

АНОТАЦІЯ

Ратінська О. М. Психолого-педагогічні умови формування психологічного імунітету до кібербулінгу у дітей молодшого шкільного віку. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 "Психологія". – Національний університет "Острозька академія", Острог, 2026.

Дисертація присвячена теоретико-експериментальному дослідженню психолого-педагогічних умов формування психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів у вимірі їх інформаційно-психологічної безпеки.

У дисертації здійснено теоретичний аналіз поняття психологічного імунітету у вітчизняній та зарубіжній літературі, проаналізовано особливості його функціонування в молодшому шкільному віці. Визначено його співвідношення із суміжними поняттями "стресостійкість", "життестійкість", "копінг-стратегії", "резилієнс", які пов'язані з ефективними стратегіями адаптації до стресових умов. З'ясовано, що змістова наповненість психологічного імунітету молодших школярів залежить від особливостей стресора та відображає їхні особистісні якості, здібності, поведінкові стратегії та компетентності, які сприяють збереженню психологічної безпеки під час взаємодії з ним.

Проаналізовано рольову структуру, характер та форми комунікації молодших школярів у ситуації кібербулінгу, охарактеризовано його особливості порівняно з булінгом. Запропоновано класифікацію психологічних ресурсів, які забезпечують реалізацію функцій психологічного імунітету молодших школярів на етапах запобігання та протидії кібербулінгу, а також стабілізації після взаємодії з ним. Уточнено та доповнено зміст *поняття психологічного імунітету* в ситуації кібербулінгу молодших школярів як акумулятивної системи взаємодії емоційно-вольових, когнітивно-рефлексивних

та нормативно-поведінкових ресурсів, які забезпечують розпізнавання ризиків і загроз кібернасильства, збереження рівноваги в цифровому середовищі, відновлення після стресу та засвоєння нового досвіду.

З'ясовано, що *психолого-педагогічні умови* формування психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів передбачають педагогічне партнерство школи та сім'ї, наявність у вчителів та батьків учнів початкових класів розвинених певних індивідуально-психологічних характеристик (критичне мислення, рефлексивність, емоційний інтелект), поведінкових стратегій та компетентностей, які ґрунтуються на знаннях, уміннях і навичках ефективної взаємодії та добору змісту, форм і методів організації ними безпечного середовища, що включає просвіту у сфері медіаграмотності, нормативної поведінки в цифровому просторі.

Обґрунтовано критерії та показники психологічного імунітету в ситуації кібербулінгу молодших школярів. За критерієм емоційної рівноваги його емоційно-вольові ресурси характеризуються вищим за середній рівнем емоційного інтелекту (регулятивний компонент) та впевненості в собі, нижчим за середній рівнем відчуття незахищеності та недовіри, тривожності та страхів самовираження, невідповідності очікуванням інших, відносин із учителем. За критерієм *вольового контролю* ці ресурси вирізняються вищим за середній рівнем прояву рішучості, наполегливості, урівноваженості, опірності стресу. У межах критеріїв *когнітивної та метакогнітивної активності* когнітивно-рефлексивні ресурси представлені вищим за середній рівнем інтелекту, когнітивного компоненту емоційного інтелекту та рефлексивності. Відповідно до критерію *соціально-комунікативної адаптивності* нормативно-поведінкові ресурси визначаються використанням адаптивних копінг-стратегій та нижчим за середній рівнем труднощів спілкування. За критерієм *моральної нормативності* означені ресурси характеризуються вищим за середній рівнем нормативності поведінки, розсудливості, добросовісності.

У результаті констатувального етапу дослідження виявлено, що найменш розвиненими в більшості молодших школярів є емоційно-вольові ресурси,

зокрема за критерієм емоційної рівноваги, та нормативно-поведінкові відповідно до критерію соціально-комунікативної адаптивності. Досліджено, що низький, середній та нижчий за середній рівень управління власними емоціями продемонстрували 74 % респондентів. 60 % молодших школярів використовують дезадаптивні копінг-стратегії. З'ясовано, що *когнітивно-рефлексивні* ресурси є розвиненими на середньому рівні.

Емпірично обгрунтовано п'ятифакторну модель психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів, що включає фактори: “Емоційна стійкість”, “Саморегуляція”, “Самооцінка”, “Соціальна компетентність” та “Старанність”. Найбільшу частку дисперсії в моделі пояснює фактор “Емоційна стійкість” (32,22 %), який, як і фактор “Самооцінка” (7,14 %), переважно відображає *емоційно-вольові ресурси* функціонування психологічного імунітету в ситуації кібербулінгу молодших школярів. Фактор “Саморегуляція” (23,62 %) інтегрує його *емоційно-вольові, когнітивно-рефлексивні та нормативно-поведінкові ресурси*. Останні найбільшою мірою представлені у факторах “Соціальна компетентність” (5,51 %) та “Старанність” (4,45 %). Охарактеризовано значущість факторів відповідно до протидії різновидам кібербулінгу (флеймінгу, кіберхарасменту, наклепу, самозванства, аутиingu, остракізму, хейтингу, тролінгу, сталкінгу).

Кореляційний аналіз за критерієм Спірмена дозволив виявити взаємозв'язок показників психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів з показниками індивідуально-психологічних характеристик та стратегій взаємодії вчителів та батьків дітей початкових класів. Найсильніші взаємозв'язки виявлено між *критичним мисленням батьків* та управлінням власними емоціями ($r = 0,656^{**}$) й рівнем рефлексивності ($r = 0,542^{**}$) молодших школярів; між усвідомленням власних емоцій та контролем експресії дітей молодшого шкільного віку з відповідними показниками емоційного інтелекту їхніх батьків (відповідно $r = 0,929^{**}$; $r = 0,908^{**}$); рівня тривожності та інтелекту молодших школярів з копінг-стратегією “Вирішення проблем” їхніх батьків ($r = -0,523^{**}$; $r = 0,577^{**}$ відповідно). Установлено

статистично значущі зв'язки між рівнем *емоційного вигорання вчителів* і рівнем тривожності ($r = 0,205^{**}$) та страхами перевірки знань ($r = 0,393^{**}$) й взаємодії з учителем ($r = 0,258^{**}$) молодших школярів. Водночас взаємозв'язку між емоційним інтелектом молодших школярів та емоційним інтелектом і критичним мисленням вчителів не встановлено.

За допомогою кластерного аналізу виокремлено групу молодших школярів із вищим за середній рівнем показників психологічного імунітету. Ієрархічний множинний регресійний аналіз засвідчив провідну роль індивідуально-психологічних характеристик, копінг-стратегій, стилів спілкування батьків у поясненні варіативності п'ятифакторної моделі психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів порівняно з показниками вчителів початкових класів. Виявлено, що предикторами фактора «Емоційна стійкість» ($R^2 = ,823$), який має обернений напрям інтерпретації, є *критичне мислення батьків* ($B = -,107$), *їхня здатність управляти чужими емоціями* ($B = -,039$) та *стиль спілкування* «Ставлення до невдач» ($B = -,077$), а також *здатність учителів управляти власними емоціями* ($B = -,136$). 44,6 % дисперсії Фактора «Саморегуляція» прогнозується *критичним мисленням* ($B = ,018$), *здатністю розуміти власні емоції батьків* ($B = ,040$) та *здатністю контролювати експресію вчителів* ($B = ,027$). 87 % дисперсії фактора «Самооцінка» пояснюється стилем спілкування батьків «Кооперація» ($B = 0,286$), рівнем їхнього критичного мислення ($B = -,157$), а також рівнем рефлексивності вчителів ($B = ,011$). *Критичне мислення батьків* ($B = -,189$) та *їхня здатність розуміти емоції інших* ($B = ,183$), а також *уміння вчителів управляти чужими емоціями* ($B = ,059$) є предикторами фактора «Соціальна компетентність» ($R^2 = ,798$), тоді як *здатність вчителів розуміти власні емоції* ($B = ,060$) – фактора «Старанність» ($R^2 = ,176$). У зв'язку з цим психологічною умовою формування психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів визначено розвиток рефлексивності та емоційного інтелекту вчителів і батьків, а педагогічною – використання батьками стилів спілкування «Кооперація» та «Ставлення до невдач дитини». Підвищення рівня критичного

мислення батьків має позитивний прогноз у підкріпленні ресурсів емоційної стійкості й саморегуляції молодших школярів та негативний – у формуванні їхньої самооцінки та соціальної компетентності.

Запропоновано та апробовано тренінгову програму формування психологічного імунітету до кібербулінгу дітей молодшого шкільного віку. Результати контрольного етапу статистично засвідчили зміни в показниках ресурсів психологічного імунітету до кібербулінгу в учасників експериментальної групи порівняно з контрольною відповідно до визначених критеріїв. Статистично значущі зміни в учасників контрольної групи виявлено лише в показнику рівня інтелекту, що відповідає критерію когнітивної активності та може бути пояснено їхнім природним розвитком. Не зафіксовано статистично значущих змін у показниках наполегливості та врівноваженості, а також здатності управляти емоціями інших людей респондентами експериментальної групи, які характеризують критерії вольового контролю та емоційної регуляції відповідно. Не виявлено статистично значущих змін і в показнику їхньої розсудливості за критерієм моральної нормативності. Розроблено практичні рекомендації батькам та вчителям учнів початкових класів щодо зміцнення власних психологічних ресурсів (розвитку рефлексивності, емоційного інтелекту, критичного мислення, ефективних стилів спілкування) та формування психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів.

Наукова новизна дисертації полягає в тому, що:

вперше: запропоновано класифікацію психологічних ресурсів, актуальних для функціонування психологічного імунітету в ситуації кібербулінгу дітей молодшого шкільного віку; побудовано емпіричну п'ятифакторну модель психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів, яка демонструє фактори “Емоційна стійкість”, “Саморегуляція”, “Самооцінка”, “Соціальна компетентність”, “Старанність”, що ґрунтуються на взаємодії емоційно-вольових, когнітивно-рефлексивних та нормативно-поведінкових ресурсів; виявлено предиктори зазначених факторів, на основі

яких охарактеризовано психолого-педагогічні умови формування психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів; розроблено та апробовано тренінгову програму для молодших школярів та запропоновано практичні рекомендації для батьків і вчителів, спрямовані на формування психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів;

уточнено та доповнено зміст поняття психологічного імунітету в ситуації кібербулінгу молодших школярів;

набули подальшого розвитку науково-практичні підходи до організації психолого-педагогічного супроводу молодших школярів у цифровому середовищі.

Практичне значення полягає в тому, що теоретичні та емпіричні результати дослідження особливостей формування психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів увійшли до змісту навчальних дисциплін "Психопрофілактика та протидія насильству", "Комп'ютерна грамотність та кібербезпека дітей", "Методика організації інтерперсональної комунікації, запобігання булінгу в початковій освіті". Пропоновану програму формування психологічного імунітету до кібербулінгу молодших школярів можуть використовувати шкільні психологи та вчителі під час розроблення профілактичних заходів щодо організації безпечної поведінки дітей в цифровому просторі.

Ключові слова: психологічний імунітет, кібербулінг, молодші школярі, молодший шкільний вік, батьки, вчителі початкових класів, інтернет, цифрове середовище, стрес, стресостійкість, емоційний інтелект, резилієнс, саморегуляція, метакогнітивні процеси, копінг-стратегії, рефлексивність.

ABSTRACT

Ratinska O.M. Psychological and Pedagogical Conditions for the Formation of Psychological Immunity to Cyberbullying in Primary School Children. Manuscript.

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in specialty 053 «Psychology» – National University "Ostroh Academy", Ostroh, 2026.

The dissertation is devoted to a theoretical and experimental study of the psychological and pedagogical conditions for the formation of psychological immunity to cyberbullying of primary school children in the dimension of their informational and psychological security.

The dissertation provides a theoretical analysis of the concept of psychological immunity in domestic and foreign literature, analyzes the features of its functioning in primary school age. Its correlation with the related concepts of «stress resistance», «resilience», «coping strategies», «resilience», which are associated with effective strategies for adapting to stressful conditions, is determined. It is found that the content of psychological immunity of primary school children depends on the characteristics of the stressor and reflects their personal qualities, abilities, behavioral strategies, and competencies that contribute to maintaining psychological safety during interaction with it.

The role structure, nature and forms of interaction of primary school children in a situation of cyberbullying are analyzed, its features are characterized in comparison with bullying. The classification of psychological resources that support the functioning of psychological immunity in primary school children during the stages of cyberbullying prevention, counteraction, and post-exposure stabilization is proposed. The content of *the concept of psychological immunity* in a situation of cyberbullying of primary school children as an accumulative system of interaction of emotional-volitional, cognitive-reflexive and normative-behavioral resources that ensure recognition of risks and threats of cyberbullying, maintaining balance in the digital

environment, recovery from stress and assimilation of new experience is clarified and supplemented.

It was found that *the psychological and pedagogical conditions* for the formation of psychological immunity to cyberbullying in primary school children. They provide for a pedagogical partnership between school and family, the presence of teachers and parents of primary school children with certain developed individual psychological characteristics (critical thinking, reflexivity, emotional intelligence), behavioral strategies and competencies that are based on knowledge, skills and abilities of effective interaction and selection of content, forms and methods for organizing a safe environment, which includes education in the field of media literacy, normative behavior in the digital space.

The criteria and indicators of psychological immunity in the situation of cyberbullying of primary school children are substantiated. According to the criterion of emotional balance, his emotional-volitional resources are characterized by a higher than average level of emotional intelligence (regulatory component) and self-confidence, lower than average levels of feelings of insecurity and distrust, anxiety and fears of self-expression, inconsistency with the expectations of others, relationships with the teacher. According to the criterion of *volitional control*, these resources are distinguished by a higher than average level of determination, perseverance, balance, and stress resistance. Within the criteria of *cognitive and metacognitive activity*, cognitive-reflexive resources are represented by a higher than average level of intelligence, the cognitive component of emotional intelligence, and reflexivity. According to the criterion of *social-communicative adaptability*, normative-behavioral resources are determined using adaptive coping strategies and a lower than average level of communication difficulties. According to the criterion of *moral normativity*, the indicated resources are characterized by a higher than average level of normativity of behavior, prudence, and conscientiousness.

As a result of the ascertaining stage of the study, it was found that the least developed in the majority of primary school children are emotional-volitional resources, in particular according to the criterion of emotional balance, and normative-

behavioral resources according to the criterion of social-communicative adaptability. It was found that 74% of respondents demonstrated a low, average and below-average level of managing their own emotions. 60% of primary school children use maladaptive coping strategies. It was found that *cognitive-reflexive* resources are developed at an average level.

A five-factor model of psychological immunity to cyberbullying of primary school children has been empirically substantiated, which includes «Emotional Resilience», «Self-Regulation», «Self-Esteem», «Social Competence» and «Conscientiousness». The largest share of the variance in the model is explained by the factor “Emotional Resilience” (32.22%), which, like the factor «Self-Esteem» (7.14%), mainly reflects *the emotional and volitional resources* of the functioning of psychological immunity. in the situation of cyberbullying of primary school children. The factor «Self-regulation» (23.62%) integrates *emotional-volitional, cognitive-reflexive and normative-behavioral resources*. The latter are most represented in the factors «Social competence» (5.51%) and «Conscientiousness» (4.45%). The significance of factors is characterized according to the counteraction to types of cyberbullying (flaming, cyberharassment, slander, impostor, outing, ostracism, hating, trolling, stalking).

Correlation analysis using Spearman's test allowed us to identify the relationship between the indicators of psychological immunity to cyberbullying of primary school children with indicators of individual psychological characteristics and interaction strategies of teachers and parents of primary school children. The strongest relationships were found between critical *thinking of parents* and management of one's own emotions ($r = 0.656^{**}$) and the level of reflexivity ($r = 0.542^{**}$) of primary school children; between awareness of one's own emotions and control of expression of primary school children with the corresponding indicators of emotional intelligence of their parents ($r = 0.929^{**}$; $r = 0.908^{**}$, respectively); the level of anxiety and intelligence of primary school children with the coping strategy "Problem solving" of their parents ($r = -0.523^{**}$; $r = 0.577^{**}$, respectively). Statistically significant relationships were established between the level of *emotional burnout of teachers* and

the level of anxiety ($r = 0.205^{**}$) and fears of knowledge testing ($r = 0.393^{**}$) and interaction with the teacher ($r = 0.258^{**}$) of primary school children. At the same time, no relationship has been established between the emotional intelligence of younger students and the emotional intelligence and critical thinking of teachers.

Using cluster analysis, a group of primary school children with higher than average levels of psychological immunity indicators was identified. Hierarchical multiple regression analysis demonstrated the leading role of individual psychological characteristics, coping strategies, and parents' communication styles in explaining the variability of the five-factor model of psychological immunity to cyberbullying of primary school children compared to the indicators of primary school teachers. It was found that the predictors of the factor «Emotional resilience» ($R^2 = .823$), which has a reverse direction of interpretation, are *parents' critical thinking* ($B = -.107$), *their ability to manage other people's emotions* ($B = -.039$) and *the communication style «Attitude to failure»* ($B = -.077$), as well as *teachers' ability to manage their own emotions* ($B = -.136$). 44.6% of the variance of the Factor «Self-regulation» is predicted by *critical thinking* ($B = .018$), *the ability to understand parents' own emotions* ($B = .040$), and *the ability to control teachers' expression* ($B = .027$). 87% of the variance of the Factor «Self-esteem» is explained by the parents' communication style «Cooperation» ($B = .286$), the level of their critical thinking ($B = -.157$), and the level of teachers' reflexivity ($B = .011$). *Critical thinking of parents* ($B = -.189$) and *their ability to understand the emotions of others* ($B = .183$), as well as *teachers' ability to manage other people's emotions* ($B = .059$) are predictors of the factor «Social competence» ($R^2 = .798$), while *the ability of teachers to understand their own emotions* ($B = .060$) – factor «Conscientiousness» ($R^2 = .176$). In this regard, the psychological condition for the formation of psychological immunity to cyberbullying of primary school children is the development of reflexivity and emotional intelligence of teachers and parents, and the pedagogical condition is the use of communication styles «Cooperation» and «Attitude towards the child's failures» by parents. Increasing the level of critical thinking of parents has a positive prognosis in strengthening the resources of emotional stability and self-

regulation of primary school children and a negative one in the formation of their self-esteem and social competence.

A training program for the formation of psychological immunity to cyberbullying in primary school children was proposed and tested. The results of the control stage statistically confirmed changes in the indicators of psychological immunity resources to cyberbullying in the participants of the experimental group compared to the control group according to the specified criteria. Statistically significant changes in the participants of the control group were found only in the indicator of the level of intelligence, which corresponds to the criterion of cognitive activity and can be explained by their natural development. No statistically significant changes were recorded in the indicators of perseverance and balance, as well as the ability to manage the emotions of other people by the respondents of the experimental group, which characterize the criteria of volitional control and emotional regulation, respectively. No statistically significant changes were found in the indicator of their prudence according to the criterion of moral normativity. Practical recommendations have been developed for parents and teachers of primary school children on strengthening their own psychological resources (development of reflexivity, emotional intelligence, critical thinking, effective communication styles) and forming psychological immunity to cyberbullying of primary school children.

The scientific novelty of the dissertation lies in the fact that for the first time a classification of psychological resources relevant for the functioning of psychological immunity in a situation of cyberbullying of primary school children is proposed; an empirical five-factor model of psychological immunity to cyberbullying of primary school children was constructed, which demonstrates the factors «Emotional resilience», «Self-regulation», «Self-esteem», «Social competence», «Conscientiousness», which are based on the interaction of emotional-volitional, cognitive-reflective and normative-behavioral resources; predictors of the specified factors were identified, on the basis of which the psychological and pedagogical conditions for the formation of psychological immunity to cyberbullying of primary school children were characterized; a training program for primary school children

was developed and tested and practical recommendations for parents and teachers were proposed, aimed at the formation of psychological immunity to cyberbullying of primary school children; the content of the concept of psychological immunity in the situation of cyberbullying of primary school children *has been clarified and supplemented*; scientific and practical approaches to organizing psychological and pedagogical support for primary school children in the digital environment *have been further developed* .

The practical significance lies in the fact that the theoretical and empirical results of the study of the features of the formation of psychological immunity to cyberbullying in primary school children were included in the content of the academic disciplines «Psychoprophylaxis and combating violence», «Computer literacy and cyber safety of children», "Methodology of organizing interpersonal communication, preventing bullying in primary education". The proposed program for the formation of psychological immunity to cyberbullying in primary school children can be used by school psychologists and teachers when developing preventive measures to organize safe behavior of children in digital space.

Keywords: psychological immunity, cyberbullying, primary school children, primary school age, parents, primary school teachers, Internet, digital environment, stress, stress resistance, emotional intelligence, resilience, self-regulation, metacognitive processes, coping strategies, reflexivity.