

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ
Факультет психології
Кафедра педагогічної та вікової психології**

**СИЛАБУС
освітнього компонента
ПСИХОЛОГІЯ БУЛІНГУ ТА МОБІНГУ
підготовки бакалавра**

Луцьк – 2026

Силабус ОК «ПСИХОЛОГІЯ БУЛІНГУ ТА МОБІНГУ» підготовки бакалавра

Розробник: кандидат психологічних наук, доцент Гошовська Д.Т.

Погоджено

Гарант освітньо-професійної програми  Мудрик А.Б.

Силабус освітнього компонента «Психологія булінгу та мобінгу»
затверджено на засіданні кафедри педагогічної та вікової психології
Протокол №1 від 28.01.2026р.

Завідувач кафедри:



проф. Гошовський Я.О.

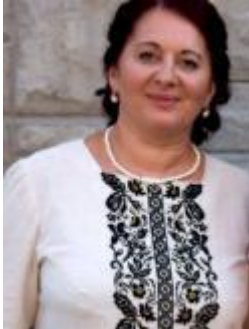
I. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітній рівень	Характеристика освітнього компонента
Кількість кредитів – 5	<p>Галузь знань: С</p> <p>Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини</p> <p>Спеціальність: С4</p> <p>Психологія</p> <p>ОПП: Психологія</p> <p>Освітній рівень: Бакалавр</p>	вибірковий
		Рік навчання: 2-й
		Семестр 4
		Лекції – 10 год.
		Практичні, семінарські - 20 год.
		Самостійна робота – 110 год.
		Консультацій - 10
Загальна кількість годин - 150		форма контролю: залік (4 семестр)

II. Інформація про викладача

Гошовська Дарія Тарасівна

Кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогічної та вікової психології
+380509171792,



Hoschovskadarija@vnu.edu.ua, або Daria66@ukr.net

<https://wiki.eenu.edu.ua/wiki/>,

<https://scholar.google.com.ua/>

<http://irbis-nbuv.gov.ua/ASUA/0025525>

<https://www.scopus.com>

Консультації зі здобувачами освіти проводяться згідно графіку консультацій кожного вівторка з 13.00 до 15.00. Якщо здобувач освіти потребує додаткових консультацій, то час їх проведення узгоджується з викладачем заздалегідь (або можливий варіант у режимі онлайн).

Дні занять: <https://ps.vnu.edu.ua/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

Адреса : м. Луцьк, вул. Винниченка 30а, ауд.16 43025

II. Опис освітнього компонента

1. Анотація курсу

Освітній компонент «Психологія булінгу та мобінгу» спрямований на формування у здобувачів вищої освіти комплексного науково-теоретичного та практичного розуміння феноменів психологічного насильства в міжособистісних стосунках у контексті освітнього середовища. У межах курсу розглядаються закономірності виникнення та розвитку таких явищ, як булінг (систематичне індивідуальне цькування) та мобінг (групове переслідування особистості), аналізуються їхні соціально-психологічні механізми, структурні детермінанти, психологічні наслідки та вплив на функціонування особистості, міжособистісних відносин і освітніх колективів.

Курс забезпечує міждисциплінарний підхід до дослідження проблеми, поєднуючи досягнення сучасної психології, соціології, педагогіки та права, що дозволяє здобувачам сформувавши цілісне уявлення про природу та динаміку явищ психологічного насильства. Особлива увага приділяється питанням діагностики, профілактики та ефективних методів подолання булінгу і мобінгу, з урахуванням індивідуальних, вікових і соціокультурних особливостей учасників освітнього процесу.

Метою освітнього компонента «Психологія булінгу та мобінгу» є формування у здобувачів вищої освіти цілісної системи наукових знань про психологічну природу, механізми виникнення та соціокультурні чинники поширення явищ булінгу та мобінгу, а також підготовка здобувачів до здійснення психологічного супроводу учасників освітнього процесу, які зазнають булінгу або мобінгу та формування готовності до використання сучасних психодіагностичних та психокорекційних методів у роботі з випадками психологічного насильства.

Завдання освітнього компонента

1. розкрити сутність і психологічні особливості булінгу, кібербулінгу та мобінгу;
2. вивчити форми, типи та динаміку розвитку конфліктних і агресивних взаємодій у колективах;
3. дослідити психологічні чинники віктимної поведінки особистості та механізми формування ролей учасників булінгу (агресор, жертва, спостерігач);
4. ознайомити з сучасними підходами до аналізу психологічних наслідків булінгу та мобінгу.
5. сформувавши навички виявлення ознак булінгу та мобінгу у дитячих, підліткових і дорослих колективах;
6. навчити використовувати сучасні методики психологічної діагностики, спрямовані на дослідження агресивної, віктимної та асертивної поведінки;
7. опанувати методи психологічного консультування, медіації та відновного підходу при роботі з учасниками конфліктних ситуацій.
8. розробити стратегії попередження булінгу та мобінгу в освітньому та робочому середовищі;
9. сформувавши здатність створювати безпечне психологічне середовище;

10. ознайомити з національними та міжнародними програмами підтримки постраждалих від булінгу й мобінгу.

Soft skills, які формує освітній компонент «Психологія булінгу і мобінгу»

1. уміння чітко, логічно та аргументовано висловлювати власну позицію у професійних дискусіях;
2. розвиток навичок активного слухання та ефективного зворотного зв'язку;
3. формування емпатії та здатності розпізнавати й розуміти емоційні стани інших;
4. оволодіння техніками конструктивного вирішення конфліктів і досягнення консенсусу.
5. здатність до ефективної взаємодії з різними учасниками освітнього, професійного та соціального середовища;
6. формування умінь медіації та посередництва між конфліктуючими сторонами;
7. розвиток навичок групової взаємодії під час виконання навчальних проєктів, досліджень і практичних завдань;
8. вміння створювати атмосферу співпраці та взаємопідтримки в колективі.
9. розвиток здатності розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоційні стани;
10. підвищення стресостійкості та формування навичок психологічної саморегуляції;
11. уміння надавати емоційну підтримку іншим, зокрема у кризових та конфліктних ситуаціях;
12. розвиток навичок управління емоційним кліматом у колективі.
13. уміння аналізувати ситуації булінгу та мобінгу з позицій усіх учасників конфлікту (агресор, жертва, спостерігач);
14. визначення психологічних, соціальних і поведінкових механізмів виникнення агресії та групового тиску;
15. формування здатності розробляти ефективні стратегії профілактики та подолання булінгу;
16. оволодіння методами обґрунтованого прийняття рішень у складних ситуаціях.
17. розвиток уміння виконувати функцію фасилітатора під час групових дискусій, тренінгів та консультацій;
18. формування навичок управління конфліктними ситуаціями та координації взаємодії між учасниками;
19. підвищення рівня ініціативності, здатності до ухвалення рішень і відповідальності за їхні наслідки;
20. розвиток компетентності щодо організації психологічного супроводу у випадках булінгу та мобінгу.

III. Структура освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лекц.	Практ. зан.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю / бали
Розділ І. Загальні питання булінгу та мобінгу						
Тема 1. Теоретичний аналіз феномену булінгу (третирування) як особливого виду комунікативної взаємодії. Історія виникнення та зміст поняття булінг. Булінг та його форми (емоційне та фізичне насильство). Тлумачення булінгу у законодавчих актах України. Причини, види та фази булінгу. Ознаки та наслідки булінгу. Роль педагогічних працівників у запобіганні та протидії булінгу. Навички для запобігання булінгу	38	2	4	30	2	опитування, практичне завдання, ДС 18б.(максимально за заняття 9б.)
Тема 2. Сучасні теорії та фактори третирування. Особистісний портрет «жертви». Особистісний портрет «агресора». Фактори впливу на особливості прояву булінгу. Ознаки та наслідки булінгу. Шляхи подолання булінгу.	28	2	4	20	2	опитування, практичне завдання 18б.
Тема 3. Мобінг як соціально-психологічний феномен. Причини та мотиви мобінгу. Форми мобінгу. Вплив мобінгу на формування професійного вигорання. Наслідки мобінгу для колективу. Засоби запобігання мобінгу	28	2	4	20	2	Еспрес-опитування, тести, презентаційне повідомлення на тему Мобінг у сучасному світі 18б.
Розділ 2. Психодіагностика та превенція булінгу						

Тема 4. Психодіагностичні методи булінгу. Різновиди діагностики. Завдання діагностики булінгу. Індивідуальна діагностика. Загальні психологічні характеристики ймовірного кривдника (буллера) та ймовірної жертви булінгу (цькування). Ознаки булінгу (цькування) для діагностики. Діагностика кібербулінгу.	28	2	4	20	2	Експрес опитування, опрацювання методик «Опитувальник самоствавлення 18б.
Тема 5. Основні напрямки та принципи роботи з жертвами булінгу та мобінгу	28	2	4	20	2	Опитування, презентація напрямків роботи 18
Всього	150	10	20	110	10	90б.+10б (неформальна, інформальна освіта)
Загалом					100 б	
<p><i>Інше</i> : здобувачі освіти, які пропустили заняття, мають змогу відпрацювати їх, виконавши індивідуальні завдання, реферати, конспекти. Додатково здобувачі освіти можуть отримати у <i>неформальній освіті</i> 5 балів за підготовку статті у факультетський збірник, участь у конференціях, вебінарах, засіданнях «круглих столів» (наявність публікації, сертифікату обов'язкова); заняття на експериментальних майданчиках з дітьми з ООП -5б.</p> <p>Здобувачі освіти мають змогу друкуватися у щорічному факультетському збірнику статей і тез</p>						

ІV. Політика оцінювання

Уся політика оцінювання базується на врахуванні ПОЛОЖЕННЯ про поточне та підсумкове оцінювання знань студентів Волинського національного університету імені Лесі Українки

[https://vnu.edu.ua/sites/default/files/2021-](https://vnu.edu.ua/sites/default/files/2021-02/Polozhennia_potoczne_pidsumkove_otsiniuvannia_znan.pdf)

[02/Polozhennia_potoczne_pidsumkove_otsiniuvannia_znan.pdf](https://vnu.edu.ua/sites/default/files/2021-02/Polozhennia_potoczne_pidsumkove_otsiniuvannia_znan.pdf)

та ПОЛОЖЕННЯ про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки

[https://vnu.edu.ua/sites/default/files/2021-](https://vnu.edu.ua/sites/default/files/2021-02/Polozhennia_vyznannia_rezultatuv_navchannia_formalnoi.pdf)

[02/Polozhennia_vyznannia_rezultatuv_navchannia_formalnoi.pdf](https://vnu.edu.ua/sites/default/files/2021-02/Polozhennia_vyznannia_rezultatuv_navchannia_formalnoi.pdf)

Політика викладача щодо здобувача освіти :

- на рівні *формальної освіти* – здобувач освіти повинен отримати бали під час занять (враховуються бали за індивідуальну та групову роботу, виступи, дискусію, тренінгові заняття, реферати тощо) – 9б.максимально;

- на рівні неформальної освіти – виступи на науково-практичних конференціях, семінарах, засіданнях «круглих столів», вебінарах (наявність сертифікату) та підготовка тез/статті/статей з вікової проблематики за самостійно обраною або під керівництвом викладача темою - 5б.

- на рівні інформальної освіти – детальне ознайомлення та робота на базі лабораторії - реабілітаційного центру та на базі експериментального майданчика кафедри – 5б. Сумарно : 100 балів.

УІІ. Політика щодо академічної доброчесності

Здобувач освіти повинен дотримуватись академічної доброчесності :

- самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного та підсумкового контролю результатів навчання;
- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;

Дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;

- дотримання принципів та положень :

1. Етичного кодексу психолога

(<http://nsj.gov.ua/files/1448287570%D0%95%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0.docx.pdf>);

2. Кодексу академічної доброчесності у Волинському національному університеті імені Лесі Українки

https://ra.vnu.edu.ua/akademichna_dobrochesnist/kodeks_akademichnoi_dobrochesnosti/

Політика щодо перекладання : усі заняття здобувачі освіти відвідують згідно розкладом навчального процесу, однак, якщо мають право на вільне відвідування, то можуть відпрацювати пропущені заняття під час індивідуальних консультацій або виконати письмово індивідуальні завдання (реферати, конспекти, підготовка статті тощо).

В умовах воєнного часу перекладання відбувається згідно з розпорядженнями ректорату й деканату про змішано-дистанційну форму освіти.

УІІІ. Підсумковий контроль

З ОК «Психологія булінгу та мобінгу» передбачено залік. Загальна оцінка за курс складається як алгебраїчна сума оцінок, які отримує здобувач освіти за навчальну діяльність на практичних заняттях, (формальна, неформальна, інформальна освіта) – підготовку та виступи підготовку статті та виступи на конференціях, семінарах, участь у вебінарах, засіданнях «круглих столів», колоквиум (100 балів).

Оцінка виставляється за результатами поточної роботи за умови, що здобувач освіти виконав ті види навчальної роботи, які визначено силабусом ОК. У випадку, якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття (з поважних причин), на консультаціях він має право відпрацювати пропущені заняття та добрати ту кількість балів, яку було визначено на пропущені теми.

У випадку, якщо здобувач освіти протягом поточної роботи набрав менше ніж 60 балів, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. У цьому випадку бали, набрані під час поточного оцінювання анулюються. Максимальна кількість балів на залік під час ліквідації академічної заборгованості – 100б.

У день складання заліку за основною сесією заборонено проводити додаткові опитування здобувача освіти, а також здобувач освіти не має права доздавати будь-який вид робіт, передбачений силабусом освітнього компоненту.

Питання до заліку

1. Сутність феномену булінгу та його трактування в сучасній науковій психології.
2. Булінг як форма девіантної комунікативної взаємодії: ознаки, структура, механізми.
3. Соціально-психологічна природа булінгу та мобінгу: порівняльний аналіз.
4. Еволюція наукових підходів до дослідження третирування: класичні та сучасні теорії.
5. Мобінг як складний соціально-психологічний феномен: сучасні інтерпретації.
6. Теоретичні підходи до вивчення босингу як специфічної форми організаційного насильства.
7. Міждисциплінарний підхід до дослідження булінгу: психологія, соціологія, педагогіка, юриспруденція.
8. Кібербулінг як новий тип агресії у цифровому середовищі: особливості та ризику.
9. Концепція «сендвіч-мобінгу» та її застосування у сучасній психології організацій.
10. Феномен «gaslighting» у контексті мобінгу та психологічного насильства.
11. Психологічні причини виникнення булінгу: роль індивідуальних і середовищних факторів.
12. Соціокультурні детермінанти мобінгу та босингу у сучасному суспільстві.
13. Психологічні механізми формування агресивної поведінки у кривдника.
14. Роль сімейного виховання у формуванні схильності до булінгу та віктимності.
15. Взаємозв'язок самооцінки, Я-концепції та схильності до булінгу.
16. Гендерні особливості прояву булінгу, мобінгу та кібербулінгу.
17. Вплив цифрового середовища та соціальних мереж на інтенсифікацію третирування.
18. Роль групових норм та ієрархії в ескалації булінгу.
19. Психологічні особливості маніпулятивної поведінки у процесі мобінгу.
20. Особливості прояву латентного (прихованого) булінгу та його розпізнавання.
21. Психологічні характеристики агресора (булера, мобера, босера).

22. Особливості формування особистісних рис кривдника у шкільному та професійному середовищі.
23. Психологічний портрет жертви булінгу: когнітивно-емоційні та поведінкові патерни.
24. Фактори ризику віктимізації: особистісні, соціальні, середовищні.
25. Амбівалентні ролі у булінгу: «жертва-кривдник» та «спостерігач-учасник».
26. Роль колективної динаміки у підтримці або запобіганні булінгу.
27. Психологічні наслідки тривалого мобінгу для особистості.
28. Вплив босингу на професійну ідентичність і Я-концепцію працівника.
29. Класифікація булінгу: фізичний, вербальний, соціальний, економічний, кібербулінг.
30. Види мобінгу: горизонтальний, вертикальний, «сендвіч-мобінг».
31. Особливості босингу як управлінського інструменту психологічного тиску.
32. Форми психологічного насильства у робочих колективах: приховані та явні.
33. Вербальний і невербальний мобінг: психологічний вплив і наслідки.
34. Кібербулінг: тактики, канали реалізації та психосоціальні ефекти.
35. Сучасні психодіагностичні методики виявлення булінгу та мобінгу.
36. Інструменти оцінювання кібербулінгу у підлітковому та дорослому середовищі.
37. Методи диференціальної діагностики булінгу, мобінгу та конфліктних ситуацій.
38. Психодіагностика професійного вигорання як наслідку мобінгу.
39. Використання опитувальників, шкал і проєктивних методик у вивченні булінгу.
40. Психологічні маркери прихованого мобінгу та способи їх розпізнавання.
41. Вплив булінгу на формування самооцінки та особистісної ідентичності.
42. Психологічні наслідки кібербулінгу для дітей, підлітків та дорослих.
43. Професійне вигорання як наслідок тривалого мобінгу: психологічні механізми.
44. Колективні наслідки мобінгу: зниження продуктивності, підвищення плинності кадрів.

45. Вплив босингу на організаційний клімат і мікросоціальні взаємини.
46. Роль мобінгу у формуванні хронічного стресу та психосоматичних розладів.
47. Сучасні стратегії запобігання булінгу в освітньому середовищі.
48. Психологічні підходи до профілактики мобінгу на робочих місцях.
49. Корекційно-реабілітаційні програми для жертв булінгу та мобінгу.
50. Тренінгові методики розвитку асертивності як ресурсу протидії третируванню.
51. Роль HR-стратегій у попередженні босингу та корпоративного насильства.
52. Юридичні аспекти протидії булінгу та мобінгу: міжнародний і національний досвід.
53. Використання медіації як методу врегулювання конфліктів у колективах.
54. Психологічні інтервенції для формування стресостійкості учасників конфлікту.
55. Особливості впливу організаційної культури на ймовірність виникнення мобінгу та босингу.
56. Роль лідерського стилю керівника у формуванні безпечного або токсичного середовища.
57. Психофізіологічні наслідки хронічного перебування в ситуації третирування.
58. Емпіричні підходи до дослідження булінгу: валідність, надійність та репрезентативність вибірок.
59. Механізми групового тиску та конформізму у підтримці булінгових практик.
- 60. Етичні аспекти проведення досліджень з проблематики насильства та третирування.**

Шкала оцінювання

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
90-100	зараховано
82-89	
75-81	
67-74	
60-66	
0-59	Незараховано (необхідне повторне перескладання)

УІ. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА:

Основна:

1. Бек, Д. С. (2023). *Когнітивно-поведінкова терапія. Основи та практика*. Київ: Вид-во Ростислава Бурлаки. 460 с.
2. Воронятников, О. О. (2024). *Протидія булінгу та мобінгу в особливий період*. Київ: Університет сучасних знань. <https://ir.kneu.edu.ua/items/3b381e45-2e71-4edc-a1b7-2698ab5b9404>
3. Гаркавець, С., & Волченко, Л. (2024). *Психологія насилля: булінг, мобінг та їхні різновиди у сучасному світі*. Київ: СНУ ім. В. Даля. <https://dspace.snu.edu.ua/items/f7f0c5fe-5429-482e-a9d5-63122c65607b>
4. Гарькавець, С. О. (2023). *Психологічні основи віктимології: навч.-метод. посіб.* Київ: СНУ ім. В. Даля. 170 с.
5. Гошовська, Д. Т. (2024). *Психологія булінгу та мобінгу: силлабус освітньої програми*. Луцьк: ВНУ імені Лесі Українки. <https://www.evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/24762>
6. Момат, Д. О. (2023). *Стратегії подолання булінгу та агресії в дитячих групах в умовах війни*. Кривий Ріг: Криворізький державний педагогічний університет. <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/7097>
7. Остапенко, О. (2023). Булінг і мобінг (цькування) як різновиди насильницьких посягань на фізичну особу. *Вісник НУ «Львівська політехніка». Серія: Юридичні науки*, 10(4), 124–133. <https://science.lpnu.ua/uk/law/vsi-vypusky/volume-10-number-4-40-2023/buling-i-mobing-ckuvannya-yak-riznovydy-nasylnyckyh>
8. Павленко, М. С., & Криволап, О. В. (2024). Рівні профілактики мобінгу в освітньому середовищі. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*, 1, 211–220. DOI: 10.32782/psyspu/2024.1.24
9. Сахарова, К. О., Чередніченко, О. М., & Липовська, Н. А. (2021). Форми психологічного насильства в організаційному середовищі. *Дніпровський науковий часопис. Психологія*, 6(15), 112–121. <https://www.chasopys-ppp.dp.ua/index.php/chasopys/article/view/151>
10. Hoshovska D., Hoshovskyi, J., Mudrak, I., Shmarova, N., Kordunova, N., & Kulchytska, A. (2023). Economic Deprivation as a Neuropsychological Aspect of the Formation of Frustration in Potential Migrants. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 14(2), 285-302. <https://doi.org/10.18662/brain/14.2/455>
11. Zhao, N., et al. (2023). School Bullying Results in Poor Psychological Conditions: Evidence from a Survey of 95,545 Subjects. *arXiv preprint*. <https://arxiv.org/abs/2306.06552>
12. Prama, T. T., et al. (2025). AI Enabled User-Specific Cyberbullying Severity Detection with Explainability. *arXiv preprint*. <https://arxiv.org/abs/2503.10650>

Додаткова література:

1. Алиев. Х.М. Ключ к себе [Електронний ресурс]. режим доступу: http://www.goldbiblioteca.ru/online_psihologiya/online_psistr/2.php
2. Гурлева Т. Стрессова ситуація: допомогти самому собі. Практичний психолог: Школа, № 05/2014. С. 37-40.

3. Корабльова О.О. Вплив мобінгу на формування та соціалізацію особистості [Електронний ресурс]. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Znpkhist_2014_2_30.pdf.
4. Корабльова О.О. Причини виникнення мобінгу як соціально - педагогічної проблеми школярів підліткового віку Режим доступу : http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe.
5. Лагутіна І.В. Мобінг на робочому місці : правовий аспект. Режим доступу :<http://www.apdp.in.ua/v57/18.pdf>.
6. Тополов Є.В. Професійна агресивність особистості: *монографія*. К.: Видавничий Дім «Слово», 2011. – 400 с.

Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua>
2. Електронна бібліотека НПН України - <http://lib.iitta.gov.ua>
3. Актуальні проблеми психології - <http://appsychology.org.ua>
4. Актуальні питання сучасної психології
http://library.sspu.sumy.ua/wpcontent/uploads/2018/04/Aktualny_pitannya_suc.psihologii
5. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України - <http://psychology-naes-ua.institute/>
6. Українська бібліотека - <http://ualib.com.ua/>