійкості, щоб краще справлятися з негативними ситуаціями. Медитація, йога та глибоке дихання можуть допомогти в розслабленні та зменшенні стресу.

3. Створіть підтримуюче оточення:

Маючи підтримку зі сторони друзів, родини чи психологічних консультантів, ви зможете краще впоратися з емоційним навантаженням, що може виникнути через кібербулінг.

4. Визначте особисті цінності:

Розуміння власних цінностей допомагає краще справлятися з негативними коментарями або критикою. Зосередьтеся на тому, що важливо для вас, і не дозволяйте іншим визначати вашу самооцінку.

5. Навчайтеся ефективній комунікації:

Розвивайте навички ефективної комунікації для взаємодії з тими, хто може бути причетний до кібербулінгу. Важливо виражати свої власні почуття і думки без агресії.

6. Використовуйте блокування та звітність:

Використання функцій блокування та звітності може допомогти в ізоляції кіберзнущань та зменшенні їхнього впливу на вас.

7. Вибирайте конструктивні реакції:

Замість того, щоб впадати в спір або відповідати на агресію, вибирайте більш конструктивні шляхи реагування. Це може бути ігнорування, вилучення з контактів або звернення за допомогою до відповідних служб.

8. Шукайте професійну допомогу:

Якщо кібербулінг викликає серйозний стрес чи тривалу емоційну дезорієнтацію, зверніться за професійною допомогою психолога чи консультанта.

Окрім особистісних значне місце можуть посідати загальнодержавні засоби профілактики та подолання кібербулінгу, такі як, наприклад:

9. Створення освітніх програм:

Розробка та впровадження освітніх програм, спрямованих на розвиток медіаграмотності серед студентів. Програми можуть включати лекції, семінари та практичні вправи, які допоможуть студентам розпізнавати та аналізувати різноманітний медійний контент.

10. Інтеграція в міністерство освіти і науки:

Включення питань медіаграмотності до навчальних планів університетів. Це може включати спеціальні курси з медіаграмотності або інтеграцію цих аспектів у різні предмети.

11. Організація медіа-форумів:

Проведення медіа-форумів, на яких студенти можуть обговорювати актуальні питання медіаграмотності, ділитися досвідом та висловлювати свої думки. Це стимулює взаємодію та створює атмосферу відкритого обміну ідеями.

12. Створення віртуальних ресурсів:

Розробка віртуальних платформ та онлайн-ресурсів, де студенти можуть вивчати матеріали з медіаграмотності, проходити тести та отримувати звіти про свій прогрес.

13. Проведення медіа-проєктів:

Запровадження медіа-проєктів, які дозволяють студентам створювати власний медійний контент. Це може бути у вигляді блогів, відео, подкастів тощо. Процес створення такого контенту допомагає студентам розвивати навички критичного мислення та творчості.

14. Співпраця зі ЗМІ та експертами:

Організація зустрічей студентів із представниками ЗМІ та експертами у галузі медіаграмотності. Це надає студентам можливість поспілкуватися із професіоналами, отримати практичні поради та відповіді на питання.

15. Сприяння спільнотам обміну знаннями:

Заохочення створення спільнот обміну знаннями, де студенти можуть ділитися цікавими ресурсами, новинами та рекомендаціями щодо медіаграмотності.

16. Розвиток критичного мислення:

Запровадження методів, що сприяють розвитку критичного мислення серед студентів, зокрема під час аналізу новинних матеріалів та розпізнавання медійних маніпуляцій.

17. Організація тематичних воркшопів:

Проведення тематичних воркшопів та тренінгів, де студенти можуть отримати конкретні навички в роботі з різноманітними медійними платформами та інструментами.

18. Залучення студентів до процесу прийняття рішень:

Залучення студентів до процесу прийняття рішень щодо розвитку та вдосконалення програм та заходів медіаграмотності. Студентська участь може забезпечити більшу ефективність та актуальність ініціатив.

Висновки до третього розділу

Даний розділ висвітлює значущість та ефективність застосування тренінгу для розвитку медіаграмотності в контексті запобігання кібербулінгу. Розглянуті аспекти розробки та впровадження тренінгу свідчать про його актуальність та цілеспрямованість, оскільки він спрямований на формування вмінь та навичок, необхідних для використання кіберпростору з відповідальністю та повагою.

Результати досліджень підкреслюють значення підвищення рівня медіаграмотності для формування позитивного медійного середовища, яке сприяє запобіганню конфліктів та негативних ситуацій в онлайн-середовищі.

Студенти стали більш обізнаними, навчилися поведінці в кіберпросторі, коректно змогли визначити свою роль в кібербулінгу та здобули навички протистояння та попередження кібербулінгу та виходу з нього, без поглиблення конфлікту.

Після завершення тренінгу було здійснено повторне тестування показників методів розпізнавання кібербулінгу та потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі за методиками, які застосовувалися на констатувальному етапі дослідження. Для визначення ефективності впровадження тренінгу було здійснено порівняння показників розпізнання кібербулінгу (потенціальна жертва кібербулінгу, потенційний свідок кібербулінгу та учасник кібербулінгу) та потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі: фізіологічні потреби, екзистенційні потреби, соціальні потреби, потреби престижу, духовні потреби, пізнавальні потреби у експериментальній групі на початку та після завершення тренінгу. Також дослідили питання з авторської анкети: «Чи стикались з проявом кібербулінгу?».

За отриманими результатами бачимо, що середні значення по групі за шкалами: потенційна жертва, потенційний свідок, учасник кібербулінгу зменшились на 4,2; 4,2; 3,850 відповідно, що свідчить про те, що у студентів збільшилась проінформованість про кібербулінг, розвинули знання про методи розпізнання кібербулінгу. За шкалами про потреби теж бачимо зміни, всі показники зменшились.

На основі отриманих результатів розроблені практичні рекомендації щодо розвитку медіаграмотності в студентському середовищі. Ці рекомендації враховують особливості навчального процесу, психологічні аспекти та соціокультурні взаємодії, сприяючи створенню сприятливого клімату для безпечного і позитивної онлайн-взаємодії.

Отже, розділ 3 вказує на важливість, успішність та доцільність використання тренінгу з медіаграмотності як ефективного інструменту для запобігання кібербулінгу в студентському середовищі, а також надає варіанти психологічних засобів подолання кібербулінгу та конкретні рекомендації для подальшого розвитку цього напрямку в педагогічній та психологічній практиці.

ВИСНОВКИ

В даній кваліфікаційній роботі було проведено дослідження психологічних особливостей кібербулінгу серед студентів. Метою дослідження було визначення форм та типів кібербулінгу, аналіз причин та наслідків цього явища, а також встановлення психологічних особливостей студентів, які стають жертвами кібербулінгу та активно долучаються до цього процесу.

Для досягнення мети було проведено аналіз наукових джерел, який показав, що кібербулінг є актуальною проблемою серед студентів та може мати серйозні наслідки для їхнього психічного здоров'я та соціальної адаптації.

В результаті дослідження було встановлено, що форми кібербулінгу можуть бути різноманітними, включаючи образи, інтимне насильство, розповсюдження чуток тощо, а також те, що найпоширенішими причинами кібербулінгу є нав'язування непотрібної інформації, шахрайство, знущання, наклепи та залякування.

Також важливо вживати заходів на різних рівнях для запобігання насильства в Інтернеті та підтримки жертв кібербулінгу.

Законодавчий рівень може допомогти у встановленні правил та норм поведінки в Інтернеті та накладанні відповідальності на винних осіб. Організаційний рівень може розвивати програми та проекти, що спрямовані на запобігання кібербулінгу та надання підтримки жертвам. Освітній рівень може забезпечувати навчання студентів, їх батьків та педагогів з питань кібербезпеки та кібербулінгу. Психологічний рівень може допомогти жертвам кібербулінгу та їх родинам отримати необхідну підтримку та допомогу.

Останнім часом зростає популярність різноманітних соціальних мереж та месенджерів, що збільшує ризик виникнення кібербулінгу серед студентів. Тому важливо постійно вдосконалювати технічні засоби та програми для захисту від кібербулінгу. Це може включати фільтри та блокування небажаних контенту, захист від хакерських атак та шифрування даних тощо.

В ході досліджень було виявлено деякі психологічні особливості студентів, які можуть впливати на їхню поведінку в мережі Інтернет та відношення до кібербулінгу. Зокрема, було з'ясовано, що деякі студенти можуть використовувати кібербулінг як спосіб виявлення своєї сили та влади над іншими, щоб відчувати себе впевненіше, а також можуть мати агресивну поведінку та проблеми зі своєю соціальною адаптацією. Ще було встановлено, що студенти, які стали жертвами кібербулінгу, можуть відчувати великий стрес, тривогу, погіршення самопочуття та психічного здоров'я, зниження самооцінки та соціальної адаптації.

Для запобігання кібербулінгу серед студентів, необхідно враховувати їхні психологічні особливості та потреби. Слід розвивати програми та проекти, які спрямовані на навчання студентів навичкам кібербезпеки та виховання емпатії, розуміння та поваги до інших людей. Крім того, важливо залучати до цього процесу батьків та педагогів, щоб вони могли забезпечувати студентам підтримку та навчання у цій сфері.

Розглянуті також поширені методи дослідження кібербулінгу серед студентів, зокрема анкетування, спостереження та інтерв'ювання. Досліджено психологічні аспекти кібербулінгу, такі як мотивації та причини кібербулінгу, емоційна реакція жертв та агресорів, вплив кібербулінгу на соціальні навички та психічне здоров'я.

У дослідженні було здійснено аналіз досвіду і результати програм та проектів, які спрямовані на запобігання кібербулінгу серед студентів в Україні та за кордоном.

Для реалізації другого завдання нашого дослідження «підібрати комплекс психодіагностичних методик та провести емпіричне дослідження виявлення кібербулінгу у студентському середовищі» нами були використані Авторська анкета: «Метод виявлення кібербулінгу у студентському середовищі», яка складалася з 3 блоків, Методика В. Вздурської: «Метод розпізнання кібербулінгу в житті підлітка» та Тест-опитувальник В. Плешакова «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі».

Отже, проведене дослідження показало, що кібербулінг є поширеною проблемою серед студентів і може мати серйозні наслідки для їхнього психічного

здоров'я та соціальної адаптації. Студенти, які відчують відмову, неприйняття або ізолюваність від групи однолітків, більш схильні до кібербулінгу, який може бути для них засобом вираження емоцій та отримання уваги.

Тобто важливо створити безпечне та довірливе середовище для студентів, де вони можуть звернутися за допомогою, в разі потреби. Для цього можуть бути створені лінії допомоги, психологічні консультації, а також проекти, що спрямовані на виховання студентів щодо культури безпеки та захисту від кібербулінгу.

Для протидії кібербулінгу серед студентів необхідно приділити достатньо часу для профілактики даної проблеми та навчання соціальним навичкам, які можуть бути корисними для взаємодії з іншими людьми. Для цього можуть бути запроваджені різноманітні програми, які спрямовані на підвищення кібербезпеки та емпатії серед студентів, допоможуть їм зрозуміти важливість поважання інших людей, розвивати навички комунікації, співпраці та розв'язання конфліктів.

Третім завданням нашої роботи було «розробити та впровадити тренінг з медіаграмотності для подолання кібербулінгу у студентському середовищі», що і було зроблено, враховуючи результати емпіричних досліджень.

Мета тренінгу: розширення знань студентами ЗВО про медіаграмотність та її важливість. Надання інструментів для виявлення та запобігання кібербулінгу в інтернеті. Розвиток критичного мислення та етичної поведінки в онлайн-середовищі.

Тренінг було проведено серед студентів Національного авіаційного університету протягом трьох днів по 2 години кожен, з відпрацювання практичних навичок та безпосереднім залученням учасників до формування безпечного кіберпростору.

Після проведеного тренінгу, ми виконали четверте завдання нашого дослідження і провели аналіз ефективності впливу тренінгу з медіаграмотності та розробили практичні рекомендації стосовно боротьби з кібербулінгом.

Аналіз показників ефективності підкреслив позитивні зміни серед учасників тренінгу у питаннях обізнаності щодо кібербулінгу та його різновидів. Студенти стали більш освіченими, оволоділи навичками вірної поведінки в кіберпросторі,

успішно визначили свою роль у кібербулінгу та набули умінь протистояти та попереджувати кібербулінг, уникаючи заглиблення у конфлікт. Крім того змінилися показники потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі.

Таким чином, мету даного дослідження, яка полягає у розробці та впровадженні тренінгу з медіаграмотності та експериментальному доведенні його впливу на подолання кібербулінгу у студентському середовищі досягнуто і всі поставлені завдання виконано.

Зазначимо, що в цілому, дослідження психологічних особливостей кібербулінгу серед студентів є важливим кроком у розв'язанні проблеми цього явища. Розуміння психологічного фактору може допомогти у створенні ефективних програм профілактики кібербулінгу та психологічної підтримки для жертв та студентів, які долучаються до цього явища.

Подальші дослідження в цій галузі можуть допомогти у розумінні більш глибоких психологічних причин та наслідків кібербулінгу, а також розвитку ефективних стратегій для його запобігання.

Стратегічно, було б доцільно на регулярній основі проводити подібні тренінги серед студентів, та протягом декількох років навчання відстежувати зміни в питанні наявності кібербулінгу та реакцій на нього серед студентів, щоб отримати максимально якісну інформацію щодо ефективності запровадження профілактичних засобів подолання кібербулінгу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Безпека дітей в Інтернеті. Міністерство освіти і науки України. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/vihovna-robota-ta-zahist-prav-ditini/bezpeka-ditej-v-interneti>
2. Белей М.Д. Психологічна сутність агресії та її вплив на девіантну поведінку підлітків: методичні рекомендації для студентів спеціальностей «Практична психологія в галузі освіти». Івано-Франківськ: ПП Бойчук А.Б., 2019. 102 с.
3. Бочелюк В.Й. Діджиталізація як фактор формування когнітивної сфери. Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди «Психологія». 2020. № 62. С. 81-107.
4. Булінг, як різновид катувань серед неповнолітніх [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.nusta.edu.ua/wp-content/uploads/ Жеброва-Анастасія Олександрівна.pdf](http://www.nusta.edu.ua/wp-content/uploads/Жеброва-Анастасія-Олександрівна.pdf). – Назва з екрана.
5. Бугаєць Т., Ковальова О., Пашко Н. Подолання насильства щодо дитини: координація дій. ВГЦ «Волонтер», Представництво Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, 2020. 36 с.
6. Вашека Т.В., Власова-Чмерук О.М., Долгова О.М. Кібербулінг як форма психологічного насильства та шляхи його подолання. Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»). 2022. № 10 (15). С. 149-159. Режим доступу: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10\(15\)-449-459](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10(15)-449-459)
7. Гордієнко К.О. Емпатія як показник кібербулінгу серед здобувачів вищої освіти. Interaction of society and science: problems and prospects: тези доповідей III міжнар. наук.-практ. конфер. London: International Science Group. 2021. №3. С. 389390. Режим доступу: <https://isg-konf.com/uk/interaction-of-society-and-scienceproblems-and-prospects-2-ua>
8. Гордієнко К.О. Запобігання кібербулінгу у віртуальному просторі, як умова самореалізації студентської молоді у закладі вищої освіти. Moderníaspektyvědy: XIV. 209 Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. 2021. С. 119-129. Режим доступу: <http://perspectives.pp.ua/public/site/mono/monography-14.pdf>

9. Гордієнко К.О. Інтернет-консультування як психологічна допомога при кібербулінгу серед здобувачів вищої освіти // Інформаційні технології в професійній діяльності: матеріали XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції. РВВ РДГУ. Рівне, 2021. С. 14-15.
10. Гордієнко К.О. Обґрунтування поширеності проявів кібербулінгу серед студентської молоді. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 2021. № 15 (60). С. 25-34. Режим доступу: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2021.15\(60\).03](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2021.15(60).03)
11. Гордієнко К.О. Потребнісна спрямованість студентів у кіберпросторі, як чинник віктимної поведінки. Журнал «Перспективи та інновації науки» (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»). 2021. № 3(3). С. 231-240. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-3\(3\)-231-240](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-3(3)-231-240)
12. Гордієнко К.О. Причини виникнення кібербулінгу у студентському середовищі. Медіа творчість в сучасних реаліях: протистояння медіа травмі: матер. IV Всеукр. наук. інтернет-конференції. К.: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2021. № 4.
13. Гордієнко К.О. Психологічні рекомендації профілактики кібербулінгу серед студентської молоді. «АВІА-2021»: матер. XV міжнар. наук.-техн. конф. К.: НАУ, 2021. С. 33.32-33.34. Режим доступу: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/50783>
14. Закон України «Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні»; від 27.04.2021 № 1414-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/299812#Text>
15. Запобігання та протидія проявам насильства: діяльність закладів освіти. Навчально-методичний посібник/ Андрєєнкова В.Л., Байдик В.В., Войцях Т.В., Калашник О.А. та ін. К.: ФОП Нічога С.О. – 2020. – 196 с.
16. Зеленський Є.С., Карпенко О.М. Відмежування поняття «булінг» від схожих за змістом понять. Юридичний науковий електронний журнал. 2020. №3. С.225-228.
17. Зінченко О.В., Журавель А.В. Аналіз мотивів користування Інтернетом студентів I-II курсів педагогічних ЗВО. Науковий журнал з соціології та психології «Габітус». 2020. № 18(2). С. 60-65.

18. Індикатори фізичного, сексуального, психологічного насильства щодо дитини, а також нехтування потребами дитини. ВГЦ «Волонтер», Представництво Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, 2020. 20 с.
19. Кібербулінг: загроза ХХІ століття [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://naurok.com.ua/post/kiberbuling-zagroza-hhi-stolittya>. – Назва з екрана.
20. Литвинчук Л.М. Тенденції розвитку фрустраційних реакцій сучасної молоді. Психологія: реальність і перспективи. 2020. № 15(2020). С. 111-118.
21. Максьом К.В. Особливості булінг-структури в підлітковому віці. Актуальні проблеми психології. 2019. С. 312-318.
22. Мальцева О.І. Кіберсоціалізація як особливий вид соціалізації особистості. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка: Педагогічні науки. 2020. № 2 (333), Ч. 2. С. 190-199. Режим доступу: [https://doi.org/10.12958/2227-2844-2020-2\(333\)-2-190-199](https://doi.org/10.12958/2227-2844-2020-2(333)-2-190-199)
23. Міністерство цифрової трансформації України «Захист дітей у цифровому середовищі: рекомендації для батьків та освітян» [Електронний журнал]. – Режим доступу: https://thedigital.gov.ua/storage/uploads/files/news_post/2021/1/za-initsiativimintsifri-pidgotuvali-rekomendatsii-shchodo-zakhistu-ditey-u-tsifrovomuseredovishchi/COP-Guidelines-for-Parents-Educators-UAfin.pdf
24. Міхеєва О.Ю., Корнієнко М.М. Кібербулінг, як соціально-педагогічна проблема. Молодий вчений, 2018. № 11(63). С. 247-251. 212
25. Мозгова Г.П., Помиткіна Л.В. Кібербулінг як девіантна форма поведінки особистості в інтернет-просторі. Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»), 2021. № 3(3). С. 269-278.
26. Національна рада з питань запобігання злочинності. (n.d.). Кібербулінг. Отримано з <https://www.ncpc.org/topics/cyberbullying>
27. Найдьонова Л.А. Кібербулінг у підлітковому рейтингу інтернет-небезпек. Психологічні науки: проблеми і здобутки. 2018. № 1. С. 141–159.
28. Небезпека кібербулінгу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://familytimes.com.ua/harakter/kiberbuling>. – Назва з екрана.

29. Пантелєєва Н.М., Кабенгеле Г.Ф. Кібербулінг, як загроза психологічній і соціальній безпеці життєдіяльності особистості та суспільства. Фінансовий простір. 2018. № 4(32). 125-131.
30. Пачін, Д. В., та Хіндуджа, С. (2019). Запобігання кібербулінгу: Політичні рекомендації, засновані на дослідженнях, щодо зменшення переслідувань в Інтернеті. Національна академія преси.
31. Попередження насильства в закладах освіти: методичний посібник для педагогічних працівників. К.: Благодійний фонд «Здоров'я жінки і планування сім'ї», 2020. 104 с. 213
32. Сайт Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України. <https://ispp.org.ua/2021/02/26/najdonova-l-a-metodichni-rekomendacii-diagnostika-bulingu-i-kiberbulingu>
33. Слободян Т., Курилко О. Використання анімаційних відео в проведенні просвітницьких занять з учнівською молоддю: навч.-метод. посібн. БФ «Здоров'я жінки і планування сім'ї». Київ, 2021. 62 с.
34. Суденко Ю.А. Юридико-психологічна характеристика булінгу та його попередження: дис. на здобуття ступеня доктора філософії: 081 / Юлія Анатоліївна Суденко. К.: Національна академія внутрішніх справ, 2021. 178 с.
35. Теоретичні засади кібербулінгу в підлітковому середовищі [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mydocx.ru/10-77317.html>. – Назва з екрана.
36. Шинкевич Т.В. Кібербулінг у підлітковому середовищі, як соціально педагогічна проблема. Від ідеї до інновації: матер. XXVII міжнар. студ. навч-практ. конф., Мозир: МДПУ ім.І.П. Шамякіна, 2020. С. 263-264.
37. Штих І., Динис А. Дослідження булінгу в закладах освіти: гендерний аспект. Психологія: реальність і перспективи. 2021. № 17. С. 143-152.
38. Хоменко-Семенова Л.О., Рудяка-Петриченко О.М., Шапенко Н.В. Чинники розвитку медіакомпетентності майбутніх практичних психологів / Л. Хоменко-Семенова, О. Рудяка-Петриченко, Н. Шаптенко // Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук. пр. – К.: Національний авіаційний університет, 2023. – Вип. 1(22). – С. 153-162

39. Хоменко-Семенова Л. Медіапсихологія: Методичні рекомендації для самостійної роботи для студентів спеціальності 053 «Психологія» очної та заочної форм навчання. – К.: НАУ, 2020. – 44 с.
40. Ang, R.P. Bullying Among Children and Youth in the Digital Age. In: Deb, S. (eds) Child Safety, Welfare and Well-being. Springer, Singapore. 2022. https://doi.org/10.1007/978-981-16-9820-0_3 215
41. Foody, M., Samara M. (2018). Considering Mindfulness Techniques in School-based Anti-bullying Programmes. *Journal of New Approaches in Educational Research*, 7(1), 3-9.
42. Meaning of «bully» in the English Dictionary [Electronic resource]. – Access mode: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bully?q=bullying#translations>. – Title from the screen.
43. Mikhaylovsky, M.N., Lopatkova, I.V., Komarova, N.M., Rueva, E.O., Tereschuk, K.S., Emelyanenkova A.V.(2019). Cyberbullying as a new form of threat: a physiological, psychological and medicinal aspects. *Electronic Journal of General Medicine*, 16(6), em161. <https://doi.org/10.29333/ejgm/114268> 219
44. Olweus, D., Solberg, M. E., & Breivik, K. (2020). Long-term school-level effects of the Olweus Bullying Prevention Program (OBPP). *Scandinavian journal of psychology*, 61(1), 108-116. <https://doi.org/10.1111/sjop.12486>
45. Oxford University Press. Oxford Learner's Dictionaries. <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/cyberbullying?q=cyberbullying>
46. Paciello, M., Tramontano, C., Nocentini, A., Fida, R., Menesini, E. (2019). The Role of Traditional and Online Moral Disengagement on Cyberbullying: Do Externalising Problems Make Any Difference? *Computers in Human Behavior*, 103, 190-198. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.09.024>
47. Pomytkin, E.O., Pomytkina, L.V., Ivanova, O.V. (2020). Electronic Resources for Studying the Emotional States of New Ukrainian School Teachers during the COVID-19 Pandemic. *Information Technologies and Learning Tools*, 80(6), 267-280. <https://doi.org/10.33407/itlt.v80i6.4179>

48. Pomytkina, L., Podkopaieva, Yu., Hordiienko, K. (2021). Peculiarities of Manifestation of Student Youth' Roles and Positions in the Cyberbullying Process. *International Journal of Modern Education and Computer Science (IJMECS)*, 13 (6), 113. <https://doi.org/10.5815/ijmeecs.2021.06.01>
49. Razjouyan, K. et al. (2018). The relationship between emotional intelligence and the different roles in cyberbullying among high school students in Tehran. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 3(12).
50. The World's First Definition of "Cyberbullying" (retrieved, 03.01.2020, from <http://www.cyberbullying.ca/>).
51. [Электронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.unicef.org/ukraine/cyberbullying>
52. [Электронний ресурс]. – Режим доступу: <https://pon.org.ua/novyny/8512-kberbulng-scho-ce-ta-yak-ce-zupiniti.html>
53. [Электронний ресурс]. – Режим доступу: <https://cyber.bullyingstop.org.ua>
54. [Электронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sheriffua.org/video/10-druziv-kiberbulingu>
55. [Электронний ресурс]. – Режим доступу: <https://stopcyberbullying.com.ua/>
56. [Электронний ресурс]. – Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/tag/kiberbuling>
57. [Электронний ресурс]. – Режим доступу: <https://osvita.diia.gov.ua/courses/cyberbullying>

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Авторська анкета на виявлення кібербулінгу у студентському середовищі

Метод: Проведення онлайн опитування серед студентів 17-22 років.

Бланк тесту-опитувальника:

Вітаємо!

Дане онлайн опитування на тему: «Психологічні засоби подолання КІБЕРБУЛІНГУ в студентському середовищі» проводиться з метою виявлення прояву Кібербулінгу серед студентів підлітків 17-22 років.

Опитування повністю анонімне, відповіді з нього будуть використані лише для статистичних даних. Анкета займе у Вас не більше 10 хвилин. Ви зробите великий внесок у напрямку боротьби з Кібербулінгом, а також з Вашою допомогою та відвертими відповідями Ви даєте науковцям можливість якнайкраще розібратись з цим явищем, розробляти шляхи та методи його запобігання та боротьби з Кібербулінгом в Україні.

Дане дослідження проводиться Компанією «ДНК-України» на замовлення Рудяки-Петриченко О.М. для використання в кваліфікаційній роботі.

(продовжуючи далі - Ви підтверджуєте свою добровільну згоду на обробку даних)

РОЗДІЛ 1. Анкета для студентів 17-22 років.

1. Ваша стать? (дівчина, хлопець)
2. Ваш вік? (в цифрах, 17-22 років)
3. В якому місті Ви проживаєте? (напишіть)
4. Назва ЗВО та факультету на якому Ви навчаєтеся?
5. Скільки приблизно у вас справжніх друзів? (в цифрах)
6. Яку кількість годин в день Ви проводите в Інтернеті щодня? (оберіть варіант: менше 3х годин, пів дня, постійно протягом дня)
7. Чи стикались Ви коли не будь з такими проявами агресії? (можна обрати декілька варіантів: насильство, погрози, цькування, приниження, булінг, кібербулінг, не стикався з подібним)
8. В якому статусі ви стикались з проявом агресії? (можна обрати декілька варіантів: були свідком, учасником, потерпілим, не хочу відповідати)
9. Чи знаєте Ви що таке кібербулінг? (оберіть варіант: так, ні, здогадуюсь)

РОЗДІЛ 2. Далі питання будуть стосуватися саме проявам кібербулінгу.

10. Чи стикались Ви з проявом кібербулінгу по відношенню до вас? (оберіть варіант: так, ні, не впевнений що це був саме кібербулінг, не знаю)
11. Чи були Ви коли не будь в ролі кібербулера (агресора)? (оберіть варіант: так, ні, не впевнений, не хочу відповідати)
12. Як Ви вважаєте, чи може призвести кібербулінг до негативних наслідків? (оберіть варіант: так, ні, не знаю)
13. З якими небезпеками під час використання Інтернету Вам доводилося стикатися особисто? (можна обрати декілька варіантів:
Нав'язування непотрібної інформації
Наклепи – розповсюдження про Вас неправдивої інформації
Самозванство – викрадання ваших персональних даних, або використання їх
Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок
Залякування – погрози завдати вам шкоди
Знущання – образи, приниження, психологічний тиск
Переслідування – спілкування з незнайомими людьми з небажаними наслідками
Підбурення – спонукування до насильства, агресії, нетерпимого відношення до інших
Підштовхування до завдання собі шкоди
Не стикався ні з чим подібним
Не хочу відповідати
14. Чи знаєте Ви куди звертатись по допомогу у випадках прояву кібербулінгу? (можна обрати декілька варіантів: батьки, вчителі, поліція, не знаю)
15. Чи хотіли би Ви отримувати більше інформації щодо протидії кібербулінгу? (оберіть варіант: так, ні, не знаю)
16. Коли Ви відчуваєте негативні емоції від онлайн-взаємодії, то зазвичай? (оберіть варіант: намагаєтеся розібратися самі, радитесь з друзями, скаржитесь батькам, не знаєте що з цим робити, нічого не робите)
17. Якими соціальними мережами та месенджерами Ви користуєтесь? (можна обрати декілька варіантів: Facebook, LinkedIn, Twitter, Instagram, TikTok, Messenger, Viber, Telegram, WhatsApp, не використовую, інше)
18. Якщо у вас є зауваження, пропозиції, або Ви хочете щось повідомити по цьому розділу, напишіть це: (текст)

РОЗДІЛ 3. Подолання кібербулінгу (думки, бачення та пропозиції)

19. Які психологічні та практичні методи Ви вважаєте ефективними у подоланні Кібербулінгу? (можна обрати декілька варіантів: відмова від Інтернету, звернення до кіберполіції, тренінги з медіа грамотності, робота з психологом, не знаю, інше)
20. Чи зверталися Ви за психологічною підтримкою чи консультаціями у зв'язку із стиканням з кібербулінгом? (оберіть варіант: так, ні, не хочу відповідати)
21. Які Ви бачите можливості для запобігання кібербулінгу серед студентства? (можна обрати декілька варіантів: проведення профілактичних занять щодо уникнення кібербулінгу, запровадження практичного курсу з медіа грамотності, запровадження тренінгу з медіа грамотності, робота психолога з групами та інше)
22. Як Ви оцінюєте вплив кібербулінгу на Вашу психічну та емоційну стабільність? (опишіть коротко)
23. Чи спостерігали Ви будь-які фізичні або психосоматичні реакції на стрес, пов'язаний із кібербулінгом? (оберіть варіант: так, ні)
24. Як Ви боролися зі стресом, пов'язаним із кібербулінгом? Чи виявився Ваш метод дієвим? (опишіть коротко)
25. Чи є у Вашому ЗВО політики або ініціативи, спрямовані на запобігання кібербулінгу? (оберіть варіант: так, ні, не цікавився)

Дякуємо за Вашу участь у дослідженні!

Ваші відповіді допоможуть нам краще зрозуміти та вивчити питання кібербулінгу в студентському середовищі, а також розробити дієві методи боротьби з ним.

Якщо у Вас є будь-які зауваження або коментарі, будь ласка, додайте їх нижче.

Загальні статистичні дані за анкету наведемо в таблиці А.1.:

Результати дослідження по виявленню типів кібербулінгу серед студентів 17-22 років.

Параметри	Результати
Кількість учасників	33 особи
Вік	17-22 років
Стать	Хлопці – 18,2%, дівчата – 81,8%
Частота використання Інтернету	Щоденно (пів дня) – 42,4%, щоденно (постійно протягом дня) – 39,4%
Наявність випадків кібербулінгу	Так – 60,6%, ні – 39,4%
Тип кібербулінгу	Нав'язування непотрібної інформації – 54,5%, шахрайство та знуцання – по 33,3%, наклепи – 24,2%, залякування – 18,2%, підштовхування до завдання собі шкоди – 15,2%, самозванство – 9,1%, підбурення та переслідування – по 3%
Чи знаєте ви куди звертатись по допомогу в разі кібербулінгу?	Так – 84,8%, ні – 15,2%

Результати дослідження розпізнавання статусу участі у кібербулінгу серед студентів 17-22 років з розподілом по статі та віку представлені в таблиці А.2.

Результати дослідження розпізнавання статусу участі у кібербулінгу серед студентів 17-22 років

Вік	Стать		Кількість	Потерпілий		Свідок		Учасник		Не хочу відповідати
	Ч	Ж		Ч	Ж	Ч	Ж	Ч	Ж	
17	2	13	15	0	10	1	3	1	0	0
18	1	6	7	0	3	0	1	0	1	2
19	1	6	7	1	3	0	3	0	0	0
20	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0
21	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1
22	1	1	2	0	0	0	0	0	0	2
Всього	6	27	33	1	16	1	7	2	1	5
				51,5%		24,2%		9,1%		15,2%

Розподілення використання соціальних мереж та месенджерів серед студентів представлені на рисунку А.1.

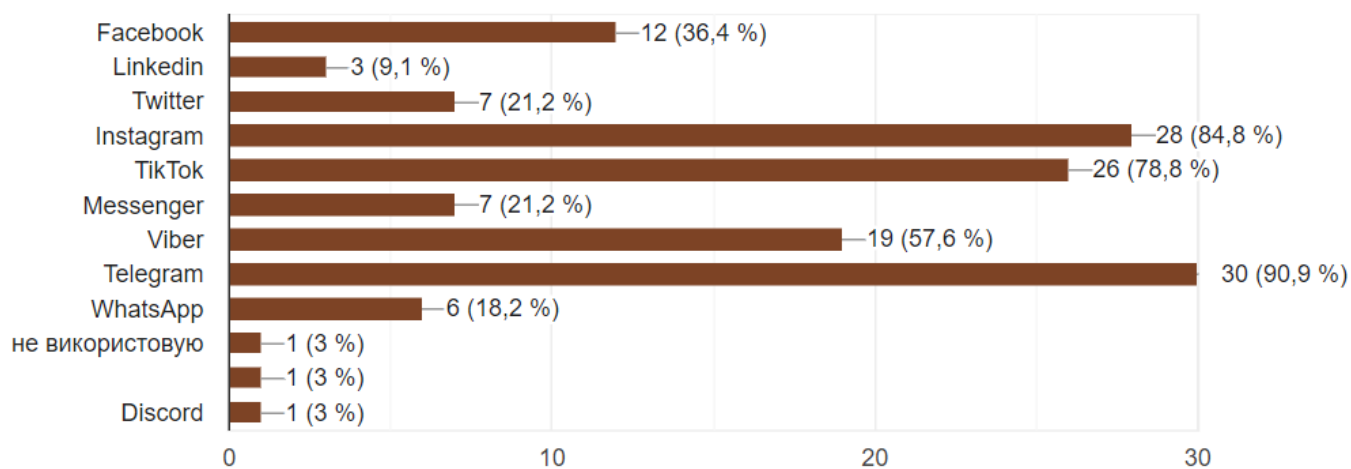


Рис А.1. Використання учасниками соціальних мереж та месенджерів

Відповіді учасників по всім розділам Авторської анкети наведемо в таблиці А.3.

Таблиця А.3.

Ваша стать?	Ваш вік? (в цифрах, 17-22 років)	В якому місті Ви проживаєте? (напишіть)	Назва ВНЗ та факультету на якому Ви навчаєтесь?	Скільки приблизно у Вас справлених друзів? (в цифрах)	Яку кількість годин в день Ви проводите в Інтернеті щодня?	Чи стикались Ви коли не будь з такими проявами агресії? (можна обрати декілька варіантів)	В якому статусі Ви стикались з проявом агресії? (можна обрати декілька варіантів)	Чи знаєте Ви що таке Кібербулінг?	Чи стикались Ви з проявом Кібербулінгу по відношенню до Вас?	Чи були Ви коли не будь в ролі Кібербулера? (агресора)	Як Ви вважаєте, чи може призвести Кібербулінг до негативних наслідків?
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	2	постійно протягом дня	приниження, кібербулінг	були свідком, потерпілим	так	так	не впевнений	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	3	пів дня	погрози, приниження	були свідком	так	не впевнений що це був саме кібербулінг	ні	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	4	постійно протягом дня	не стикався з подібним	були свідком	так	ні	ні	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	1	пів дня	насилство, погрози, цькування, приниження,	були свідком, потерпілим	так	так	не впевнений	так
Дівчина	17	Селище Зачепилівка Харківська область	НАУ, ФЛСК	2	постійно протягом дня	погрози, цькування, приниження, булінг	потерпілим	здогадуюсь	так	ні	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	3	менше 3х годин	не стикався з подібним	були свідком	так	ні	ні	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	3	пів дня	насилство, цькування, приниження	були свідком, потерпілим	так	так	ні	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	2	пів дня	погрози, цькування, булінг	були свідком, потерпілим	так	так	ні	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	1	менше 3х годин	цькування, приниження, булінг	були свідком, потерпілим	так	не впевнений що це був саме кібербулінг	ні	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	4	постійно протягом дня	насилство, погрози, цькування, приниження	учасником, потерпілим	так	так	не впевнений	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	2	пів дня	насилство, цькування, приниження, булінг, кібербулінг	були свідком, потерпілим	так	так	ні	так
Дівчина	17	Київ	НАУ, ФЛСК	2	постійно протягом дня	цькування, приниження	потерпілим	так	не впевнений що це був саме кібербулінг	ні	так
Хлопець	17	Київ	НАУ, ФЛСК	8	постійно протягом дня	погрози, цькування, булінг, кібербулінг	були свідком, учасником	так	не впевнений що це був саме кібербулінг	не хочу відповідати	так
Дівчина	18	Київ	НАУ, ФЛСК	1	пів дня	цькування	були свідком, потерпілим	так	ні	ні	так
Дівчина	18	Київ	НАУ, ФЛСК	3	пів дня	насилство, погрози, цькування, приниження,	учасником, потерпілим	так	так	ні	так
Дівчина	18	Київ	НАУ, ФЛСК	0	постійно протягом дня	насилство, цькування, приниження	були свідком, учасником	так	не впевнений що це був саме кібербулінг	ні	так
Дівчина	18	Київ	НАУ, ФЛСК	1	пів дня	цькування, приниження, булінг	потерпілим	так	ні	ні	так
Дівчина	18	Київ	НАУ, ФЛСК	0	постійно протягом дня	цькування	були свідком	так	ні	ні	так
Хлопець	18	місто Боярка	НАУ, ФЛСК	2	пів дня	не стикався з подібним	не хочу відповідати	так	ні	ні	так
Дівчина	19	Київ	НАУ, ФЛСК	10	менше 3х годин	погрози, цькування, приниження, булінг, кібербулінг	були свідком	так	ні	так	так
Дівчина	19	Житомир	НАУ, ФЛСК	2	постійно протягом дня	цькування, приниження	потерпілим	так	так	так	так
Дівчина	19	Київ	НАУ, ФЛСК	2	постійно протягом дня	не стикався з подібним	були свідком	так	ні	ні	так
Дівчина	19	Старобільськ	НАУ, ФЛСК	3	пів дня	не стикався з подібним	були свідком	так	ні	ні	так
Дівчина	19	Київ	НАУ, ФЛСК	2	пів дня	погрози, булінг	були свідком, потерпілим	так	так	ні	так

Продовження Таблиці А.3.

3 якими небезпеками під час використання Інтернету Вам доводилося стикатися особисто? (можна обрати декілька варіантів)	Чи знаєте Ви куди звертатись по допомозі у випадках прояву Кібербулінгу?	Чи хотіли би Ви отримувати більше інформації щодо протидії Кібербулінгу?	Коли Ви відчуваєте негативні емоції від онлайн-взаємодії, то зазвичай?	Якими соціальними мережами та месенджерями Ви користуєтесь?	Якщо у вас є зауваження, пропозиції, або Ви хочете щось повідомити по цьому розділу, напишіть це: (текст)
1.Нав'язування непотрібної інформації, 2.Наклепи – розповсюдження про вас неправдивої інформації,	батьки, поліція	не знаю	намагаєтесь розібратися самі	Facebook, Instagram, TikTok, Messenger, Viber,	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 2.Наклепи – розповсюдження про вас неправдивої інформації, 4.Шахрайство –	поліція	не знаю	намагаєтесь розібратися самі	Facebook, Twitter, Instagram, TikTok, Viber,	Зауважень немає
1.Нав'язування непотрібної інформації	батьки, вчителі, поліція	так	намагаєтесь розібратися самі	Facebook, Instagram, TikTok, Telegram	
2.Наклепи – розповсюдження про вас неправдивої інформації, 5.Залюкування – погрози завдати вам шкоди, 6.Знуцання –	батьки, вчителі, поліція	не знаю	намагаєтесь розібратися самі	Instagram, TikTok, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 5.Залюкування – погрози завдати вам шкоди, 6.Знуцання – образи, приниження,	батьки, вчителі, поліція	так	намагаєтесь розібратися самі	Facebook, Instagram, TikTok, Viber, Telegram	Немає
1.Нав'язування непотрібної інформації, 4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок	поліція	ні	нічого не робите	Facebook, Instagram, TikTok, Messenger, Viber,	Нічого не маю
4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок, 7.Переслідування з	не знаю	так	намагаєтесь розібратися самі	Facebook, Instagram, TikTok, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 3.Самозванство – викрадання ваших персональних даних, або використання їх,	поліція	не знаю	нічого не робите	Instagram, TikTok, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок,	батьки, поліція	так	радителя з друзями	Instagram, TikTok, Viber, Telegram	
2.Наклепи – розповсюдження про вас неправдивої інформації, 4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів,	не знаю	не знаю	намагаєтесь розібратися самі	Twitter, Instagram, Viber, Telegram, WhatsApp	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок,	вчителі, поліція, не знаю	так	намагаєтесь розібратися самі	Instagram, Telegram	-
1.Нав'язування непотрібної інформації, 9.Підштовхування до заведення собі шкоди	батьки	ні	намагаєтесь розібратися самі	Instagram, TikTok, Telegram, Discord	Мені не вистачило в питанні "до кого звертатися" варіанту
1.Нав'язування непотрібної інформації, 2.Наклепи – розповсюдження про вас неправдивої інформації, 5.Залюкування	батьки, поліція	так	нічого не робите	Twitter, Instagram, TikTok, Viber, Telegram,	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 2.Наклепи – розповсюдження про вас неправдивої інформації	батьки, вчителі, поліція	ні	намагаєтесь розібратися самі	Facebook, Instagram, TikTok, Viber, Telegram,	
4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок	поліція	так	намагаєтесь розібратися самі	Instagram, TikTok, Viber, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 3.Самозванство – викрадання ваших персональних даних, або використання їх,	не знаю	так	намагаєтесь розібратися самі	Instagram, TikTok, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок	не знаю	так	радителя з друзями	Twitter, Instagram, TikTok, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок	поліція	так	намагаєтесь розібратися самі	Instagram, TikTok, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації	батьки, вчителі, поліція	так	намагаєтесь розібратися самі	Facebook, Messenger, Viber, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів, нав'язування покупок, 5.Залюкування	батьки, поліція	ні	намагаєтесь розібратися самі	TikTok, Telegram	-
1.Нав'язування непотрібної інформації, 3.Самозванство – викрадання ваших персональних даних, або використання їх,	батьки, вчителі, поліція	так	намагаєтесь розібратися самі	Facebook, Instagram, TikTok, Messenger, Viber,	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 3.Самозванство – викрадання ваших персональних даних, або використання їх	батьки, поліція	так	скаржитесь батькам	LinkedIn, Instagram, TikTok, Viber, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації	батьки, поліція	ні	радителя з друзями	Instagram, TikTok, Telegram	
1.Нав'язування непотрібної інформації, 3.Самозванство – викрадання ваших персональних даних, або використання їх, 4.Шахрайство – продаж неіснуючих послуг, товарів,	батьки, вчителі, поліція	так	радителя з друзями	Facebook, LinkedIn, Twitter, Instagram, TikTok,	
	батьки, вчителі, поліція	так	намагаєтесь	Facebook, Twitter,	

Продовження Таблиці А.3.

Які психологічні та практичні методи Ви вважаєте ефективними у подоланні Кібербулінгу?	Чи зверталися Ви за психологічною підтримкою чи консультаціями у зв'язку зі стиканням з Кібербулінгом?	Які Ви бачите можливості для запобігання Кібербулінгу серед студентства?	Як Ви оцінюєте вплив Кібербулінгу на Вашу психіку та емоційну стабільність? (опишіть)	Чи спостерігали Ви будь-які фізичні або психосоматичні реакції на стрес, пов'язані із кібербулінгом?	Як Ви боролися зі стресом, пов'язаним із кібербулінгом? Чи вживали Ви метод дісемп? (опишіть коротко)	Чи є у Вашому ВІЗ політики або ініціативи, спрямовані на запобігання Кібербулінгу?	Дякуємо за Вашу участь у дослідженні! Ваші відповіді допоможуть нам краще зрозуміти та вивчити питання Кібербулінгу в студентському середовищі, а також розробити дієві методи боротьби з ним.
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	Так	робота психолога з групами	...	Так	...	Не цікавився	...
тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, робота	На мою думку, це може спричинити низьку	Так	Я не думаю що стикався з кібербулінгом	Не цікавився	Тест був чудовим та цікавим!
тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, робота	Кібербулінг дуже впливає на моральний стан людини.	Ні	Особисто я мене не було проблем з Кібербулінгом, але	Не цікавився	Зауваження відсутні. Все чудово!
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, робота	-	Ні	-	Не цікавився	-
тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, робота	Не можу відповісти	Так	Ні	Не цікавився	Немає
тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, робота	...	Ні	Не стикалася з таким	Так	Немає
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	не хочу відповідати	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу,	1	Ні	Я не звачаю на це увагу	Не цікавився	Гарного дня!
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу,	не дуже впливає	Ні	нік	Не цікавився	Більше питань
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності, робота з психологом	Ні	запровадження тренінгів з медіаграмотності, робота психолога з	Не дуже	Ні	Не було кібербулінгу	Так	Немає
робота з психологом	Ні	робота психолога з групами	впливає, але не сильно	Ні	намагалася виправити ситуацію	Не цікавився	-
звернення до кіберполіції, робота з психологом,	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, робота	Тривожиться у повсякденному житті	Так	Спілкувалася з близькими друзями, які допомогли мені	Не цікавився	-
звернення до кіберполіції	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, робота	0	Так	Не було	Не цікавився	Немає
звернення до кіберполіції, робота з психологом	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу, робота	Він нік не впливав на мій емоційний стан	Так	Ігнорувала кривдника	Так	-
тренінги з медіаграмотності	Так	запровадження практичного курсу з медіаграмотності	Не впливає	Так	Спорт	Не цікавився	Немає
звернення до кіберполіції	Ні	запровадження практичного курсу з медіаграмотності, робота психолога з	я вже переживаю той період тому зараз мені нічого	Так	просто старалась не звертати уваги	Не цікавився	немає
Залюкування недопустимою інформації, невіж	Ні	робота психолога з групами	Мені все одно, до цього можна звикнути.	Ні	Забувається з часом.	Не цікавився	!
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності,	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу,	не було досіду	Ні	не було досіду	Так	---
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності,	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу,	Негативно	Так	Фактично йду в відпідь	Не цікавився	Немає зауважень
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності,	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу,	Негативно. Він шкодить	Ні	Ставив паролі, щоб не могли зламати акаунт	Не цікавився	Немає
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності,	не хочу відповідати	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу,	нік, адже кібербулінг в наш час вважається, на жаль,	Ні	мені всередині	Не цікавився	-
звернення до кіберполіції, робота з психологом	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу,	Відчуття самотності, наклепи, та	Так	Розповіла батькам, та вчителям в школі	Не цікавився	1. Безкоштовний психолог має бути. 2. Більше заходів, щодо розповсюдження цієї проблеми
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності	Ні	робота психолога з групами	Кібербулінгу немає	Ні	-	Не цікавився	-
звернення до кіберполіції, тренінги з медіаграмотності,	Ні	проведення профілактичних занять щодо уникнення Кібербулінгу,	Проблеми які я отримала під час кібербулінгу досі	Так	Я зверталася до психолога з цією проблемою і це трішки	Так	Дякую за опитування!
звернення до кіберполіції,	Ні	проведення профілактичних занять	Майже ніколи не стикаюся з	Ні	Не звертати увагу якщо це пусті	Ні	-

Методика В. Вздутьської: «Метод розпізнання кібербулінгу в житті підлітка» («ТАК/НІ»).

Використання комплексу методів дослідження дозволить отримати повні дані про психологічні особливості кібербулінгу серед студентів.

Бланк тесту-опитувальника:

Розпізнання кібербулінгу в житті студентів (Це короткий тест всього на 8 питань з варіантами відповідей ТАК / НІ)

1. Чи користуєтеся Ви комп'ютером, мобільним телефоном або граєте у відеоігри за допомогою інтернету? (19)
2. Чи користуєтеся Ви соціальними мережами? (32)
3. Чи доводилося Вам колись бачити онлайн-групу (спільноту), веб-сторінку, інтернет-відео чи опитування, де б висміювалась якась людина? (27)
4. Чи були Ви коли-небудь свідком онлайн-ігри, чату чи дискусії, де виявлялися б нападки чи жорстокість щодо якоїсь людини? (20)
5. Чи Ви колись створювали фальшивий профіль або навмисно приховували своє ім'я в мережі? (20)
6. Чи надсилали Ви коли-небудь якісь повідомлення, використовуючи чужий телефон чи акаунт у мережі? (8)
7. Чи Ви коли-небудь пересилали листа, повідомлення в чаті або фотографію без дозволу їх оригінального адресанта? (12)
8. Чи Ви коли-небудь розміщували онлайн фото або відео з людьми без їхнього дозволу? (8)

Оцінка (розшифрування) відповідей за методом розпізнавання кібербулінгу серед студентів:

В дужках по питаннях проставлена кількість відповідей ТАК.

Якщо студент відповів «ТАК» на запитання 1–2, тоді **студент визначається як потенційна жертва кібербулінгу.**

Якщо студент відповів «ТАК» на запитання 3–4, **може бути потенційним свідком кібербулінгу.**

Якщо студент відповів «ТАК» на запитання 5–8, **може стати учасником кібербулінгу.**

Узагальнюючий висновок виглядає наступним чином:

Результати дослідження розпізнавання кібербулінгу

Потенційна жертва кібербулінгу	77,3%
Може бути потенційним свідком кібербулінгу	71,2%
Може стати учасником кібербулінгу	36,4%



Рис Б.1. Результати розпізнавання потенційної жертви кібербулінгу

Інші дані комбінувались та сортувались за певними ознаками розподіленими по групам: хлопці та дівчата, скільки користуються інтернетом, наскільки обізнані в видах кібербулінгу та їх прояви у їхньому житті, знання як захиститись та куди звертатись по допомогу, та багато іншого.

Відповіді учасників по всім розділам наведемо в таблиці Б.2.

Таблиця Б.2.

Чи граєте Ви у відеоігри в Інтернеті, користуючись комп'ютером або	Чи користуєтеся Ви соціальними мережами?	Чи доводилося Вам колись бачити онлайн-групу (спільноту), веб-сторінку, інтернет-відео, допис чи	Чи були Ви коли-небудь свідком онлайн-гри, чату чи дискусії, де виявлялися б нападки чи жорстокість щодо	Чи Ви колись створювали фальшивий профіль або навмисно приховували своє ім'я в мережі?	Чи надсилали Ви коли-небудь якісь повідомлення, використовуючи чужий	Чи Ви коли-небудь пересілали листа, повідомлення в чаті або фотографію без дозволу їх	Чи Ви коли-небудь розміщували онлайн фото або відео з людьми без їхнього дозволу?
Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні
Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Так	Так
Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні
Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так
Ні	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні
Ні	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Так	Ні
Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так
Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні
Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Так
Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні
Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні
Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні
Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні
Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Так	Ні
Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні
Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Так	Ні
Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні
Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так
Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні
Ні	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні
Ні	Так	Так	Так	Так	Так	Так	Так
Так	Так	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні	Ні
Ні	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні	Ні
Так	Так	Так	Так	Так	Так	Ні	Ні
Так	Так	Так	Ні	Так	Ні	Ні	Ні

**Тест-опитувальник «Діагностика потреб, що задовольняються в Інтернет-середовищі»
В. Плешакова (2013).**

Шкали: потреби, що задовольняються в інтернет-середовищі (фізіологічні, екзистенційні, соціальні, престижності, духовні).

Інструкція до тесту-опитувальника: позначте під кожним із тверджень лише одну відповідь (вибравши: «так», «ні» або «іноді»).

Бланк тесту-опитувальника:

1. В Інтернеті можна знайти людей, які оцінять мої досягнення (наприклад, фотографії, оповідання, статті, вірші, вироби і ін.):

а. Так; б. Ні; с. Іноді.

2. Інтернет є для мене одним із засобів спілкування:

а. Так; б. Ні; с. Іноді.

3. Деяка інформація, яка розміщена в Інтернеті, допомагає зрозуміти, як діяти в умовах екстремальної ситуації:

а. Так; б. Ні; с. Іноді.

4. Буває, що я замовляю продукти харчування через Інтернет:

а. Так; б. Ні; с. Іноді.

5. Інтернет дає мені можливість знайти друзів за інтересами:

а. Так; б. Ні; с. Іноді.

6. Інтернет приваблює можливістю спілкуватися анонімно:

а. Так; б. Ні; с. Іноді.

7. Інтернет дає мені можливість розвивати мої здібності:

а. Так; б. Ні; с. Іноді.

8. Я купую одяг в інтернет-магазинах:

а. Так; б. Ні; с. Іноді.

9. Інтернет дає мені можливість донести до людей цінну інформацію:

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

10. В Інтернеті легше, ніж за умов реальної життєдіяльності уникати спілкування з неприємними людьми або на неприємні теми:

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

11. Важливе значення Інтернету для мене полягає в тому, що я маю можливість приміряти на себе різні ролі:

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

12. Інтернет дає мені можливість продемонструвати іншим людям мої здібності:

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

13. Я купую предмети першої необхідності за допомогою Інтернету:

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

14. Інтернет дає мені величезні можливості для просування моєї улюбленої справи:

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

15. В Інтернеті завжди знайдеться той, хто мене розуміє:

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

16. Завдяки Інтернету я дізнаюся багато нового.

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

17. Я витрачаю час в Інтернеті, бо це світ знань.

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

18. В Інтернеті можна знайти цікаву інформацію.

a. Так; b. Ні; c. Іноді.

Аналіз та інтерпретація. На основі отриманих відповідей, необхідно визначити домінуючі потреби за відповідними шкалами:

I. Так, за шкалою, що визначає задоволення за допомогою Інтернету фізіологічних потреб, пропонувалося оцінити такі твердження:

1. Буває, що я замовляю продукти харчування через Інтернет (4)
2. Я купую одяг в інтернет-магазинах, на форумах (8).
3. Я купую предмети першої необхідності за допомогою Інтернету (13).

II. За шкалою, визначальною задоволення з допомогою Інтернету екзистенційних потреб, учасники оцінювали твердження:

1. Деяка інформація, яка розміщена в Інтернеті, допомагає зрозуміти, як діяти в умовах екстремальної ситуації (3).
2. Інтернет приваблює можливістю спілкуватися анонімно (6).
3. В Інтернеті легше, ніж у реальному житті, уникати спілкування з неприємними людьми або на неприємні теми (10).

III. За шкалою, що визначає задоволення в інтернет-середовищі соціальних потреб, учасниками оцінювалися наступні твердження:

1. Інтернет є для мене одним із засобів спілкування (2).
2. Інтернет дає можливість знайти друзів за інтересами (5).
3. В Інтернеті завжди знайдеться той, хто мене розуміє (15).

IV. Для оцінки задоволення в інтернет-середовищі потреб престижу учасники оцінювали твердження:

1. В Інтернеті можна знайти людей, які гідно оцінять мої досягнення (наприклад, фотографії, оповідання, статті, вірші, вироби тощо) (1).
2. Інтернет дає можливість донести до людей цінну інформацію (9).
3. Інтернет дає мені можливість продемонструвати іншим людям мої здібності (12).

V. Для оцінки задоволення за допомогою Інтернету духовних потреб, учасникам пропонувалися твердження:

1. Інтернет дає можливість розвивати мої здібності (7).
2. Важливе значення Інтернету для мене в тому, що я маю можливість приміряти на себе різні ролі (11)
3. Інтернет дає мені величезні можливості для просування моєї улюбленої справи (14).

VI. I, нарешті, з метою оцінки пізнавальних потреб, учасникам пропонувалися такі твердження:

1. Завдяки Інтернету я дізнаюсь багато нового (16).
2. Я витрачаю час в Інтернеті, тому що це світ знань (17).
3. В Інтернеті можна знайти цікаву інформацію (18).

Кожне твердження, на яке учасниками було надано відповідь «так», отримало 2 бали, «іноді» - 1 бал і «ні» - 0 балів.

Наглядно, результати тестування за цим методом можна бачити на рисунку В.1.

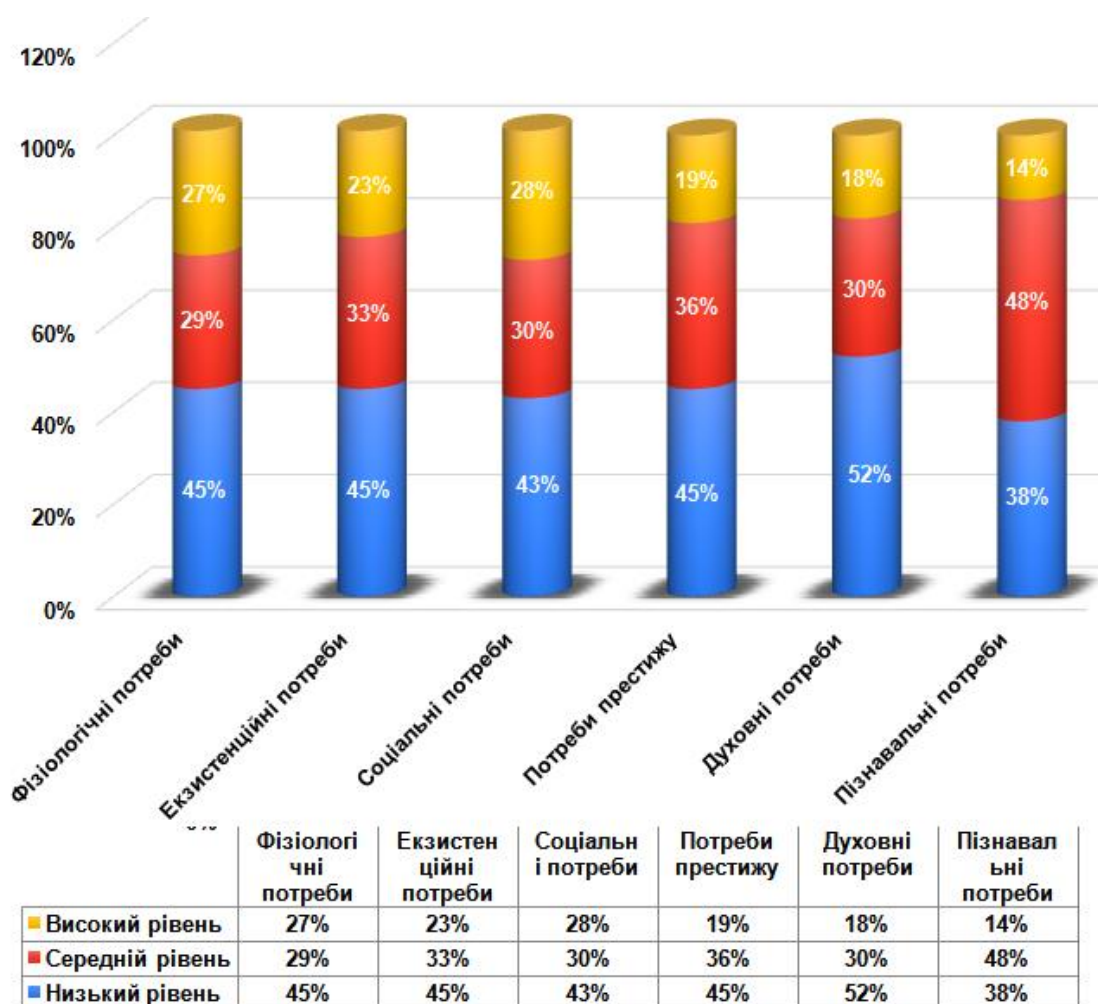


Рис В.1. Результати домінуючих потреб за відповідними шкалами

ТРЕНІНГ З МЕДІАГРАМОТНОСТІ ЗАПОБІГАННЯ КІБЕРБУЛІНГУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Тривалість тренінгу: 3 дні по 2 години

Аудиторія: Студенти закладів вищої освіти (рекомендована кількість учасників 15-20 осіб)

Мета тренінгу: Розширення знань учасників про медіаграмотність та її важливість. Надання інструментів для виявлення та запобігання кібербулінгу в інтернеті. Розвиток критичного мислення та етичної поведінки в онлайн-середовищі.

План тренінгу:

День 1

ВСТУП (20 хвилин):

- Привітання та короткий огляд мети тренінгу.
- Визначення основних термінів: медіаграмотність, кібербулінг, етика в інтернеті.

ОСНОВИ МЕДІАГРАМОТНОСТІ (60 хвилин):

1. Пояснення ключових аспектів медіаграмотності:

- Визначення медіаграмотності та її ролі в сучасному світі.
- Обговорення основних компетенцій: розуміння медійного повідомлення, критичне мислення, ефективна комунікація тощо.

Медіаграмотність - це комплексні навички та знання, що дозволяють ефективно взаємодіяти з медіа-середовищем, розуміти та критично оцінювати інформацію.

2. Ключові компетенції медіаграмотності:

- Розуміння медійного повідомлення: Вміння розпізнавати та розуміти різні типи медійного контенту.
- Критичне мислення: Здатність аналізувати інформацію, визначати її об'єктивність та перевіряти достовірність.
- Ефективна комунікація: Вміння виражати свої думки та ідеї в інтернет-середовищі з врахуванням етичних норм та правил.

Вправа: «Медіаграмотність у дії» - учасники діляться своїм розумінням та досвідом медіаграмотності в конкретних ситуаціях.

3. Розгляд критеріїв оцінки надійності джерел інформації:

Визначення достовірності інформації в Інтернеті:

- *Перевірка джерела:* Вивчення авторитетності веб-сайту чи джерела інформації. Учасники тренінгу навчаться розпізнавати підозрілі та менш авторитетні джерела, зокрема шляхом перевірки URL, оцінки дизайну та домену.
- *Перевірка автора:* З'ясування інформації про автора статті чи допису: його кваліфікації, досвіду та публікацій. Учасники вивчать методи перевірки авторства через аналіз інформації про автора, його біографії та можливих конфліктів інтересів.
- *Перевірка дати та оновлення:* Визначення актуальності інформації шляхом перевірки дати публікації та оновлення матеріалу. Учасники навчаться уникати застарілих чи неактуальних даних.
- *Перевірка джерел в тексті:* Аналіз зазначених джерел в тексті для перевірки їхньої достовірності. Учасники розглядатимуть силуети авторів та переконуючись їхніх доводів, а також визначатимуть, чи є ці джерела взагалі реальними.
- *Пошук альтернативних джерел:* Заохочення пошуку альтернативних джерел інформації для порівняння та підтвердження. Учасники отримають практичні поради щодо того, як шукати інформацію в різних джерелах та порівнювати її.
- *Врахування контексту:* Оцінка інформації в контексті загальної картини. Учасники вивчать, як враховувати інформацію з різних джерел, а не полагатися лише на одне джерело для отримання повної та збалансованої картини.
- *Дискусія та обговорення кейсів.*

Вправа: «Факт чи Фейк» - учасники отримують набір новин та повинні визначити, які з них є достовірними, а які - фейковими. Після чого обговорюємо критерії, за якими вони приймали свої рішення.

4. Обговорення:

- Порівняння різних джерел інформації та їхніх переваг та недоліків.
- *Дискусія: «Роль Медіаграмотності в Академічному Середовищі»* - обговорення, як медіаграмотність впливає на якість навчання та досліджень.

5. Підсумок:

- Зведення основних ідей основ медіаграмотності.

6. Роль медіаграмотності в академічному середовищі:

- *Підвищення якості навчання:* Медіаграмотність сприяє кращому розумінню та використанню навчального матеріалу.

- *Запобігання плагіату та мізинформації (помилкового інформування):* Уміння ефективно працювати з інформацією зменшує ризик використання неправдивих даних та плагіату.

ВИДИ КІБЕРБУЛІНГУ (40 хвилин):

- Огляд різних форм кібербулінгу та його можливих наслідків.
- Розпізнавання сигналів кібербулінгу.

День 2

ЕТИКА В МЕРЕЖІ (20 хвилин):

- Розгляд етичних правил та норм поведінки в інтернеті.
- Визначення відповідальності за власні дії в онлайн-середовищі.

ЗАПОБІГАННЯ КІБЕРБУЛІНГУ (60 хвилин):

Надання конкретних порад та стратегій для запобігання кібербулінгу:

1. Будьте свідомими:

- *Порада:* Підтримуйте свідомість щодо своєї онлайн-присутності та дій. Будьте обережні з тим, що ви публікуєте, коментуєте чи ділитесь в мережах.

2. Захистіть особисту інформацію:

- *Порада:* Не розголошуйте особисту інформацію, таку як адреса, номер телефону чи конфіденційна інформація, що може стати об'єктом кібербулінгу.

3. Управління приватністю:

- *Порада:* Налаштуйте налаштування конфіденційності у своїх соціальних мережах, обмежте доступ до особистої інформації та встановіть правила для того, хто може бачити ваш контент.

4. Блокування та звітність:

- *Порада:* Використовуйте функції блокування та звітності на платформах соціальних мереж для ізоляції та повідомлення про небажану поведінку.

5. Не реагуйте на зловживання:

- *Порада:* Намагайтеся утриматися від реакції на провокації та неприязні коментарі. Іноді ігнорування може зменшити бажання провокатора продовжувати кібербулінг.

6. Будьте підтримуючими:

- *Порада:* Якщо ви бачите, що хтось інший стає об'єктом кібербулінгу, виразіть підтримку та допомогу. Інколи навіть коротке повідомлення може визначити важливу різницю.

7. Поговоріть з дорослими чи адміністрацією:

- *Порада:* Якщо кібербулінг не припиняється, зверніться за допомогою до батьків, викладачів чи адміністраторів соціальних мереж. Поділіться доказами інцидентів та отримайте підтримку у розв'язанні проблеми.

8. Проводьте навчання:

- *Порада:* Проводьте освітні заходи у школах чи університетах, надаючи інформацію про кібербулінг та методи запобігання. Сприяйте створенню позитивної культури в інтернеті.

9. Бережіть своє психічне здоров'я:

- *Порада:* Якщо ви стали об'єктом кібербулінгу, звертайтеся за допомогою до професійних консультантів чи психологів. Важливо підтримувати своє емоційне здоров'я.

ПРАКТИКА (40 хвилин)

Розгляд прикладів успішних сценаріїв врегулювання конфліктів в інтернеті.

День 3

ПРАКТИЧНІ ВПРАВИ (90 хвилин)

1. Групові вправи та дискусії на тему кейсів кібербулінгу:

Розгляд кейсів:

- *Опис:* Учасники розглядають реальні чи вигадані сценарії кібербулінгу та обговорюють їхні причини, наслідки та можливі стратегії запобігання. Кейси можуть включати ситуації в соціальних мережах, онлайн-іграх чи інших інтернет-просторах.
- *Мета:* Заохочення аналізу конкретних ситуацій кібербулінгу та сприяння обговоренню можливих стратегій вирішення проблем.
- *Практика:* Учасники вчаться розпізнавати різні форми кібербулінгу, розвивають критичне мислення та спільно шукають шляхи попередження подібних ситуацій.

Створення превентивних Кампаній:

- *Опис:* Групи учасників створюють концепції та плани превентивних кампаній щодо запобігання кібербулінгу. Це може включати створення плакатів, відеороликів, анімацій чи інших матеріалів.
- *Мета:* Розвиток творчого мислення та ефективних стратегій превентивної дії проти кібербулінгу.

- *Практика:* Учасники працюють в командах, розробляють та презентують свої превентивні кампанії, обмінюються ідеями та отримують фідбек від інших груп.

2. Рольові ігри для набуття практичних навичок:

Рольова гра «Сценарій закінчення конфлікту»:

- *Опис:* Учасники грають ролі учасників конфлікту та працюють разом, щоб знайти конструктивне рішення проблеми. Це може включати вибір альтернативних реакцій, способів врегулювання конфлікту та вдосконалення комунікаційних навичок.
- *Мета:* Навчання учасників вирішувати конфлікти та ефективно співпрацювати для досягнення позитивного результату.
- *Практика:* Учасники розвивають навички співпраці та роботи в команді, вивчають ефективні стратегії врегулювання конфліктів.

Рольова гра «Стати великим братом чи сестрою»:

- *Опис:* Учасники грають ролі старших «братів» чи «сестер», які виступають на захист молодших «братів» чи «сестер» від можливого кібербулінгу. Це включає розуміння відповідальності та підтримки одне одного.
- *Мета:* Закріплення поняття взаємодопомоги та відповідальності в онлайн-середовищі.
- *Практика:* Учасники розвивають навички емпатії та вміння стояти на захист інших, формуючи позитивну культуру в інтернеті.

Ці рольові ігри сприяють розвитку практичних навичок в учасників, дозволяючи їм виробляти конкретні стратегії та реагувати на різні сценарії кібербулінгу.

ПІДСУМОК ТА ВИСНОВКИ (30 хвилин)

1. Зведення основних ідей та вивчених навичок:

Стисле переглядання основ:

- *Опис:* Резюме основних ідей, понять та навичок, які були вивчені під час тренінгу. Підкреслення ключових аспектів, які важливі для практичного використання.
- *Мета:* Закріплення основних понять та забезпечення чіткого розуміння того, що учасники повинні взяти із собою після тренінгу.
- *Практика:* Короткий перегляд головних тем, підкреслення ключових слів та понять.

Застосування знань у практиці:

- *Опис:* Застосування знань та навичок у конкретних сценаріях чи вправах. Детальне обговорення та взаємодія учасників навколо застосування отриманої інформації.

- *Мета:* Забезпечення того, що учасники вміють використовувати набуті знання у реальних життєвих ситуаціях.
- *Практика:* Групові діалоги, обговорення кейсів, розгляд конкретних ситуацій.

2. Заохочення учасників ділитися власним досвідом та враженнями:

Підсумкова дискусія:

- *Опис:* Запрошення учасників висловити свої враження від тренінгу та підібрати ключові моменти, які вони зберуть із собою.
- *Мета:* Забезпечення можливості учасникам висловити свої думки, підкреслити найбільш цікаві для них аспекти та відповісти на можливі запитання.
- *Практика:* Отримання відгуків від учасників, відкрита обговорення.

Ділитися власним досвідом:

- *Опис:* Заохочення учасників поділитися власним досвідом, пов'язаним із темою тренінгу. Можливо, це може бути історія успіху чи приклад успішного застосування вивчених концепцій.
- *Мета:* Взяти на увагу індивідуальний досвід учасників, створення позитивного простору для обміну корисною інформацією.
- *Практика:* Колективний обмін досвідом, короткі історії від учасників.

Ці елементи допомагають закріпити отримані знання, а також створюють можливість для учасників висловити свої враження та ділитися власним досвідом, що може бути важливим для глибшого розуміння та застосування отриманої інформації.

ДОПОВНЕННЯ:

Матеріали: Підготувати презентацію, інтерактивні завдання та кейси для обговорення.

Ресурси: Забезпечити доступ до відповідних відеоматеріалів та інтернет-ресурсів.

Математична обробка даних за критерієм Колмогорова-Смірнова

Таблиця Д.1.

	Потенційна_жертва_до_тренінгу	Потенційна_жертва_після_тренінгу	Потенційний_свідок_до_тренінгу	Потенційний_свідок_після_тренінгу	Учасник_кібербулі_до_тренінгу	Учасник_кібербулінгу_після_тренінгу	Фізіологічні_потреби_до_тренінгу	Фізіологічні_потреби_після_тренінгу	Екзистенційні_потреби_до_тренінгу	Екзистенційні_потреби_після_тренінгу
N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Середне	5,650	1,450	8,800	1,600	5,500	1,650	5,920	1,42	20,120	4,820
Нормальні параметри ^{a,b}										
Стд. Відхилення	2,1361	1,2087	2,84939	,63325	4,8554	1,76651	4,481	6,711	19,500	4,5006
Модуль	,107	,151	,138	,210	,119	,283	,132	,127	,258	,228
Різниця екстремумів	,100	,151	,138	,150	,016	,128	,132	,127	,258	,228
Позитивні										
Негативні	-,117	-,151	-,104	-,230	-,119	-,213	-,113	-,124	-,105	-,102
Статистика Z Колмогорова-Смірнова	,219	,415	,442	,659	,416	,852	,215	,460	1,04	,193
Асимпт. знч. (двостороння)	,261	,865	,152	,121	,520	,311	,413	,362	,117	,330

а. Порівняння з нормальним розподілом.

б. Оцінюється за даними.

	Соціальні_потреби_до_тренінгу	Соціальні_потреби_після_тренінгу	Потреби_престигу_до_тренінгу	Потреби_престигу_після_тренінгу	Духовні_потреби_до_тренінгу	Духовні_потреби_після_тренінгу	Пізнавальні_потреби_до_тренінгу	Пізнавальні_потреби_після_тренінгу
N	20	20	20	20	20	20	20	20
Середнє	18,6500	5,450	16,300	4,1000	15,650	2,3500	16,520	4,020
Нормальні параметри ^{a,b}								
Стд.	12,1811	4,228	6,839	3,625	15,844	1,78451	10,4091	4,311
Відхилення								
Модуль	,107	,109	,256	,310	,119	,214	,114	,121
Різниця								
Позитивні	,100	,105	,256	,310	,119	,214	,114	,121
екстремумів								
Негативні	-,115	-,109	-,104	-,110	-,107	-,213	-,113	-,134
Статистика Z								
Колмогорова-Смирнова	,269	,398	,641	,849	,643	,482	,746	,160
Асимпт. знч. (двухстороння)	,311	,345	,252	,251	,132	,322	,723	,960

Математична обробка даних за критерієм t-Стьюдента

Таблиця порівняння показників потенціально жертва кібербулінгу, потенційний свідок кібербулінгу, учасник кібербулінгу, фізіологічні потреби, екзистенційні потреби, соціальні потреби, потреби престижу, духовні потреби, пізнавальні потреби за допомогою критерію Стьюдента для парних вибірок

Критерій парних вибірок

		Парні різниці					t	ст.св.	Значимість (2-стороння)
		Середнє	Стд. відхилення	Стд. помилка середнього	95% довірчий інтервал різниці середніх				
					Нижня межа	Верхня межа			
Пара 1	Потенційна жертва до тренінгу Потенційна жертва після тренінгу	4,200	2,383	1,298	1,795	1,105	2,336	19	,030
Пара 2	Потенційний свідок до тренінгу Потенційний свідок після тренінгу	4,200	2,688	1,719	2,659	2,741	1,351	19	,025
Пара 3	Учасник кібербулінгу до тренінгу Учасник кібербулінгу після тренінгу	3,850	5,913	1,301	,1395	2,595	1,171	19	,043
Пара 4	Фізіологічні потреби до тренінгу Фізіологічні потреби після тренінгу	4,500	1,112	2,261	,281	2,231	3,190	19	,033

Пара 5	Фізіологічні потреби після тренінгу Екзистенційні потреби до тренінгу Екзистенційні потреби після тренінгу	15,300	7,850	1,7264	1,623	3,607	2,015	19	,009
Пара 6	Соціальні потреби до тренінгу Соціальні потреби після тренінгу	13,2	2,443	1,098	1,651	2,025	2,001	19	,013
Пара 7	Потреби престижу до тренінгу Потреби престижу після тренінгу	12,2	4,25	1,301	,521	1,511	1,121	19	,018
Пара 8	Духовні потреби до тренінгу Духовні потреби після тренінгу	15,65	4,890	1,324	,459	2,721	2,015	19	,043
Пара 9	Пізнавальні потреби до тренінгу Пізнавальні потреби після тренінгу	12,15	1,228	1,700	,311	1,231	1,342	19	,023

Статистики парних вибірок

		Середнє	N	Стд. відхилення	Стд. помилка середнього
Пара 1	Потенційна жертва_д о_тренінгу	4,200	20	2,383	1,298
	Потенційна_жертва_п ісля_тренінгу				
Пара 2	Потенційний_свідок_ до_тренінгу	4,200	20	2,688	1,719
	Потенційний_свідок_ після_тренінгу				
Пара 3	Учасник_кібербулінгу _до_тренінгу	3,850	20	5,913	1,301
	Учасник_кібербулінгу _після_тренінгу				
Пара 4	Фізіологічні_потреби _до_тренінгу	4,500	20	1,112	2,261
	Фізіологічні_потреби _після_тренінгу				
Пара 5	Екзистенційні_потреб и_до_тренінгу	15,300	20	7,850	1,7264
	Екзистенційні_потреб и_після_тренінгу				
Пара 6	Соціальні_потреби_д о_тренінгу	13,2	20	2,443	1,098
	Соціальні_потреби_пі сля_тренінгу				
Пара 7	Потреби_престижу_д о_тренінгу	12,2	20	4,25	1,301
	Потреби_престижу_пі сля_тренінгу				
Пара 8	Духовні_потреби_до_ тренінгу	15,65	20	4,890	1,324
	Духовні_потреби_піс ля_тренінгу				
Пара 9	Пізнавальні_потреби_ до_тренінгу	12,15	20	1,228	1,700
	Пізнавальні_потреби_ після_тренінгу				