

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАХИСТИ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ УЧАСНИКІВ ШКІЛЬНОГО БУЛІНГУ

Мета статті – теоретично вивчити та емпірично дослідити психологічні особливості захисної та копінг-поведінки осіб, що займають різні позиції в явищі булінгу. Основні **методи** дослідження: теоретичні (метод критичного аналізу, метод узагальнення, метод систематизації досліджуваної проблеми на основі осмислення періоджерел); емпіричні (тестування за методиками «Індекс життєвого стилю» Х. Келлермана та Р. Плутчика, «Способи копінг-поведінки» Р. Лазаруса та С. Фолкмана.), методи математичної статистики (t-критерій Стьюдента та λ -критерій Колмогорова-Смірнова). **Результати:** Найбільш достовірну різницю було отримано між показниками переслідувачів та спостерігачів за шкалою заміщення. Високу значущість мали відмінності між даними групами за шкалами регресії, проєкції та реактивного утворення. Окрім цього, у переслідувачів та спостерігачів значущою була різниця за шкалами пригнічення, компенсації та інтелектуалізації. Щодо інших груп, між жертвами та спостерігачами значуща різниця мала місце за шкалами пригнічення, регресії та заміщення; між переслідувачами та жертвами – за шкалами проєкції та заміщення. Після окремих захисних механізмів була досліджена також загальна напруженість захисту груп. За результатами дослідження найбільш достовірною різниця була отримана між групами переслідувачів та спостерігачів. Між групами жертв та спостерігачів різниця також достовірною, але вірогідність її нижча за першу. Найбільш достовірні відмінності характерні для груп переслідувачів та спостерігачів за шкалою конфронтації та за шкалою втечі-уникнення. Окрім цього, між даними групами були виявлені відмінності за шкалою дистанціювання. Щодо груп жертв та спостерігачів, значущі відмінності між ними були виявлені за шкалами конфронтації, дистанціювання, втечі-уникнення та планування

вирішення проблем. І нарешті, групи переслідувачів та жертв були найбільш схожі між собою за вибором стратегій поведінки. Відмінності у їх виборах були отримані лише за шкалою конфронтації. **Висновки:** Отже, узагальнення отриманих результатів свідчить про те, що у досліджуваних учасників булінгу, які займають різні позиції в цьому процесі, є суттєві відмінності. Ці відмінності торкаються особливостей психологічних захистів та копінг-стратегій, які використовують жертви, переслідувачі та спостерігачі булінгу.

Ключові слова: психологічний захист, копінг, булінг

Постановка проблеми. Проблема захисної та копінг-поведінки учасників шкільного булінгу в сучасній психології є вкрай актуальною. У зв'язку з наявною соціально-економічною та епідемічною ситуацією, втіленням в повсякденне життя людей суворих карантинних заходів спостерігається підвищення агресивних тенденцій в поведінці як дорослих, так і дітей. Дорослі часто не в змозі в достатній мірі навчити дітей конструктивним проявам агресії. Чинниками цього можуть виступати власні складні переживання, відсутність позитивного досвіду з дитинства, тощо. Невміння безпечно для себе та оточуючих виразити агресію впливає і на шкільну взаємодію дітей як основне джерело їх соціальної активності та може сприяти виникненню явища булінгу.

Булінг існує в колективах різного віку, проте саме для шкільного віку він є найбільш небезпечним. По-перше, це пов'язано з тим, що школярі не володіють достатніми навичками саморегуляції і внутрішнього контролю над власними почуттями та поведінковими імпульсами, а по-друге, стосунки в колективі мають особливо важливе значення для особистісного розвитку школярів, і прояви булінгу, які часто завдають психологічних травм особистості, можуть негативно вплинути на її подальший розвиток.

При виникненні складних життєвих ситуацій саме захисна та копінг-поведінка особистості можуть визначити спосіб її взаємодії з іншими. Тенденція до використання певних стратегій поведінки у процесі взаємодії школярів може бути значущою при займанні тієї або іншої позиції в явищі булінгу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вперше питання булінгу систематично стали вивчати у Скандинавії (Д. Олвеус, П.П. Хайнеманн, А. Пікас, Е. Роланд). Сьогодні шкільний булінг розглядають як сукупність соціальних, психологічних та педагогічних проблем, що стосуються процесу довготривалого фізичного та/або психічного насилля індивіда або групи по відношенню до іншого індивіда, який не має змоги захистити себе у даній ситуації (Лейн, 2001). Відзначають, що булінг являє собою груповий процес, у який включені не тільки агресор та жертва, але й увесь колектив (Березіна, Бовіна, 2013). Розглядають булінг як агресивну поведінку, що повторюється з певною періодичністю по відношенню до конкретного суб'єкта (Бочавер, Хломов, 2013). Спираючись на роботи Л. Кішлі, яка вважає суттєвою характеристикою даного явища образу почуттів людини та емоційне приниження, В.О. Стремецька та Г.О. Алексеєнко виділяють основні ознаки булінгу (Стремецька, Алексеєнко, 2014).

Серед чинників, за якими дитину можна віднести до групи ризику стати учасником шкільного булінгу, важливішими виявилися множинний стрес, провокуючі особливості жертви та стигматизація (Бердишев, Нечаєва, 2005). З огляду на це, на наш погляд, важливу роль у виборі позиції в процесі булінгу мають відігравати захисні механізми та копінг-стратегії його учасників. Нажаль, цей аспект залишається недостатньо дослідженим. Хоча і відомо, що основним психологічним призначенням копіngu є адаптація індивіда до вимог певної стресової ситуації й надання можливості опанувати її, послабити вимоги, уникнути або пристосуватись до них, знижуючи таким чином ступінь стресової дії даної ситуації (Родіна, 2013).

Мета статті – теоретично вивчити та емпірично дослідити психологічні особливості захисної та копінг-поведінки осіб, що займають різні позиції в явищі булінгу.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Для досягнення визначеної мети було використано такі методи дослідження: теоретичні (метод критичного аналізу, метод узагальнення, метод систематизації досліджуваної проблеми на основі осмислення першоджерел); емпіричні (тестування за методиками «Індекс життєвого стилю» Х. Келлермана та Р. Плутчика, «Способи копінг-поведінки» Р.

Лазаруса та С. Фолкмана), методи математичної статистики (t-критерій Стьюдента та λ -критерій Колмогорова-Смірнова).

Дослідження проводилося на базі Одеського навчально-виховного комплексу №13. У дослідженні взяли участь 122 особи підліткового (64 хлопці та 58 дівчат).

У ході дослідження було сформовано три окремих вибірки, що відповідають трьом позиціям учнів у процесі шкільної травлі: «переследувачі», «жертви» та «спостерігачі».

Вибірка переследувачів містить 42 індивіди, з яких 24 чоловічої та 18 жіночої статі.

Вибірка жертв складається з 32 учнів, 16 чоловічої та 16 жіночої статі.

Вибірка спостерігачів налічує 48 учнів, 24 хлопців та 24 дівчат.

Прояви захисної поведінки учасників булінгу були досліджені на основі тестування учнів за методикою Келлермана-Плутчика «Індекс життєвого стилю».

Для підбору статистичного критерію, що відповідає особливостям дослідження, необхідно визначити наявність або відсутність нормального розподілу значень у вибірках. Розрахунки за критерієм Колмогорова-Смірнова у групах переследувачів, жертв та спостерігачів за всіма шкалами тесту Келлермана-Плутчика $p \geq 0,05$, таким чином, значення розподілені нормально. Окрім цього, вибірки в нашому дослідженні є незалежними одна від одної, тобто результати групи переследувачів не впливають на результати жертв і не залежать від них. Дана особливість характерна всім представленим групам.

Таким чином, зіставивши вищезазначені особливості вибірок, ми прийшли до висновку, що найбільш коректним є використання статистичного критерію Стьюдента, який позначається літерою «t».

Отримані результати порівняння за шкалами заперечення, пригнічення, регресія, компенсація, заміщення, інтелектуалізація та реактивне утворення, а також ступінь загальної напруженості захисних механізмів показали відсутність відмінностей у частоті використання даного механізму переследувачами та жертвами.

Порівняння показників за шкалою Е методики, яка відображає вираженість механізму проєкції, продемонструвало, що показники групи

переслідувачів за даною шкалою достовірно вищі за показники групи жертв.

Таблиця 1

Результати дослідження показників вибору захисних механізмів переслідувачами та жертвами

| Типи захисних механізмів | Переслідувачі | | Жертви | | t(p) | P |
|-------------------------------------|---------------|----------|--------|----------|-------|-------------|
| | M | σ | M | σ | | |
| Заперечення (A) | 7,24 | 2,46 | 6,97 | 2,15 | 0,502 | $\geq 0,05$ |
| Пригнічення (B) | 6,12 | 1,88 | 6,25 | 2,06 | 0,281 | $\geq 0,05$ |
| Регресія (C) | 7,86 | 3,52 | 7,38 | 3,31 | 0,604 | $\geq 0,05$ |
| Компенсація (D) | 5,93 | 1,94 | 5,53 | 2,05 | 0,845 | $\geq 0,05$ |
| Проекція (E) | 9,69 | 1,99 | 8,41 | 2,73 | 2,242 | $\leq 0,05$ |
| Заміщення (F) | 8,74 | 2,35 | 7,31 | 2,71 | 2,369 | $\leq 0,05$ |
| Інтелектуалізація (G) | 7,24 | 2,21 | 7,59 | 2,08 | 0,710 | $\geq 0,05$ |
| Реактивні утворення (H) | 3,05 | 1,70 | 3,75 | 1,39 | 1,956 | $\geq 0,05$ |
| Загальна напруженість захисту (ЗНЗ) | 6,97 | 1,06 | 6,65 | 1,21 | 1,174 | $\geq 0,05$ |

Оскільки проекція передбачає перенесення власних негативних якостей або певних особливостей, що викликають надмірну тривогу, на оточуючих, можна зробити висновок про те, що переслідувачам у більшій мірі, ніж жертвам, властиво помилкове сприйняття власних особливостей як притаманних іншим учасникам, найчастіше жертвам, які більш включені у даний процес.

За шкалою B даної методики, що відповідає механізму пригнічення, існують значущі відмінності. Було виявлено, що жертви булінгу частіше використовують даний механізм, ніж спостерігачі, оскільки механізм витіснення допомагає їм уникнути травматичних

переживань, пов'язаних із насильницькими діями у процесі булінгу, які завдають сильний психологічний дискомфорт, викликають страх, тривогу, сором та інші нестерпні для них почуття.

Таблиця 2

Результати дослідження показників вибору захисних механізмів жертвами та спостерігачами

| Типи захисних механізмів | Жертви | | Спостерігачі | | t(p) | p |
|-------------------------------------|--------|----------|--------------|----------|-------|-------------|
| | М | σ | М | σ | | |
| Заперечення (А) | 6,97 | 2,15 | 7,29 | 2,57 | 0,609 | $\geq 0,05$ |
| Пригнічення (В) | 6,25 | 2,06 | 5,21 | 2,27 | 2,125 | $\leq 0,05$ |
| Регресія (С) | 7,38 | 3,31 | 5,65 | 2,79 | 2,434 | $\leq 0,05$ |
| Компенсація (D) | 5,53 | 2,05 | 4,92 | 1,76 | 1,390 | $\geq 0,05$ |
| Проекція (Е) | 8,41 | 2,73 | 8,04 | 2,66 | 0,591 | $\geq 0,05$ |
| Заміщення (F) | 7,31 | 2,71 | 5,83 | 3,14 | 2,238 | $\leq 0,05$ |
| Інтелектуалізація (G) | 7,59 | 2,08 | 8,06 | 1,54 | 1,093 | $\geq 0,05$ |
| Реактивні утворення (H) | 3,75 | 1,39 | 3,94 | 1,41 | 0,588 | $\geq 0,05$ |
| Загальна напруженість захисту (ЗНЗ) | 6,65 | 1,21 | 6,12 | 1,10 | 2,015 | $\leq 0,05$ |

Різниця у показниках груп за шкалою С відповідно до механізму регресії також є значущою. Тобто вираженість регресивних тенденцій жертв достовірно вища. Регресія безпосередньо пов'язана з незрілими формами реагування на прояви булінгу з боку жертв (образу, плач, видима беззахисність та інш.), що підвищує їх віктимність і викликає підвищену увагу переслідувачів до себе.

Щодо механізму заміщення, представленого шкалою F, відмінності у показниках груп є значущими. Інакше кажучи, вираженість механізму заміщення у жертв є значно вищою, ніж у спостерігачів. Як

було сказано раніше, у процесі булінгу жертви є більш слабкими порівняно з іншими підлітками, у зв'язку з чим вони не мають змоги виплеснути внутрішню агресію, отриману під час принижень з боку переслідувачів.

Дослідивши загальну напруженість захисту у жертв та спостерігачів, ми можемо зробити висновок про те, що ступінь ЗНЗ групи жертв є достовірно вищим. У першу чергу це пов'язано з розподілом ролей у процесі булінгу. Роль жертви є більш активною порівняно зі спостерігачем.

За іншими шкалами значущі відмінності між групами не знайдені.

Таблиця 3

Результати дослідження показників вибору захисних механізмів переслідувачами та спостерігачами

| Типи захисних механізмів | Переслідувачі | | Спостерігачі | | t(p) | p |
|-------------------------------------|---------------|----------|--------------|----------|-------|----------------|
| | M | σ | M | σ | | |
| Заперечення (А) | 7,24 | 2,46 | 7,29 | 2,57 | 0,101 | $\geq 0,05$ |
| Пригнічення (В) | 6,12 | 1,88 | 5,21 | 2,57 | 2,083 | $\leq 0,05$ |
| Регресія (С) | 7,86 | 3,52 | 5,65 | 2,79 | 3,266 | $\leq 0,01$ |
| Компенсація (D) | 5,93 | 1,94 | 4,92 | 1,76 | 2,575 | $\leq 0,05$ |
| Проекція (Е) | 9,69 | 1,99 | 8,04 | 2,66 | 3,353 | $\leq 0,01$ |
| Заміщення (F) | 8,74 | 2,35 | 5,83 | 3,14 | 5,002 | $\leq 0,00001$ |
| Інтелектуалізація (G) | 7,24 | 2,21 | 8,06 | 1,54 | 2,029 | $\leq 0,05$ |
| Реактивні утворення (H) | 3,05 | 1,70 | 3,94 | 1,41 | 2,688 | $\leq 0,01$ |
| Загальна напруженість захисту (ЗНЗ) | 6,97 | 1,06 | 6,12 | 1,10 | 3,745 | $\leq 0,001$ |

За шкалою А, що відповідає механізму заперечення значущих відмінностей не знайдено.

За шкалою В, що відповідає механізму пригнічення, існують значущі відмінності, а саме, у групи переслідувачів даний механізм захисту виражений яскравіше, ніж у групи спостерігачів булінгу. За шкалою С існують значущі відмінності між групами. Тобто переслідувачі більш схильні до використання регресії як способу психологічного захисту.

Наявність значущих відмінностей за шкалою D свідчить про те, що переслідувачам більш характерне використання механізму компенсації.

Механізм проєкції, аналогічно до попереднього, є більш характерним для переслідувачів, ніж для спостерігачів, проте в даному випадку значущість різниці є більш високою. Таким чином, переслідувачі значно більш схильні до приписування іншим людям власних негативних якостей, почуттів тощо.

Найбільш високо значущі відмінності у даних груп були отримані за механізмом заміщення. Це означає, що схильність до відреагування негативних емоцій шляхом їх перенапряження на менш небезпечні або більш доступні об'єкти у переслідувачів розвинена набагато більше, ніж у спостерігачів.

Механізм інтелектуалізації, на відміну від попереднього, в більшій мірі представлений у групи спостерігачів. Даний механізм захисту відповідає за припинення переживань за допомогою логічних установок, які насправді не відповідають реальності.

Ступінь реактивних утворень є значно більш високим у групи спостерігачів.

За показниками загальної напруженості захисних механізмів були виявлені високо значущі відмінності між групами переслідувачів та спостерігачів, а саме – у переслідувачів напруженість захисту виражена значно сильніше.

Для визначення особливостей копінг-поведінки учасників булінгу було використано методика: «Способи копінг-поведінки» (Р. Лазарус, С. Фолкман). Автори виділяють 8 видів копінг-поведінки особистості, такі як конфронтація, дистанціювання, самоконтроль, пошук соціальної

підтримки, прийняття відповідальності, втеча-уникнення, планування вирішення проблем, позитивна переоцінка. Проведемо послідовне порівняння показників за усіма типами стратегій, перевівши їх для більшої достовірності у Т-бали за вказівкою авторів.

У вибірках переслідувачів, жертв та спостерігачів за методикою «Способи копінг-поведінки» Р. Лазаруса та С. Фолкмана значення розподілені нормально. Таким чином, для даної методики використання t-критерію Стьюдента є доцільним.

Таблиця 4

Результати дослідження показників вибору копінг-механізмів переслідувачами та жертвами

| Типи копінг-стратегій | Переслідувачі | | Жертви | | t(p) | p |
|------------------------------|---------------|-------|--------|-------|-------|--------|
| | М | σ | М | σ | | |
| Конфронтаційний копінг | 59,38 | 11,53 | 54,25 | 10,10 | 2,035 | ≤ 0,05 |
| Дистанціювання | 55,64 | 9,43 | 55,75 | 9,19 | 0,049 | ≥ 0,05 |
| Самоконтроль | 47,05 | 10,67 | 46,41 | 9,52 | 0,272 | ≥ 0,05 |
| Пошук соціальної підтримки | 45,52 | 9,72 | 44,63 | 11,83 | 0,349 | ≥ 0,05 |
| Прийняття відповідальності | 50,21 | 11,06 | 49,81 | 9,66 | 0,166 | ≥ 0,05 |
| Втеча-уникнення | 56,43 | 10,16 | 55,31 | 9,37 | 0,489 | ≥ 0,05 |
| Планування вирішення проблем | 51,71 | 11,59 | 48,97 | 9,09 | 1,142 | ≥ 0,05 |
| Позитивна переоцінка | 50,60 | 10,51 | 50,84 | 9,21 | 0,108 | ≥ 0,05 |

За результати статистичного аналізу, рівень використання конфронтаційного копіngu переслідувачами значно вищий за рівень жертв. Це пояснюється в першу чергу активною агресивною позицією

переслідувачів, оскільки агресія є основною складовою процесу булінгу взагалі. Використання конфронтації жертвами відбувається в меншій мірі, що обґрунтовується їх більш слабкою позицією порівняно з агресорами.

За іншими шкалами відмінності між групами переслідувачів та жертв не виявлені.

Таблиця 5

Результати дослідження показників вибору копінг-механізмів жертвами та спостерігачами

| Типи копінг-стратегій | Жертви | | Спостерігачі | | t(p) | p |
|------------------------------|--------|-------|--------------|-------|-------|--------|
| | М | σ | М | σ | | |
| Конфронтаційний копінг | 54,25 | 10,10 | 49,75 | 8,74 | 2,058 | ≤ 0,05 |
| Дистанціювання | 55,75 | 9,19 | 59,83 | 8,18 | 2,034 | ≤ 0,05 |
| Самоконтроль | 46,41 | 9,52 | 48,42 | 11,57 | 0,848 | ≥ 0,05 |
| Пошук соціальної підтримки | 44,63 | 11,83 | 45,42 | 8,91 | 0,323 | ≥ 0,05 |
| Прийняття відповідальності | 49,81 | 9,66 | 50,50 | 8,80 | 0,323 | ≥ 0,05 |
| Втеча-уникнення | 55,31 | 9,37 | 50,90 | 9,53 | 2,052 | ≤ 0,05 |
| Планування вирішення проблем | 48,97 | 9,09 | 52,94 | 7,40 | 2,057 | ≤ 0,05 |
| Позитивна переоцінка | 50,84 | 9,21 | 52,96 | 9,54 | 0,992 | ≥ 0,05 |

Частота використання стратегії конфронтації групою жертв, за результатами дослідження, значно вища за частоту використання даної стратегії спостерігачами.

Окрім конфронтації, були виявлені достовірні відмінності за стратегією дистанціювання, а саме збільшення частоти її використання групою спостерігачів порівняно із жертвами.

За стратегією прийняття відповідальності, стратегією самоконтролю, стратегією пошуку підтримки, стратегією позитивної переоцінки значущих відмінностей виявлено не було.

Рівень вираженості стратегії втечі-уникнення у групи спостерігачів значно нижчий за рівень її вираженості у жертв.

Стратегія планування вирішення проблем, за статистичним аналізом, більш характерна саме для спостерігачів.

Таблиця 6

Результати дослідження показників вибору копінг-механізмів переслідувачами та спостерігачами

| Типи копінг-стратегій | Переслідувачі | | Спостерігачі | | t(p) | p |
|------------------------------|---------------|-------|--------------|-------|-------|---------|
| | М | σ | М | σ | | |
| Конфронтаційний копінг | 59,38 | 11,53 | 49,75 | 8,74 | 4,416 | ≤ 0,001 |
| Дистанціювання | 55,64 | 9,43 | 59,83 | 8,18 | 2,236 | ≤ 0,05 |
| Самоконтроль | 47,05 | 10,67 | 48,42 | 11,57 | 0,584 | ≥ 0,05 |
| Пошук соціальної підтримки | 45,52 | 9,72 | 45,42 | 8,91 | 0,054 | ≥ 0,05 |
| Прийняття відповідальності | 50,21 | 11,06 | 50,50 | 8,80 | 0,134 | ≥ 0,05 |
| Втеча-уникнення | 56,43 | 10,16 | 50,90 | 9,53 | 2,653 | ≤ 0,01 |
| Планування вирішення проблем | 51,71 | 11,59 | 52,94 | 7,40 | 0,587 | ≥ 0,05 |
| Позитивна переоцінка | 50,60 | 10,51 | 52,96 | 9,54 | 1,111 | ≥ 0,05 |

Найбільш значущу різницю у вираженні конфронтації можна побачити між групами переслідувачів та спостерігачів.

Показники виборів за стратегією дистанціювання, навпаки, достовірно вищі у спостерігачів порівняно з групою переслідувачів.

Щодо стратегії втечі-уникнення, відмінності у її використанні є високо значущими. Тобто подібний спосіб подолання копінгу набагато частіше використовується переслідувачами, ніж спостерігачами булінгу.

Відмінності у показниках за стратегією самоконтролю, стратегією пошуку соціальної підтримки, стратегією прийняття відповідальності, стратегією планування вирішення проблем, стратегією позитивної переоцінки у груп переслідувачів та спостерігачів відсутні.

Висновки. Досліджено взаємозв'язок захисної та копінг-поведінки особи з її позицією в явищі булінгу. Вибірка досліджуваних була диференційована на три групи: переслідувачів, жертв та спостерігачів булінгу. За допомогою статистичного аналізу були виявлені особливості захисної та копінг-поведінки кожної з груп.

Так, у переслідувачів найбільш вираженим серед захисних механізмів є заміщення, тобто спрямування агресії на об'єкти, які не є безпосередньою причиною її появи (у даному випадку – на жертв як на більш слабку категорію порівняно з іншими). Окрім того, вони схильні до регресії, тобто дитячої, незрілої поведінки, проєкції власних агресивних спонукань на інших, та в меншій мірі – до пригнічення й компенсації. Навпаки, менша вираженість порівняно з іншими групами була отримана за механізмами інтелектуалізації та реактивного утворення. Загальна напруженість захисту переслідувачів більша, ніж у спостерігачів, але співпадає з напруженістю жертв. Серед копінг-стратегій для даної групи характерне використання конфронтації, тобто агресивної активності щодо інших членів групи, втечі-уникнення, що може бути пов'язано з відмовою від сприйняття власних дій як насильницьких або з регресивними психічними механізмами. Окрім цього, у їх поведінці присутня спрямованість на вирішення актуальної проблеми різними шляхами.

Жертви булінгу користуються насамперед такими механізмами захисту як пригнічення, або витіснення неприйнятних почуттів, регресія та заміщення (останній механізм виражений у більшій мірі, ніж у

спостерігачів, але менше за переслідувачів). Щодо загальної напруженості механізмів, вона співпадає з групою переслідувачів і відповідно є вищою за спостерігачів, оскільки активне включення в ситуацію булінгу, яка є потенційно небезпечною та має високий ризик травматизації особистості, потребує залучення більш сильних способів захисту. У виборі копінг-стратегій жертви переважно орієнтуються на такі стратегії як уникнення, а також конфронтація (яка, проте, має нижчий рівень вираженості, ніж у переслідувачів). У той же час вони не схильні до використання стратегій вирішення проблем, планування дій із подолання труднощів, дистанціювання.

У групи спостерігачів найбільш вираженими є механізми інтелектуалізації, тобто заміни реальних почуттів логічними осмисленнями, та реактивного утворення, інакше кажучи, «перевертання» цінностей, прагнень і трансформація внутрішніх імпульсів, протилежних тим, що реально існують. Порівняно з іншими групами спостерігачі менш схильні до використання механізмів заміщення, проєкції, пригнічення, компенсації та регресії. Слід також відмітити, що загальний рівень напруженості їх системи захисту є меншим за переслідувачів та жертв, оскільки спостерігачі виконують пасивну роль у процесі булінгу й зіткнення із травматичними його аспектами відбувається в меншій мірі. У копінг-поведінці даної групи переважають стратегії планування, вирішення проблем у широкому сенсі та дистанціювання від стресової ситуації. Спостерігачі менш схильні за інші групи до конфронтації та уникнення проблем.

Таким чином, можна зробити висновок про наявність відмінностей у функціонуванні захисних та копінг-механізмів між різними групами учасників процесу булінгу. Проте в ході дослідження було виявлено багато питань, які супроводжують тему подолання стресу в явищі булінгу, але на даний момент не являються до кінця розкритими, що є підґрунтям для подальших досліджень у даній сфері.

Література

1. Бердышев И.С., Нечаева М.Г. Медико-психологические последствия жестокого обращения в детской среде. Вопросы диагностики и профилактики. СПб., 2005. 240 с.

2. Березина Е.Б., Бовина И.Б. Насилие в школе: социально-психологические объяснения и рекомендации. *Психологическая наука и образование*. 2013. № 6. С. 37-47.

3. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен. *Психология. Журнал высшей школы экономики*. – 2013. Т. 10, № 3. С. 149-160.

4. Лейн Д.А. Школьная травля (буллинг). Детская и подростковая психотерапия / Под ред. Д. Лейна и Э. Миллера. СПб.: Питер, 2001. С. 240-274.

5. Родіна Н.В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора психол. наук: 19.00.01. К., 2013. 504 с.

6. Стремецька В.О., Алексеєнко Г.О. Булінг у підліткових шкільних колективах. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2014. Вип. 31. С. 177-179.

References

1. Berdyshev I.S., Nechaeva M.G. (2005), *Mediko-psihologicheskie posledstviya zhestokogo obrashheniya v detskoj srede. Voprosy diagnostiki i profilaktiki. Prakticheskoe posobie dlja vrachej i social'nyh rabotnikov* [Medico-psychological consequences of child abuse. Questions of diagnostics and prevention. A practical guide for doctors and social workers] SPb [in Russian].

2. Berezina E.B., Bovina I.B. (2013) Nasilie v shkole: social'no-psihologicheskie ob'jasnenija i rekomendacii [School Violence: Socio-Psychological Explanations and Recommendations] - *Psihologicheskaja nauka i obrazovanie - Psychological Science and Education*, 6, 37-47 [in Russian].

3. Bochaver A.A., Hlomov K.D. (2013) Bulling kak ob'ekt issledovanij i kul'turnyj fenomen [Bullying as an object of research and a cultural phenomenon] - *Psihologija. Zhurnal vysshej shkoly jekonomiki - Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, T. 10, 3, 149-160. [in Russian].

4. Lein D.A. (2003) *Shkol'naja travlja (bullying)* [School bullying (bullying)] - *Detskaja i podrostkovaja psihoterapija / Pod red. Devida Leina i Andrew Millera*, SPb.: Piter, 240-274. [in Russian].

5. Rodina N.V. (2013) *Psykhohohiia kopinh-povedinky: systemne modeliuvannia* [Psychology of coping behavior: system modeling]: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. stupenia doktora psykhol. nauk: 19.00.01 – Zahalna psykhohohiia; istoriia psykhohohii, Kyiv, 504. [in Ukrainian].

6. Stremetska V.O., Aliksieienko H.O. Bulinh u pidlitkovykh shkilnykh kolektyvakh [Bullying in teenage school groups] - *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seria: Pedahohika. Sotsialna robota - Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Pedagogy. Social work*, Vyp. 31, 177-179. [in Ukrainian].

Chacko S.

Yaroshevska O.

PSYCHOLOGICAL PROTECTIONS AND COPING STRATEGIES OF SCHOOL BULLYING PARTICIPANTS

The **purpose** of the article is to theoretically study and empirically investigate the psychological features of protective and coping behavior of persons occupying different positions in the phenomenon of bullying. The main research **methods**: theoretical (method of critical analysis, method of generalization, method of systematization of the researched problem on the basis of comprehension of primary sources); empirical (testing according to the methods of "Lifestyle Index" by H. Kellerman and R. Plutchik, "Methods of coping behavior" by R. Lazarus and S. Folkman,), methods of mathematical statistics (Student's *t*-test and Kolmogorov-Smirnov λ test). **Results**: The most significant difference was obtained between the indicators of persecutors and observers on the substitution scale. The differences between these groups on the scales of regression, projection and reactive formation were of great importance. In addition, persecutors and observers had significant differences in the scales of oppression, compensation, and intellectualization. For other groups, there was a significant difference between victims and observers on the scales of suppression, regression and substitution; between persecutors and victims - on the scales of projection and substitution. After some protective mechanisms, the general tension of group protection was also investigated. According to the results of the study, the most significant difference was obtained between the groups of persecutors and observers. The difference between the groups of victims and observers is also significant, but

*the probability is lower than the first. The most significant differences are characteristic of groups of persecutors and observers on the scale of confrontation and on the scale of escape-avoidance. In addition, differences in the distance scale were found between these groups. Regarding the groups of victims and observers, significant differences between them were found on the scales of confrontation, distancing, escape-avoidance and problem-solving planning. Finally, groups of persecutors and victims were most similar in their choice of behavioral strategies. Differences in their elections were obtained only on the scale of confrontation. **Conclusions:** Thus, the generalization of the obtained results indicates that the studied bowling participants, who occupy different positions in this process, have significant differences. These differences concern the characteristics of psychological protections and coping strategies used by victims, persecutors and bowling observers.*

Keywords: *psychological protection, coping, bullying*

Чачко Світлана Леонідівна – доцент кафедри загальної психології та психології розвитку особистості Одеського національного університету імені І.І. Мечникова, кандидат психологічних наук, доцент

Ярошевська Олександра Борисівна – бакалавр психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова.