Міністерство освіти і науки України
Сумська обласна рада
Департамент освіти і науки Сумської обласної державної адміністрації
Комунальний заклад Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

Факультет підвищення кваліфікації і перепідготовки

Кафедра психології

Жмурко Юлія Володимирівна

Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці

Кваліфікаційна (магістерська) робота
здобувача вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності 053 Психологія
освітньо-професійної програми Практична психологія

Науковий керівник:
Василевська Олена Іванівна,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології

Рекомендовано до захисту
рішенням кафедри психології
Протокол № 11 від «29» січня 2025 р.

Завідувач кафедри Алла ВОЗНЮК

Суми – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП ……. 3

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ ……... 6

1.1. Сутність поняття «агресія» та «агресивна поведінка» у психолого-педагогічній літературі…… 6

1.2. Психологічні особливості агресивної поведінки у підлітковому віці…….. 14

1.3. Система чинників, які впливають на прояв агресивної поведінки в підлітковому віці ……..... 23

РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ТА ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ …….. 32

2.1. Методики та процедура дослідження особливостей агресивної поведінки у підлітковому віці ……. 32

2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей агресивної поведінки у підлітковому віці та чинників, які впливають на неї ……... 40

2.3. Психологічні рекомендації для попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці ……..... 47

ВИСНОВКИ……..……..... 62

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ……..…….. 66

ДОДАТКИ ……..……...……... 74

ВСТУП

Актуальність дослідження. Геополітична ситуація, соціально-економічні негаразди, зміни ціннісних орієнтирів у суспільстві суттєво впливають на свідомість населення, його емоційний стан та поведінку. Нові умови, що формуються в нашому суспільстві, характерними рисами яких є напружена, нестабільна обстановка, соціальні та економічні негаразди, обумовлюють зростання різних відхилень у поведінці підлітків. Несформована психіка підлітків не здатна адекватно реагувати на суспільні виклики та потрясіння, наслідком чого є підвищення агресивності. Агресія та насилля у підлітковому віці одне з найактуальніших питань у сучасній психології, педагогіці, соціології та суміжних дисциплінах. Сім'я, мікро соціум однолітків чи однокласників, інформатизація та цифровізація суспільства – основні джерела, з яких підлітки отримують інформацію про моделі агресивної поведінки.

Аналіз наукової літератури та публікацій з теми дослідження зарубіжних та вітчизняних вчених дозволяє зробити висновок, що агресивна поведінка підлітків є сферою наукових інтересів зарубіжних вчених (A. Bass [62], I. Bastiaens [63], L. Bastiaens [63], L. Berkowitz [64], M. Cierpka [68], J. Dollard [66], E. Fromm [67], A. Schick [68], D. Zilmann [70]) та українських дослідників (Л.М. Балабанова [2], О.О. Блискун [6; 7], Г.Б. Варіна [29], І.О. Віденєєв [2], О.В. Волянська [12], С.В. Ворона [13], О.Ю. Дроздов [18], С.В. Мельнікова [29], Т.А. Каткова [29], О.О. Мізерна [33], О.Є. Мойсеєва [34], Р.В. Павелків [41; 42], Л.І. Романовська [56], Л.М. Руденко [48], К.В. Сергєєва [51], Л.М. Фальковська [38], К.І. Шкарлатюк [60] та інших).

Проте, незважаючи на значну кількість наукових праць з теми дослідження, окремі аспекти досліджуваного феномену, зокрема психологічні аспекти прояву агресивної поведінки підлітків, на нашу думку, на сьогодні є мало вивченими, що визначає актуальність вибору теми дослідження.

Отже, суспільна значущість проблеми та її недостатня наукова розробленість зумовили вибір **теми дослідження** «Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці».

Об’єкт дослідження – агресивна поведінка у підлітковому віці.

Предмет дослідження – особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати і емпірично визначити особливості агресивної поведінки у підлітковому віці та розкрити психологічні умови її попередження та подолання.

Відповідно до об'єкта, предмету і поставленої мети дослідження було виокремлено наступні **завдання дослідження:**

1. Визначити суть поняття «агресивна поведінка».

2. Проаналізувати основні підходи щодо визначення змісту агресивної поведінки.

3. Розкрити особливості агресивної поведінки у підлітковому віці та охарактеризувати чинники, які впливають на неї.

4. Дослідити особливості агресивної поведінки у підлітковому віці та чинники, які впливають на неї.

5. Розробити психологічні рекомендації для попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний аналіз та синтез, систематизація, порівняння і узагальнення даних наукових джерел); емпіричні методи (тестування, стандартизовані методики); методи обробки та інтерпретації даних (метод описової статистики, кількісні та якісні із застосуванням методів математичної статистики); вивчення та систематизація методів, засобів та прийомів психологічного навчання.

Теоретичне значення результатів дослідження полягає у розкритті специфіки агресивної поведінки у підлітковому віці; виокремленні та характеристиці чинників, які впливають на агресивноу поведінку у підлітковому віці**.**

Практичне значення наукового дослідження полягає у тому, що розроблені рекомендації будуть сприяти попередженню та подоланню агресивної поведінки у підлітковому віці. Апробований у дослідженні методичний інструментарій може стати основою моніторингу особливостей агресивної поведінки у підлітковому віці.

Апробація результатів дослідження. Наукові здобутки науково-дослідної роботи були представлені на науково-практичних заходах різного рівня: VII Міжнародна науково-практична конференція «Інноваційні технології в роботі практичного психолог (Суми, 30.05.2024); II Всеукраїнський науково-практичний семінар «Актуальні питання практичної психології в умовах сьогодення» (Суми, 23.01.2025).

Основні результати дослідження обговорювалися на засіданнях кафедри психології та опубліковані у наукових статтях:

1. Жмурко Ю. В. Теоретичний аспект дослідження проблеми агресивної поведінки у підлітковому віці. *Психологічний супровід учасників освітнього процесу: Інноваційні технології в роботі практичного психолога* (матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції, 30 травня 2024 року, м. Суми) / за заг. ред. А. В. Вознюк, О. Ю. Василеги. [у 2-х ч.]. Ч. 2. Суми: НВВ КЗ СОІППО, 2024. С. 93–96.

2. Жмурко Ю.В. Особливості агресивної поведінки у підлітковому віці та шляхи її попередження та подолання. *Актуальні питання практичної психології в умовах сьогодення: збірник наукових праць II Всеукраїнського науково-практичного семінару* «Актуальні питання практичної психології в умовах сьогодення» (23 січня 2025 р., м. Суми) / за заг. ред. А. В. Вознюк, О. Ю. Василеги. Суми: НВВ КЗ СОІППО. 2025., С. 90–94.

Структура і обсяг курсової роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків та списку використаних джерел, що нараховує 70 найменувань, з них 10 – іноземною мовою. Загальний обсяг роботи становить 78 сторінок, основний зміст викладено на 65 сторінках. Робота містить 4 таблиці, 11 рисунків та 4 додатки.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Сутність поняття «агресія» та «агресивна поведінка» у психолого-педагогічній літературі

Актуальним напрямком психолого-педагогічної науки є феномен агресивної поведінки. Ураховуючи суспільні та соціальні процеси, що відбуваються в Україні та світі особливо актуально дане питання постає у підлітковому віці. Агресивна поведінка підлітків знаходиться на перетині предметних полів психології, соціології, біології, педагогіки та має міждисциплінарний характер.

У дослідженні Н.М. Савіної та О.І. Петрова зазначено, що термін агресія походить з латині «agressio» та перекладається, як напад або наступ [49, с.8]. Слід зазначити, що лише у психології XXI століття «агресія», як психологічний феномен почала розглядатися саме як переважна атакуюча та ворожа поведінка. Поштовхом до цього стали праці William James та William James, у яких зазначено, що агресія зумовлена інстинктом ворожості та є однією з базових потреб особистості.

Аналіз психологічної та психолого-педагогічної літератури з теми дослідження, дозволяє зробити висновок про наявність чотирьох ключових стратегій вивчення, інтерпретації та трактування понять «агресія», «агресивна поведінка» та похідних від них, а саме:

біологічний напрям, прихильники якого (Sigmund Freud, Erich Fromm, Konrad Lorenz) розглядають агресію, як вроджений інстинкт. У психологічній літературі даний напрям відомий також як інстинктивна теорія;

соціальний напрям, прихильники якого (Albert Bandura, Arnold Buss) розглядають агресію, як результат соціального навчання. У психологічній літературі даний напрям відомий також як теорія соціального навчання (научіння) або соціально-когнітивна теорія;

гомеостатичний напрям, прихильниками якого є зокрема John Dollard, Neal Elgar Miller, Leonard Berkowitz агресію розглядають як відповідь на фрустрацію. Даний напрям також відомий як теорія «фрустрація – агресія»;

біохімічний напрям, трактує агресію як результат впливу біохімічних факторів.

Прихильники *біологічного напряму*, як правило, розглядають «агресію», як «генетичну властивість». У ранніх працях Sigmund Freud зазначено, що агресія – це реакція особистості на блокування інстинкту *«Ерос»,* який у свою чергу виникає під впливом підсвідомих сексуальних проявів. У інших працях (пізній період) Sigmund Freud акцентована увага на наявності підсвідомого прагнення до агресії та аутоагресії, що викликані наявністю інстинкту «*танатосу*» (підсвідомий потяг до руйнування та смерті). Агресію з погляду неофрейдизму розглядає Erich Fromm, у працях якого зазначено, що у організмі людини постійно відбувається накопичення агресивної енергії, вивільнення якої відбувається під впливом зовнішніх факторів [67].

У типології агресії, запропонованої Е. Фроммом всі агресивні дії поділено на два основні категорії: *біологічно адаптивна агресія («доброякісна»)* та *неадаптивна жорстокість («злоякісна») агресія*. Неадаптивна жорстокість не виконує жодних біологічних функції та у першу чергу спрямована на шкоду і руйнування, що притаманно лише людини. Біологічно адаптивна агресія це реакція організму на певні загрози, порушення потреб та інтересів індивіда, відповідно вона загасає, щойно зникає загроза життю та здоров'ю людини. Учений виділив 8 різновидів агресивної поведінки: ігрове та реактивне насилля, причинами яких загроза, небезпека або фрустраційна потреба; ворожість, насилля заради помсти, деструктивність, компенсаторне насилля, садизм та архаїчна жага крові.

Основоположник теорії *соціального навчання* Albert Bandura пояснює агресію як надбане ц процесі культурної трансформації явище, що є соціально обумовленим. На рис. 1.1. представлено механізм виникнення окремих видів поведінки особистості, у тому числі й агресивної під впливом

соціальних факторів. Отже, агресивна поведінка, на думку американського дослідника українського походження Albert Bandura є результатом внутрішніх та зовнішніх чинників, які є наслідком складних дій, що потребують всебічного навчання.

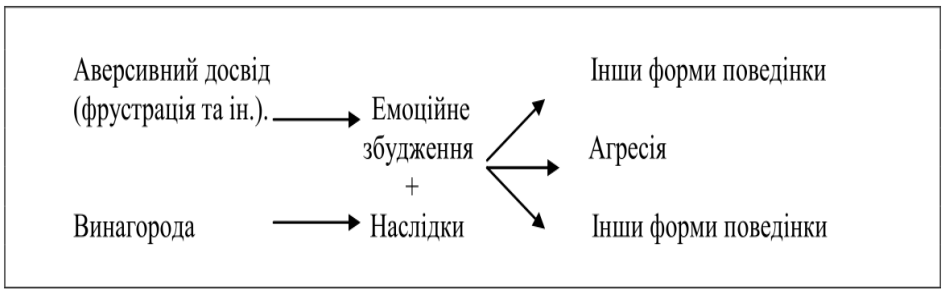


Рис. 1.1. Теорія «соціального навчання» Albert Bandura (створено автором на основі [61])

Актуальність даної концепції, у контексті даного наукового дослідження пояснюється тим, що підліткове середовище фактично є соціальним вакуумом. Отже, можемо стверджувати, що агресія виникає саме у наслідок різних аспектів соціальної (міжособистісної) взаємодії, що визначає форми агресії та їх спрямованість. Слід зазначити, що у відповідності до концепції соціального научіння регулярне, активне використання агресивних дій є одним з чинників удосконалення та посилення сили мотивації.

John Dollard та Neal Elgar Miller – прихильники третього напряму вивчення агресії та агресивної поведінки, а саме *теорії «агресія – фрустрація»* у 1939 році опублікували дослідження «Frustration and Aggression» [66] та описали агресивну поведінку, як поведінкову реакцію на фрустрацію. Сам термін «*Frustration*» вчені розглядають як розпад, крах, зрив планів. У сучасній психолого-педагогічній літературі фрустрація розглядається переважно як втручання у дії, напрямлені на досягнення певної мети. Загальний механізм виникнення агресії у відповідності до теорії «фрустрація – агресія» включає стимул (S), яким виступає фрустрація → потяг до агресії → реакцію (R), яка проявляється у вигляді агресії чи агресивної поведінки.

У більш пізніх дослідженнях Neal Elgar Miller зазначав, що агресія та агресивна поведінка є лише однією з можливих відповідей на фрустрацію. На рисунку 1.2 представлено механізм виникнення агресивної поведінки у відповідності до теорії «фрустрація – агресія».

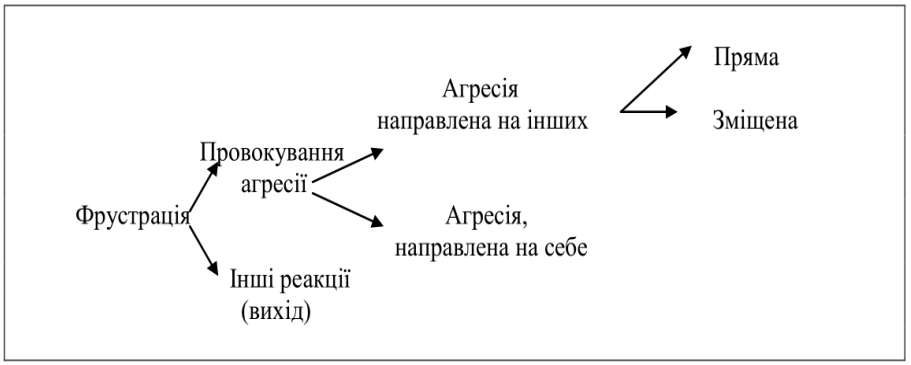


Рис. 1.2. Механізм агресивної поведінки за Neal Elgar Miller (створено автором на основі [67])

Поштовхом до розширення теорії «фрустрація – агресія» та гомеостатичного напряму дослідження агресії та агресивної поведінки стали праці Leonard Berkowitz [64], що були опубліковані у 60-80 роках XX століття. Шляхом об'єднання наукового доробку John Dollard, Neal Elgar Miller та Konrad Lorenz дослідник змістив акценти на когнітивні та емоційні процеси, запропонувавши спочатку концепцію «Concept of triggers» (запускаючих стимулів), а у більш пізніх працях концепцію «Concept of associative connection» (асоціативного зв'язку).

Відповідно до запропонованих концепцій Leonard Berkowitz фрустрація виступає стимулом до агресивних дій, агресії чи агресивної поведінки лише у тому випадку, коли або усвідомлюється особистістю як негативна емоція, або виступає такою (наприклад змість чи страх). Щодо стимулів-подразників, то їх наявність взагалі не є обов'язковою умовою для виникнення агресії.

Фрустраційна або конфліктна ситуація, у залежності від способу поведінки особистості може спричинити опосередкований, вербальний або фізичний вид агресії.

Новітні наукові відкриття та дослідження у галузі нейропсихології, біохімії та психогенетики стали поштовхом до вивчення впливу біохочічних факторів на особливості виникнення агресії та агресивної поведінки. Це у свою чергу започаткувало *біохімічний напрям* дослідження агресії. Так, на думку Dolf Zillmann [70] саме генетичні фактори є ключовими у агресивній поведінці особистості. Excitation-transfer theory (теорія переносу збудника) Dolf Zillmann базується на тому, що стан збудження є головним фактором агресії. В основі класифікації, запропонованої Dolf Zilmann, – позиція агресора стосовно жертви і їхні взаємини за схемою «стимул – реакція». Дослідник виділяє вісім типів агресивної поведінки, характеристика яких представлена у таблиці 1.1.

Таблиця 1.1.

Типи агресивної поведінки за Д. Зільманном [70]

№ з/п	Тип агресивної поведінки	Характеристика
1	2	3
1.	Наступальна агресія	нанесення суб'єктові психічних або фізичних ушкоджень, який не застосовував до агресора насильства
2.	Захисна агресія	нанесення ушкоджень у відповідь на насильство
3.	Відповідна агресія	нанесення ушкоджень із метою помсти
4.	Спровокована агресія	напад на атакуючого для провокації його на відповідні дії
5.	Неспровокована агресія	напад на жертву без причин, створених жертвою
6.	Агресія, викликана подразненням	агресивні дії для розрядки й зняття подразнення
7.	Спонукальна агресія	агресивні дії з метою одержання зовнішньої стимуляції
8.	Санкціонована агресія	агресивні дії в ім'я соціальних норм і таких, що не виходять за їхні рамки

Слід зазначити, що запропоновані напрями дослідження феномену «агресії» та «агресивної поведінки» з одного боку можуть суперечити один одному (для прикладу, біохімічний та соціальний), так і доповнювати одна

іншу (для прикладу біологічний та соціальний напрям). В останньому випадку йдеться про *біосоціальну природу* агресії. Прихильником даного напряму психологічних досліджень є Abraham Maslow, учений зазначає, шо що джерелом агресії можуть бути біологічні фактори, незадоволення базових потреб, культурне середовище чи середовище навчання.

Отже, детально проаналізуємо дефініцію понять «агресія» та «агресивна поведінка» у зарубіжній та українській психологічній думці.

Єдиного трактування термінів «агресія» та «агресивна поведінка» у психолого-педагогічній літературі немає, ураховуючи складність та багатогранність даного феномену. У контексті даного дослідження, слід закцентувати увагу, що у залежності від стратегії вивчення питання «агресії» та «агресивної поведінки» дефініція понять та механізм виникнення даного феномену суттєво відрізняється.

Одне з перших трактувань поняття «агресія» представлено у ранніх працях Sigmund Freud, де зазначено, що агресія є вродженим інстинктом людини, відповідно її не можна позбутися. Схожим є трактування досліджуваного поняття у працях Konrad Lorenz, який багато у чому погоджується з Sigmund Freud та зазначає, що витоки агресії лежать у вродженому інстинкті боротьби за виживання. Подібність трактувань поняття «агресія» зазначеними вище дослідниками пояснюється тим, що вони є прихильниками біологічного напряму вивчення феномену агресії.

У праці «Aggression: its causes, consequences, and control» Leonard Berkowitz [64] агресія розглядається через призму гомеостатичного напряму вивчення феномену агресії, а сам термін трактується як будь яка форма поведінки, яка націлена на завдання будь-кому фізичної чи психологічної шкоди. Слід зазначити, що Leonard Berkowitz, Elliot Aronson, David G. Myers, Heinz Heckhausen, Arnold Herbert Buss розглядають агресію як негативне психологічне явище, спрямоване на заподіяння шкоди. Arnold Herbert Buss [62] розглядає агресію як реакцію особистості, унаслідок якої інший суб’єкт отримує больові стимули або шкоду. Heinz Heckhausen акцентує увагу та те,

що агресія спрямоване не лише на заподіяння фізичної шкоди, а й порушує психологічну цілісність іншої особистості чи групи людей.

Leonard Berkowitz обґрунтував наступну послідовність складників агресивної поведінки у відповідності до концепції «фрустрація – агресія»: 1) індивід блокується у досягненні поставленої мети; 2) виникає стан фрустрації, що у свою чергу викликає почуття гніву; 3) гнів зумовлює готовність до агресивної поведінки. У залежності від способу поведінки у фрустраційній чи конфліктній ситуації виділяють: вербальний, фізичний та опосередкований види агресії. Дослідник зазначає, що у ситуаціях, які стимулюють агресивну поведінку особистість завжди знаходиться у стані боротьби, що пов'язано з агресивними думками, спогадами попереднього досвіду та поведінковими проявами, тому пізнавальний компонент передбачає оцінювання початкової ситуації, варіанти розвитку подій, їх наслідки; аналіз минулого досвіду та соціальних норм.

Слід зазначити, що окремі дослідники розглядаючи поняття «агресія» виокремлюють також позитивні риси. Зокрема, у дослідженні М.Д. Вовканич з посиланням на праці Bender L. зазначено, що «… агресія це тенденція наближення до об'єкта або віддалення від нього» [11, с. 34]. У цьому ж дослідженні, посилаючись на працю канадського психолога Allan Urho Paivio, зазначено, що агресія розглядається як «…внутрішня сила, що дає людині можливість протистояти зовнішнім силам» [11, с. 34].

Отже, у зарубіжній психологічній думці поняття «агресія» трактується переважно, як негативна якість особистості спрямована на заподіяння шкоди. Відмінності у трактуванні означеного феномену, на нашу думку, можна пояснити міждисциплінарністю досліджень та стратегіями вивчення особливостей агресивної поведінки, що у свою чергу призводить до різного змісту, який вкладають дослідники у дане поняття.

Слід зазначити, що, агресія розглядається з одного боку, як спрямованість особистості, тобто конфігурація поведінки (Leonard Berkowitz,

Robert Baron, Deborah Richardson), з іншого боку, як психологічна якість особистості в основі якої ворожість (Arnold Herbert Buss, John Dollard).

Аналіз вітчизняних дисертаційних досліджень, авторських та колективних монографій, наукових статей та публікацій присвячених агресивній поведінці в цілому та особливостям прояву агресивної поведінки у підлітків, зокрема дозволив виокремити такі базові поняття як: «агресія», «агресивність», «агресивна поведінка». Детально проаналізуємо їх.

Під терміном агресія К.В. Сергеєва розглядає «…модель поведінки, а не емоцію, мотив чи установку» [52, с.19], агресивність на думку вченої це «…ситуативний психосоціальний стан, що виникає безпосередньо перед або під час агресивних дій» [52, с.20], а агресивна поведінка це «…стійкі, постійно повторювані агресивні дії, що виникають внаслідок незадоволення потреб особистості, внутрішнього конфлікту, загрози життю чи інших ситуацій, що є фрустраційними для конкретної особистості» [52, с. 20]. Дослідниця виділяє чотири типи агресії: деструктивна, позитивна, ініціативна та оборонна, що представлено на рисунку 1.3.



Рис. 1.3. Класифікація типів агресії за К.В. Сергеєвою (створено автором на основі [52])

Важливими, у контексті даного наукового дослідження є трактування терміну агресивність запропоновані українськими дослідниками

Е.В. Крайніковим та Л.М. Фальковською. Е.В. Крайніков трактує агресивність як «… психічне явище, що виражається у порушенні соціальної поведінки дитини» [28, с. 23], О. Оникійчук та Л.М. Фальковська стверджують, що агресивність є «… соціально-психологічною властивістю, яка формується під час соціалізації особистості» [38, с.28]. Л.І. Гуцуляк розуміє «… дії, що мають на меті заподіяння моральної або фізичної шкоди іншим, а саме − це поведінка, яка орієнтована на нанесення образи, або шкоди іншій людині чи предмету [17, с. 22]. Л.М. Руденко агресивну поведінку розглядає, як «форма соціальної поведінки, що характеризується спрямованістю на заподіяння іншим моральної або фізичної шкоди, детермінована зовнішніми соціальними і внутрішньо-особистісними факторами зі складною структурою» [48, с.420]. На підставі факторного і кореляційного аналізу Л.П. Руденко визначила чотири профілі агресивної поведінки: «уразливий», «уразливо-мстивий», «демонстративно-азартний» та «владний» [48, с.422]. О. Коваль визначає агресивну поведінку «…форму деструктивної та мотивованої поведінки, яка порушує правила та норми суспільства та може заподіяти шкоду як живим, так і неживим об’єктам. Це може призвести до психологічних та фізичних наслідків, які викликають дискомфорт або збиток для людей» [25, с. 13]

Отже, в українській психолого-педагогічній літературі, незважаючи на певні розбіжності трактують поняття «агресія» як окремі агресивні дії або вчинки, що у першу чергу направлені на нанесення шкоди іншій особі чи об’єкту, які не бажають такого ставлення. Під поняття «агресивність», як правило, розглядають відносно стійку властивість особистості, що проявляється в готовності до агресивних дій. Агресивність межує з поняттями ворожості та жорстокості. Отже, можемо зробити висновок, що ключовою відмінністю між «агресією» та «агресивністю», є те що агресію більшість дослідників розглядають як дію (поведінку), а агресивність – це властивість особистості.

1.2. Психологічні особливості агресивної поведінки у підлітковому віці

Для дослідження особливостей агресивної поведінки у підлітковому віці вважаємо доцільним коротко охарактеризувати особливості підліткового віку.

Підлітковим у відповідності до фізіологічної періодизації, ухваленої International Symposium on Age Physiology прийнято вважати вік 13-16 років у хлопчиків та 12-15 років у дівчаток. World Health Organization підлітками вважає осіб у віці 10-20 років. Автором однієї з перших праць, що стосуються особливостей підліткового періоду є американський психолог Granville Stanley Hall, у дослідженнях якого зазначалося, що психологічні особливості підлітків пояснюються статевим дозріванням., Проте чіткі вікові межі підліткового віку у роботах автора відсутні.

У віковій періодизації американського психолога Erik Erikson шкільний вік (6-12 років) характеризується почуттям некомпетентності та неповноцінності, а також сумнівами у своєму статусі серед однолітків. Юність – це вік 12-13 – 19-20 років, що характеризується ключовими змінами у психосоціальному розвитку особистості. E. Erikson розглядав підлітковий вік і юність як центральний період для вирішення завдання особистісного самовизначення, досягнення ідентичності. Основна особливість підліткового віку – це перехідний етап від дитини до зрілої особистості. Підлітковий вік супроводжується найбільш поміткою віковою кризою, головним фактором якої є пубертат. У психологічній літературі зазначено, що головним новоутворенням у підлітковому віці є почуття дорослості. Erik Erikson, зазначає, що у підлітковому віці головним почуттям ідентичності стає «Хто я?», «Ким я хочу бути?».

У Piaget's theory of cognitive development (Теорія когнітивного розвитку Жана Піаже), що була запропонована швейцарським психологом Jean Piaget період розвитку 12-15 років визначено як стадія формальних операцій. Саме у цьому віці підлітки осмислюють моральні проблеми та міркують про

майбутнє, тобто відбувається формування «Я концепції». Даний період характеризується егоцентричністю мислення та переважанням категорії бажаного, а не реального.

Eduard Spranger у праці «Psychologie des Jugendalters» межами підліткового віку для дівчат визначає 13-19 років, у хлопців – 14-21 рік. James E. Birren зазначає, що підлітковий вік це період у віці 12-17 років. Відповідно до епігенетичної концепції розвитку особистості Erik Homburger Erikson підлітковий вік (передпубертат до 12-13 років та рання юність до 19-20 років, що відповідають стадіям психологічного розвитку) характеризується «кризою ідентичності», як головною ідентичністю підліткового віку. За класифікацією David Bromley людське життя розглядається як сукупність п'яти циклів, юність (підлітковий вік) це період з 11 до 15 років.

У чинному законодавстві України, зокрема Наказі МОЗ № 465 від 12 грудня 2002 року зазначено, що підлітки це діти 15-17 років включно [45]. У сучасній українській психологічній літературі підлітковий вік охоплює період «…від 11-12 до 14-15 років, …в особистості дитини відбуваються складні суперечливі зміни» [50, с. 192], інші автори зазначають, що підлітковий вік «…охоплює період з 10-11 до 15-17 років» [3, с. 8]. У підлітковому віці автори виділяють «…два стабільних періоди та три перехідних: між молодшим школярем і підлітком, між молодшим і старшим підлітком, між підлітковістю і ранньою юністю» [3, с. 9], що представлено у таблиці 1.2.

Таблиця 1.2.

Періодизація психологічного розвитку підлітка [3, с. 10-11]

з/п	**пора**	**Період (роки життя)**	**Провідний тип діяльності**		**Центральне новоутворення розвитку**
			Діяльність, що орієнтується на норми відносин між людьми	**Діяльність, у якій засвоюються суспільно-вироблені дії з предметами**	
		3	4	5	6
	Перший підлітковий (передпідлітковий)		Випробування усвідомленого рівня довільності у вигляді автономної соціальної поведінки.		Потреба бути і здаватися дорослим на основі

	перехідний період (10-11 років)				усвідомленої автономної дії.
	підлітковість	Молодший підліток (10-11 – 12-13 років)	Спілкування та взаємодія з ровесниками на основі конструювання та випробування соціальних відносин.		Переживання дорослості, задане їй міфологізованим ідеалом.
		Другий підлітковий перехідний період (12 – 13 років)	Конструювання ідеалу майбутньої дорослості у процесі формального та неформального спілкування.		Усвідомлення та вдосконалення власного ідеалу майбутньої дорослості.
		Старший підліток (12-13 – 15-16 років)		Кількісне накопичення досвіду конструювання матеріального та духовного світу (спілкування виконує функцію перевірки на всіх етапах).	Почуття дорослості, задане власними ідеальним майбутнім, «Я-концепція».
	Третій підлітковий (післяпідлітковий) перехідний період (15 – 16 років)		Спілкування та взаємодія на основі конструювання світогляду		Усвідомлення особистісного рівня дорослості, формування світогляду, розуміння дієздатності.

Р.В. Павелків зазначає, що «… інтимно-особистісне спілкування з однолітками це провідна діяльність» [42, с. 226], «підлітковим прийнято вважати період розвитку дітей від 11-12 до 15-17 років» [42, с. 229], в іншому дослідженні автора зазначено, що «психологи умовно розділяють підлітковий вік на два періоди: власне підлітковий (11–15 років) та ранній юнацький (16–19 років)» [41, с.486]. В.М. Поліщук зазначає «Своєрідність вікового інтервалу 10–14 (15) років характеризується умовним розподілом на дві частини: до і після 13 років. Криза 13 років, відображає початок підліткового віку» [44, с. 151].

Основна детермінанта почуття дорослості: бажання самоствердження, яке має соціальні (спорт, шкільне навчання, суспільно корисна праця тощо) та асоціальні прояви (бійки, бойкот, лихослів’я, елітаризм тощо). Основні лінії розвитку вступу в дорослість на думку В.М. Поліщук є: 1) конфліктна –

підліток залишається на рівні статусу молодшого школяра, унаслідок чого домагається розширення передусім прав, а не обов'язків; 2) порівняно безконфліктна (прихована) – розширення дорослими прав і обов'язків підлітка, повага до його самостійності, зміна методів категоричних переконань, наказів на поради і прохання (часто перетворюється на взаємну гру, коли обидва суб'єкти знають взаємну тактику і приховано або відверто насміхаються один з одного); 3) безконфліктна – пригнічення дорослими дитини або, навпаки, безконтрольність [44, с. 156].

Незважаючи на різні періодизації розвитку, більшість теорій та дослідників виокремлюють близькі вікові рамки. В розумінні хронологічних меж цих періодів немає єдиної думки. Слід зазначити, що хронологічні межі підліткового віку можуть зсуватися, відповідно одна дитина вступає в нього раніше, інша – пізніше.

Аналіз психолого-педагогічної літератури з теми дослідження дозволяє виокремити наступні психофізичні особливості підлітків: 1) формування нового образу «Я», що характеризується зміною системи поглядів, набуттям особистісної ідентичності, появою тенденцій до особистісного зростання та особистісної рефлексії; 2) психологічна залежність від однолітків, що обумовлює появу мотивів самоствердження, потребу у визнанні, нестійку самооцінку та залежність від думки однолітків. У підлітковому віці стосунки з батьками втрачають свою актуальність, на перший план виходять взаємини з однолітками; 3) швидкий та нерівномірний розвиток систем організму (опорно-рухової, кровоносної, перепади м'язового і судинного тонусу). Інтенсивне збільшення маси та довжини тіла з 14 років у хлопців, та стабілізація у дівчат з 12 років; 4) бурхливий розвиток ендокринної системи, що супроводжується гормональними змінами («гормональна буря») в організмі підлітків, переважання процесів збудження над процесами гальмування в організмі; 5) висока сензитивність до опанування прав та обов'язків, прагнення незалежності та самостійності у прийнятті рішень.

Отже, фізичні, психологічні, розумові, моральні, соціальні зміни в організмі визначають перехід від дитинства до дорослості.

Ураховуючи особливості підліткового віку, слід зазначити, що основними віковими особливостями даного періоду є: психофізіологічні, психологічні та соціально-психологічні зміни. О.Ю. Дроздов зазначає, що недостатня сформованість свідомості та «Я-концепція» провокують пошук меж дозволеного, зокрема і через агресивну поведінку [18, с. 39]. У дослідженні Т.Д Щербань акцентовано увагу на тому, що «…підлітки стикаються з постійними конфліктами та труднощами адаптації до раптового зростання сексуального та агресивного збудження» [69, с. 424]. І.В. Зайченко зазначає, що характерною особливістю підліткового віку є: зниження можливості пізнавальної діяльності, стомлюваність, підвищена нервовість, агресивність [20].

У теорії соціального навчання (Albert Bandura), зазначено, що агресивна поведінка засвоюється в процесі соціалізації, тобто відбувається вивчення людської поведінки спираючись на певний зразок. Оскільки, у підлітковому віці головним почуттям ідентичності стає «Хто я?», саме наслідування прикладів, кумирів, осіб старшого віку, що мають авторитет для підлітка може бути одним із чинників, що впливають на прояви агресивної поведінки.

Підлітковий вік як для хлопців, так і для дівчат характеризується циклічними періодами з більш високим і більш низьким рівнем прояву агресивної поведінки. Так встановлено, що у хлопчиків є два піки прояву агресії: 12 років і 14-15 років. У дівчат найбільший рівень прояву агресивної поведінки відзначається в 11 років і в 13 років. Типовою для підліткового віку є *прояви полісемантичної (різнопланової) насильницької поведінки.*

Отже, більш детально схарактеризуємо особливості прояву агресивної поведінки у підлітковому віці.

Одним з проявів агресивної поведінки у підлітковому віці є погіршення взаємовідносин з однолітками, батьками, учителями. Агресивна поведінка, у

підлітковому віці формується переважно як форма протесту проти непорозуміння з дорослими та через незадоволення своїм положенням у суспільстві.

Аналіз психологічної та психологічної літератури з теми дослідження дозволяє зробити висновок, що підлітковий вік характеризується періодами підвищеної агресії чи агресивної поведінки та періодами з більш низьким рівнем їх прояву. Для хлопчиків піковим віком прояву агресії є 12 років та 14-15 років, для дівчат (враховуючи особливості статевого дозрівання) під агресивної поведінки припадає на 11 та 13 років. У цей період для обох статей характерним є посилення негативізму, збільшення частоти проявів жорстокості, агресивності, демонстративної поведінки по відношенню до дорослих (як батьків, так і вчителів). У віці 12-14 років (хлопці) та 11-13 років (дівчата) особливо вираженим стає негативізм, як по відношенню до себе, так і стосовно близького оточення. Зростає фізична та вербальна агресія, непряма агресія менш виражена. Післяпідлітковий вік (15-16 років) або ж третій перехідний період характеризується переважанням вербальної агресії. Фізична та непряма агресія та рівень негативізму проявляється менш суттєво у порівнянні з молодшим та старшим підлітковим віком. Загалом підлітковий вік та його перехідні періоди характеризуються чітко вираженою динамікою всіх форм агресії від молодшого до старшого підлітка.

Порівняння ступеня проявів різних компонентів агресивної поведінки у хлопців та дівчат, дозволяє зробити висновок, що хлопці від природи є більш агресивними. У дослідженні І.С. Нечітайло на основі проведених польових досліджень встановлено, що «…дівчата-підлітки більш схильні до вираження ворожості, ніж хлопці. Схильність до фізичних провів агресивності (бурхливого вияву злості тощо) притаманна однаково як хлопцям, так і дівчатам, причому, на рівні, що є вищим за норму» [37, с. 989].

У дослідженнях A. Bandura та W.R. Miles зазначено, що поведінку у підлітків можна класифікувати як «пасивну меланхолію» та «агресивний

самозахист». Характерним для підліткового віку також є те, що агресивна поведінка має певну ієрархію, а статус «кривдник» та «жертва» є динамічним.

У науковій літературі [2; 6; 7; 18; 38; 39; 51; 52], спираючись на польові дослідження зазначено, що більш схильними до проявів фізичної агресії є цілеспрямовані, активні, схильні до ризику та креативних ідей підлітки. Як правило ці підлітки більш розкуті, самовпевнені, товариські, прагнуть до суспільного визнання та мають лідерські якості. Проте, з одного боку позитивні якості особистості є детермінантами агресивної поведінки. Цілеспрямовані, вмотивовані підлітки люблять демонструвати свою силу та владу, домінувати над іншими та неспроможні стримувати бажання задовольнити власні потреби. Досягнення мети для таких підлітків є ключовим, тому окремі дії можуть бути агресивними та непродуманими.

Підлітки з підвищеною тривожністю, невпевненістю, заниженою самооцінкою, психологічною неврівноваженістю та вразливістю більш схильні до прояву вербальної агресії. Стан напруження у них виникає через внутрішньо-особистісний конфлікт. Унаслідок постійної напруги ставлення до оточуючих стає більш ворожим та проявляється в агресивних вербальних формах.

Прояви непрямої агресії притаманні підліткам зі слабким самоконтролем та надмірною імпульсивністю. Такі підлітки як правило недостатньо соціалізовані та не усвідомлюють причинно-наслідкові зв’язки своїх дій. Прояви негативізму характерні для підлітків, що мають підвищену вразливість або ж відрізняються егоїзмом. Для таких підлітків будь-який подразник може спричинити протест.

Відповідно до міждисциплінарної класифікації агресії, її класифікують *за механізмом виникнення* (свідома, несвідома, афективна та індуційована), *по відношенню до об’єкту впливу* (пасивна та активна), *по спрямованості* (соціально-, гетеро- і аутоорієнтована), *по масовості суб’єкту та об’єкту* (індивідуальна, групова, масова) та *за правовою орієнтацією* («законна» та незаконна).

При аналізі агресивної поведінки підлітків та молоді, інтерес викликає класифікація типів агресії, яка пропонує розділяти агресію підлітків на три основних типи – *ситуативно* та *мікросоціально обумовлена агресія* та *патологічна агресія*.

Ураховуючи всі розглянуті вище підходи було складено таблицю класифікації видів агресії (таблиця 1.3).

Таблиця 1.3.

Класифікація видів агресії

№ з/п	Класифікація	Вид агресії	Характеристика
1	2	3	4
1.	За спрямованістю на об’єкт	Гетероагресія	спрямованість на оточення: побої, погрози, образи, ненормативна лексика.
		Аутоагресія	спрямованість на себе: саморуйнування аж до самогубства.
2.	За метою	Інструментальна агресія	здійснюється як засіб досягнення певного результату: спортсмен, що домагається перемоги; дитина, що голосно вимагає від матері, щоб вона купила іграшку.
		Цільова (мотиваційна) агресія	виступає як заздалегідь спланована дія, мета якої – завдання шкоди об'єкту.
3.	За причиною виникнення	Реактивна агресія	реакція у відповідь на якийсь зовнішній подразник.
		Спонтанна агресія	з'являється без видимої причини, зазвичай під впливом якихось внутрішніх імпульсів (накопичення негативних емоцій, неспровокована агресія при психічних захворюваннях).
4.	За відкритістю проявів	Пряма агресія	направлена безпосередньо на об'єкт, що викликає роздратування, тривогу або збудження: відкрите хамство, застосування фізичної сили або загрози розправи
		Непряма агресія	звертається на об'єкти, що безпосередньо не викликають роздратування, але зручніші для прояву агресії (вони доступні і прояв агресії на їх адресу безпечний).
5.	За формою проявів	Вербальна	виражена в словесній формі: погрози, образи, зміст яких прямо говорить про наявність негативних емоцій і можливості

			нанесення морального і матеріального збитку супротивникові.
		Вербальна	проявляється невербальними засобами: жестами, мімікою, інтонацією голосу і ін.

Таким чином, усі види та форми агресивності мають одну спільну рису: вони викликані спробами контролювати ситуацію, впливати на неї з метою вдосконалення або себе, або свого оточення, включаючи близьких людей. Реакція у вигляді агресивної поведінки приводиться в дію вродженими і набутими механізмами, деякою внутрішньою мотивуючою силою.

Отже, агресивна поведінка підлітків переважно спрямована проти дорослих або родичів та виражається у ворожості, словесних образах, негативізмі. Слід зазначити, що агресивна поведінка у підлітковому віці, як правило, є реакцією на викликано фізіологічні зміни організму або ж процес соціалізації.

1.3. Система чинників, які впливають на прояв агресивної поведінки в підлітковому віці

Агресія та агресивна поведінка у підлітковому віці є сферою наукових інтересів багатьох українських учених, оскільки дане явище є складним та багатогранним. У сучасній психологічній періодиці зазначено, що агресивна поведінка у підлітковому віці обумовлена низкою чинників. Зокрема це особливості індивідуального розвитку, особливості процесу соціалізації, у тому числі неадекватна соціалізація або ж відсутність соціалізації, результат некомпетентних дій дорослих. Агресивна поведінка підлітків – багатофакторне явище, що має низку детермінантів, тобто сукупність причин, що обумовлюють таку поведінку чи визначають її характер чи окремі риси. Необхідно також зазначити, що підлітки це окрема соціально-вікова група, для якої характерна певна специфіка поведінки.

В особистісних характеристиках підлітків агресивна поведінка, в основному формується та виражається як форма протесту через

незадоволення своїм положенням у суспільстві, непорозуміння з дорослими, соціальні негаразди та проявляється у відповідній поведінці.

Аналізуючи агресивну поведінку у підлітковому віці, слід зазначити, що це неоднорідне (багатогранне) явище, відповідно за аналогічної ситуації чи зовнішньо схожої «картини» проявів можуть стояти абсолютно різні детермінанти, тобто причини та умови, що стали тригером такої поведінки або визначили її окремі риси чи характер.

Ураховуючи багатофакторний підхід до детермінації дитячої та підліткової агресивної поведінки Andreas Schick & Manfred Cierpka запропонували біо-психо-соціальна модель, яка пояснює та описує причини агресивної поведінки. Біологічні кореляти дисоціальної поведінки включають генетичні, нейробіологічні та фізіологічні чинники [68, с. 92].

Спираючись на праці вітчизняних психологів, доцільно виокремити такі детермінанти: індивідуально-психологічні, соціально-психологічні, особистісно-психологічні, психолого-педагогічні, психофізіологічні та психофізичні. Слід зазначити, що у психолого-педагогічній літературі до чинників агресивної поведінки в цілому, та у підлітковому віці зокрема відносять: когнітивні, емоційні, вольові та особистісно-психологічні чинники. Поширеною серед науковців є думка про формування агресивної поведінки підлітків під впливом мікросоціальних та макросоціальних чинників. Поширеною є думка про зовнішні (сім’я, соціум) та внутрішні (психологічні, фізіологічні) чинники агресивної поведінки.

В українській психолого-педагогічній літературі відсутня єдина думка, щодо системи чинників, які впливають на прояви агресивної поведінки у підлітковому віці. К.В. Сергеєва визначає такі чинники агресивності підлітків: психофізіологічні; когнітивні; соціальні [51, с. 6]. І.С. Нечітайло спираючись, на аналіз сучасних українських досліджень, дійшла висновку, що агресивна поведінка, як ситуативний стан має чотири структурні компоненти: когнітивний, емоційний; вольовий; поведінковий [37, с. 980–981]. Які одночасно можуть бути детермінантами агресивної поведінки у

підлітковому віці. Л.М. Балабанова та І.О. Віденєєв акцентують увагу на тому, що прояви агресивної поведінки «…є результатом складної взаємодії трансситуативних та ситуативних факторів» [2, с. 5]. С.В. Березка у авторській класифікації детермінантів агресивної поведінки у підлітковому віці виокремлює: біологічні, соціальні, особистісні та хімічні чинники [4, с. 87–88], які впливають на розвиток агресивної поведінки, що представлено на рис 1.4.



Рис. 1.4. Класифікація чинників, які впливають на розвиток агресивної поведінки за С.В. Березкою (створено автором на основі даних [4]).

Схожу з попередньою точку зору має І.А. Гайдамашко, чинниками, які впливають на прояви агресивної поведінки підлітків є: біологічні, психологічні, соціальні, ситуативні [14, с. 9]. Т.М. Архипова зазначає, що «…агресія у підлітків є багатофакторним явищем, яке виникає в результаті взаємодії психологічних, соціальних та індивідуальних чинників» [1, с. 154].

Розглянемо більш детально представлені вище чинники які впливають на рівень агресивної поведінки у підлітковому віці у вітчизняній психолого-педагогічній літературі.

С.В. Березка у авторській класифікації детермінантів агресивної поведінки у підлітковому віці виокремлює: біологічні, соціальні, особистісні та хімічні фактори [4, с. 87–88]. Кожна з груп детермінантів агресивної

поведінки автором розділена на підгрупи. Біологічні фактори агресивної поведінки, як правило є вродженими або обумовлені генетично. Автор зазначає, що до біологічних факторів відносяться *індивідуальні особливості здоров'я.* Наприклад, гормональні стрибки, що є актуальним у контексті даного дослідження враховуючи статеве дозрівання у підлітковому віці.

Комплекс макросоціальних, мікросоціальних і суб'єктивних факторів є детермінантами агресивної поведінки у підлітковому віці [34, с. 309–310] на думку О.Є. Мойсеєвої, слід зазначити, що даний комплекс детермінантів дослідниця розглядає у контексті соціально-психологічних чинників агресивної поведінки. С.В. Березка «…мікрофактори, мезофактори та макрофактори» [4, с. 87] відносить до групи соціальних детермінантів агресивної поведінки.

На думку І.А. Гайдамашко схильність до прояву вербальної агресії; схильність до прояву негативізму; схильність до прояву фізичної агресії та схильність до прояву непрямої агресії є критерієм прояву агресії у підлітковому віці [14, с. 9]. С.У. Гончаренко виокремлює такі соціально-психологічні та психолого-педагогічні чинники: негативне ставлення до дітей, прогалинами у вихованні, зокрема нівелювання потреб дітей, браку чуйності й поваги, надмірної строгості, зловживання покараннями, що призводять до агресивної поведінки як способу протесту та привернення уваги до себе [15, с. 15]. Основними формами агресивних реакцій на думку автора є: 1) вербальна агресія; 2) фізична агресія; 3) схильність до роздратування; 4) непряма агресія (рис. 1.5).

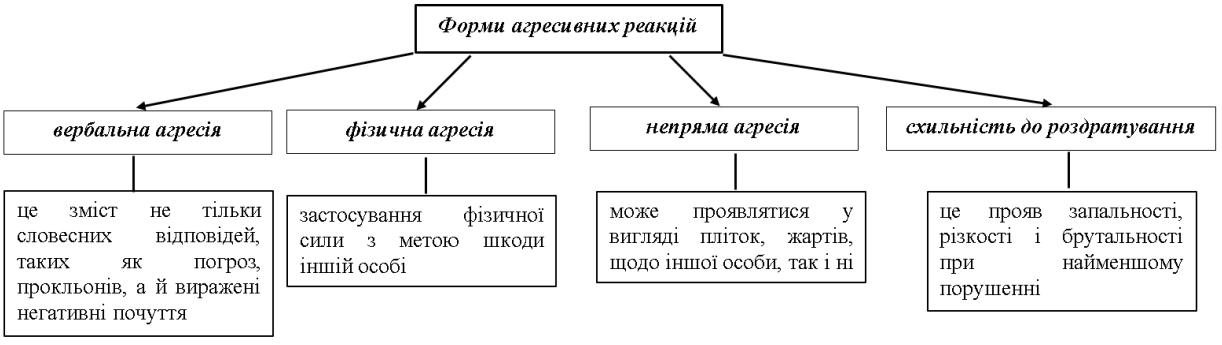


Рис. 1.5. Форми агресивних дій за С.У. Гончаренко (створено автором на основі даних [15, с. 285]).

О.М. Цільмак виокремив соціально-психологічні, особистісно-психологічні, психофізіологічні, психофізичні, психолого-педагогічні чинники агресивної поведінки [55, с. 40]. О.В. Камінська основними чинниками, які впливають на прояви агресивної поведінки у підлітковому віці визначає: «…біологічні, психологічні та соціокультурні фактори» [36, с. 30–31] та розглядає їх в залежності від статі підлітків.

Ураховуючи геополітичну ситуацію в Україні, зокрема військові дії, актуальною є класифікація чинників прояву агресивної поведінки, представлена у дослідженнях О.Б. Бовть. Дослідження стосується дітей молодшого шкільного віку, проте, одним із чинників агресивної поведінки є політичні та соціальні умови суспільства [8, с. 96]. Слід зазначити, що збільшення політичної та економічної нестабільності, зміна в політичній ситуації відбивається на свідомості підлітків та у певній мірі викликає агресивну поведінку. У класифікації факторів прояву та розвитку агресивної поведінки С.В. Березки «…соціально-політичні, економічні кризи в світі, війни, розвиток тероризму; ставлення суспільства до проявів агресії» [4, с. 87] є макрофакторами, що глобально впливають на прояви агресії. Як зазначає І.С. Булах, спираючись на праці Helmut Tome та Horst Kehele «Конфлікти і кризові явища в розвитку молоді підвищуються в ті періоди, коли виникають нестабільні ситуації у розвитку суспільства» [9, с. 51].

Аналізуючи внутрішні та зовнішні мотиви, що провокують агресивну поведінку у підлітковому віці слід зазначити, що внутрішні мотиви проявів агресивної поведінки у першу чергу пов’язані з віковою кризою та кризою ідентичності. Як правило, для підлітків характерною є знижена самооцінка, підвищена тривожність, відчуття власної непотрібності та не важливості, не вміння висловлювати свої почуття та невміння приймати рішення у критичних ситуаціях. І.С. Булах зазначає, що зниження самооцінки у

підлітковому віці «…обумовлене переживаннями з приводу надуманих недоліків образу фізичного «Я», призводить до появи так званого «комплексу Терзіта» [9, с.85]. О.О. Мізерна акцентує увагу на тому, що ідеалізуючи стосунки з оточуючими у підлітковому віці особистість не розуміє реального становища речей та часто болісно сприймає невдачі [33, с. 20], що у свою чергу негативно впливає на самооцінку підлітків. І.В. Зошій та А.А Бобанич у результаті емпіричного дослідження встановили «..підлітки, у яких низька самооцінка схильні до непрямої агресії, також у них розвинене почуття провини, вони схильні до ауто агресії» [21, с. 20].

До зовнішніх чинників, що впливають на прояви агресивної поведінки у підлітковому віці доцільно віднести незадоволення шкільним життям, зокрема, недоліки організації шкільного життя, процеси у суспільстві, вплив соціальних мереж та мережі Internet, становище та ситуація у сім'ї. О.О. Блискун зазначає, що мережа Internet «… спершу стала соціальним чинником, у подальшому перетворилася на групу соціально-психологічних чинників, що визначають взаємодію людей у мережі, включаючи й агресивну поведінку» [6, с. 7]. Дослідниця акцентує увагу на виникненні такого виду агресивної поведінки, як кіберагресія та інтерактивна агресія.

Агресивна поведінка у підлітків – результат дії об'єктивних та суб'єктивних факторів. Суб'єктивними чинники є психічні аномалії. До об'єктивних факторів, що впливають на прояви агресивної поведінки у підлітковому віці доцільно віднести економічні та соціальні умови життя суспільства: економічна нестабільність, криза, безробіття, різкий поділ на багатих та бідних, що супроводжується демонстрацією у ЗМІ яскравого стилю життя, які створюють мотиви до насильства, агресії та жорстокості. У дослідженні [4, с. 87] комп'ютерних ігор, ЗМІ, молодіжних течій в соціальних мережах становлять підгрупу мезофакторів соціальних детермінантів агресивної поведінки.

Актуальним є твердження, що вплив інформаційних потоків (телебачення, ЗМІ, мережі Internet, соціальних мереж) носить

накопичувальний ефект, що у свою чергу призводить до емоційної втрати чутливості та схильності до агресії. Кожен інформаційний епізод насильства призводить до отримання негативного досвіду, в процесі якого підлітки повторюють агресивні думки та накопичують агресивний досвід.

У процесі соціалізації особистості виникають *особистісно-психологічні* чинники які впливають на рівень агресивної поведінки у підлітковому віці. До даною групи чинників доцільно віднести емоційні особливості підлітків та їх несвідомої сфери (тривожність, рівень самооцінки, емоційну нестабільність, схильність до злоякісного гніву, підвищене збудження в ситуації фрустрації), когнітивні характеристики (спосіб мислення, що в залежності від ситуації може в подальшому спричинити агресивні дії чи агресивну поведінку), вольові фактори (рівень контролю емоційних реакцій, здатність протистояти стресовим ситуаціям). Особистісно-психологічні чинники можна класифікувати як нормотипові та клінічні або патологічні. О.М. Цільмак індивідуально-психологічні чинники визначає як «…властиві особистості негативні риси характеру (негативізм, жадібність, жорстокість… емоційна нестійкість» [55, с. 40]. О.Ю. Дроздов зазначає, що підвищена тривожність у підлітковому віці може бути наслідком відношення матері до малюка, зокрема відсутності реакції на плач [18, с. 44]. Тривожність у праці Л.М. Руденко розглядається «…як збуджуюча форма, що характеризується занепокоєнням, гіперактивністю, симпатичними реакціями. Як гальмуюча форма, вона характеризується гіпоактивністю і парасимпатичними реакціями [48, с. 419]. Саме збуджуюча форма тривожності є детермінантом агресивної поведінки у підлітковому віці.

На рівні соціальних груп формуються *соціально-психологічні чинники.* Дана група чинників представлена мікросоціальними й макросоціальними чинники. Соціальні групи значною мірою впливають на агресивність особистості. Мікросоціальні чинники, у більшості наукових розвідок визначаються характеристиками батьківської родини підлітка та особливостями міжособистісної взаємодії в ній. Прогресивним фактором,

тобто таким, що підвищує рівень агресії у підлітків є уживання батьками алкоголю, наркотиків, байдуже ставлення до виховання, недостатній рівень соціалізації, вплив асоціального середовища на особливості виховання й соціалізації. Схожої думки дотримується О.М. Цільмак, яка серед детермінантів агресивної поведінки у підлітковому віці виокремлює «… несприятливі умови взаємодії людини зі своїм найближчим оточенням, з сім'єю і професійною діяльністю; прагнення уникнути тиску зобов'язань і вимог; образа на долю та певних людей; складна емоційна атмосфера та клімат в межах родини» [55, с. 40]. Дослідниця О.Є. Мойсеєва зазначає, що акцент у формуванні агресивної поведінки зміщується у бік мікросоціальних чинників «… орієнтація підлітка на інтеракцію та спілкування, прагнення до пошуку референтної групи і здобуття престижного статусу в міжособистісних стосунках підвищує значущість мікросоціальних факторів у розвитку агресивності» [34, с. 309–310]. С.В. Ворона, аналізуючи феномен агресивної поведінки підлітків зазначає, що «…агресивна поведінка підлітків формується в основному як форма протесту проти непорозуміння дорослих [13, с. 295]. С.В. Березка зазначає, що «…саме в найближчому оточенні людина переймає патерни поведінки, …в тому числі агресивні дії та вчинки» [4, с. 87]. A. Bandura одну з причин виникнення агресивної поведінки у підлітковому віці вбачає у відносинах залежності від батьків та у прагненні самостійності підлітка [61]. С.В. Мельнікова припускає «…в сім'ях, де підлітки обділені увагою дорослих, де немає довірливих відносин, формується почуття ворожості» [29, с. 113].

Індивідуально-психологічні фактори класифікуються як нормотипові, ті що властиві здоровій людині та психопатологічні, наприклад психічні і поведінкові розлади, вживання психотроптих речовин та алкоголю.

Психофізіологічні чинники: переважання моторно-рухових компонентів перед розумовими і сенсорним компонентами; невротичні реакції; переважання процесів збудження над гальмівними процесами; нездатність

переносити тривале емоційне напруження; нездатність використовувати сенсорні системи в умовах монотонності протягом тривалих періодів часу.

Таким чином, причини агресивної поведінки у підлітків ми вбачаємо як в особистісних якостях, так і у впливі соціуму. Тому, агресивну поведінку підлітків доцільно розглядати як амбівалентний феномен. Агресивна поведінка підлітків, з одного боку – негативний феномен, спрямований на заподіяння шкоди собі чи оточуючим, з іншого боку – психологічний механізм пристосування до умов навколишнього середовища.

Отже, в рамках нашого дослідження буде проведено опитування тих чинників, які впливають на особливості прояву агресивної поведінки у підлітковому віці, а саме особливості спілкування у підлітковому середовищі, самооцінки підлітків, реактивної та особистісної тривожності.

РОЗДІЛ 2
ОСОБЛИВОСТІ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ТА ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

2.1. Методики та процедура дослідження особливостей агресивної поведінки у підлітковому віці

Для більш ґрунтовного аналізу теоретичних положень та визначення особливостей прояву агресивної поведінки у підлітковому віці на наступному етапі роботи було проведено емпіричне дослідження.

Емпіричне дослідження проходить у ***три етапи***.

На початковому етапі було підібрано методики для визначення особливостей прояву агресивної поведінки у підлітковому віці.

Практичний етап охоплював основне тестування підлітків.

На завершальному етапі була проведена обробка та аналіз результатів дослідження рівня прояву агресивної поведінки у підлітковому віці.

Основна ***мета емпіричного дослідження*** – встановити особливості проявів агресивної поведінки підлітків та системи чинників, що на неї впливає.

Основні завдання емпіричного дослідження:

1. Встановити рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці.

2. Визначити систему чинників, які впливають на рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці.

3. Розробити практичні психологічні рекомендації попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці.

Проаналізувавши ***методичний інструментарій*** [5; 22; 26; 31; 32; 40; 46; 47; 53; 59; 65], для нашого дослідження ми обрали ряд методик, які найбільш ефективно дають можливість встановити рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці та визначити чинники, що впливають на їх прояви.

Так, для виконання першого завдання емпіричного дослідження ***(встановлення рівня прояву агресивної поведінки у підлітковому віці)*** нами було обрано два опитувальника:

тест А. Ассінгера (оцінювання агресивності у стосунках) [32, с. 24–27].

методику діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки [32, с. 14–19].

Тест А. Ассінгера широко використовується для визначення коректності у спілкуванні та дозволяє встановити легкість спілкування та коректність висловлювань підлітків. У контексті даного дослідження опитувальник доцільно використовувати для визначення *вербальної агресії* (зокрема, це може бути визначення таких видів агресивної поведінки, як вербальна – активна – пряма, вербальна – активна – непряма та вербальна – пасивна – пряма агресія за класифікацією А. Басса). Перевага даної методики полягає в тому, що вона не завдає шкоди респондентам та не потребує використання складних матеріалів дослідження та інтерпретації даних. Ще однією перевагою є можливість проведення взаємного оцінювання між респондентами, що дозволяє оцінити не лише агресивну поведінку, а й самооцінку особистості. Респондентам пропонується 20 питань та по три варіанти відповіді на них.

Інструкція для респондентів: уважно прочитайте запропоновані запитання та оберіть один варіант відповіді, що є найбільш прийнятним для вас. Пам’ятайте, що неправильних відповідей немає.

Інтерпретація результатів. Відповіді тесту оцінюються від 1 до 3 балів (відповідь під №1 – 1 бал, №2 – 2 бали, №3 – 3 бали). Для визначення рівня агресивної поведінки необхідно підрахувати суму балів. Низький рівень агресивності відповідає показнику до 35 балів (респонденти, що набрали до 35 балів досить миролюбиві, що обумовлено недостатньою впевненістю у собі та низькою або заниженою самооцінкою. Як правило такі підлітки намагаються підлаштуватися до думки інших та подобатися всім); середній рівень – 36-44 бали (свідчить про впевненість у собі та вміння відстоювати

свою позицію); високий рівень – вище 45 балів (характерний неврівноваженим, агресивним підліткам, які ставлять власні інтереси вище за інших. Респонденти, що набрали більше 45 балів при першій нагоді намагаються вказати співрозмовники на його недоліки та помилки). Також методика дає можливість визначити рушійність агресивної поведінки. У випадку відповіді на 7 запитань ви отримали по 3 бали та по 1 балу ще на сім і більше питань, це свідчить про високу імпульсивність та схильність до непродуманих дій. У таких випадках агресивна поведінка має рушійний, а не конструктивний характер [32, с. 27].

Методика діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки. Методика діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки активно використовується для діагностики агресії як у дорослих, так і у дітей. Аналогічно до попередньої методики вона не потребкє складного обладнання та не завдає шкоди респондентам. Запитання методики підібрані так, що на відповіді респондентів впливають захисні механізми. Респонденти мають відповісти на 75 запитань у відповідності до свого стилю та способу життя. Обрана методика дозволяє діагностувати:

фізичну агресію, яка як правило проявляється у застосуванні фізичної сили проти іншої особи чи предметів);

непряму агресію, що проявляється у нанесенні як правило вербальних образ не безпосередньо іншій особі, а через наклеп, плітки, насмішки. Також до непрямої агресії відносять агресію, яка не має чіткої напрямленості на індивіда чи предмети (наприклад крики, тупотіння ногами, невпорядковані пориви злості);

негативізм, що проявляється, як правило в протесті, опозиційній реакції, непокорі правилам та законам. Негативізм може проявлятися як через пасивний опір до виконання певних дій, так і через активні дії проти вимог;

роздратування – прояви різкості, грубості, агресивний дій при наявності хоча б мінімального збудника;

образа, шо найчастіше проявляється у заздрості та ненависті до оточуючих чи суспільства в цілому. Образа, як правило обумовлена почуттям гніву за певні страждання (як реальні, так і уявні) отримані внаслідок життєвого досвіду;

підозрілість, що проявляється у обережному ставленні та недовірі по відношенню до іншої особи чи групи осіб. Як правило така поведінка обумовлена переконанням, що оточуючі прагнуть заподіяти шкоду;

вербальна агресія або вираз негативних відчуттів. Часті сварки, крики, погрози;

відчуття провини або автоагресія (аутоагресія). Особи, яким притаманне відчуття провини зазвичай мають переконання, що вони є поганими людьми та роблять неправильне чи неправомірні дії.

Інструкція для респондентів: уважно прочитайте запропоновані твердження та поставте «+», якщо відповідь вам підходить або «-», якщо ви не погоджуєтеся з твердженням.

Інтерпретація результатів. Як уже зазначалося вище, обрана методика має 75 питань, на які респондент може відповісти «так, +» або «ні, -». При створенні питань, автори сформулювали їх таким чином, що кожне питання може діагностувати тільки одну форму прояву агресії. Також питання мають мінімальне схвалення та засудження відповідей.

Опитувальник включає такі шкали як: «фізична агресія (ФА)» – 10 питань, «непряма агресія (НА)» та «відчуття провини (ВП)» – по 9 питань, «роздратування (Р)» – 11 питань, «негативізм (Н)» – 5 питань, «шкала образ (О)» – 8 питань, «вербальна агресія (ВА)» – 12 питань. Кожній з запропонованих шкал відповідає певний коефіцієнт (k), на який необхідно помножити суму балів отриманих за шкалою.

Шкала *фізичної агресії* (ФА) розраховується за ключем:

ФА = ∑(1+, 9–,17–, 25+, 33+, 41+, 48+, 55+, 62+, 68+)*k = 11,

де k – спеціальний коефіцієнт.

Шкала *непрямої агресії* (НА) розраховується за ключем:

НА = ∑(2+, 10+, 18+, 26–, 34+, 42+, 49–, 56+, 63+)*k = 13,

Шкала *відчуття провини* (ВП) розраховується за ключем:

ВП = ∑(8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+)*k = 11,

Шкала *роздратування* (ШР) розраховується за ключем:

Р = ∑ (3+, 11–, 19+, 27+, 35–, 43+, 50+, 57+, 64+, 69–, 72+)*k = 9,

Шкала *негативізму* (Н) розраховується за ключем:

ШН = ∑(4+, 12+, 20+, 28+, 36–)*k = 20,

Шкала *образ* (О) розраховується за ключем:

О = ∑(5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+)*k = 13,

Шкала *вербальної агресії* (ВА) розраховується за ключем:

ВА = ∑(7+, 15+, 23+, 31+, 39–, 46+, 53+, 60+, 66–, 71+, 73+, 74–, 75–)*k = 13,

Сумарний індекс агресивних реакції формує фізична, пряма, вербальна агресія та роздратування (ФА+ПА+ВА+Р). Індекс ворожості формують образа та підозрілість (О+П). Ворожість визначається як загальна, негативна, недовірлива позиція по відношенню до тих, що оточують; агресія – це активні зовнішні реакції по відношенню до конкретних осіб. Нормою індексу агресивних реакцій є величина індексу 21±4, а ворожості 6,5-7±3.

З метою виконання другого завдання емпіричного дослідження ***(визначення системи чинників, які впливають на особливості прояву агресивної поведінки у підлітковому віці)*** нами було підібрано два опитувальники:

методика «Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера»[59];

методика дослідження самооцінки особистості (С. А. Будассі) [40].

Методику дослідження самооцінки особистості (С. А. Будассі), що активно використовується для оцінки рівня самооцінки у молодшому шкільному, підлітковому та юнацькому віці. Методика дозволяє визначити «Я – концепцію», яка впливає на вибір поведінки людини. Слід зазначити, що «Я – концепція» особливо актуальна для підлітків, оскільки у цьому віці

окремі аспекти особистості не сприймаються свідомо та проявляються не усвідомлено. Тест Будассі допомагає також визначити «Я – реальне» та «Я – ідеальне». Знання про рівень самооцінки дозволяють коригувати свої вчинки та рішення.

Інструкція для респондентів. Уважно прочитайте список з 48 властивостей особистості (додаток А) та оберіть 20, що на вашу думку характерні ідеальній людині. Поруч з обраними якостями в правій колонці «Ідеальне» поставте +. Серед 20 обраних в колонці «Ідеальне» респондент обирає ті, що на його думку є найбільш неприємними та ранжує їх від 1 до 20, де 1 – найбільш неприємна якість, 20 – найменш неприємна якість. Далі з 20 раніше обраних якостей оберіть ті, що є найменш характерними для вас. У графі «Реальне» навпроти обраних якостей розставте цифри від 1 до 20, де 1 – якість найменш притаманна для вас, 20 – найбільш характерна вам якість.

Інтерпретація результатів. Методика містить 48 слів – властивостей особистості. Інтерпретація результатів тестування проводиться шляхом ранжування отриманих відповідей. Визначається співвідношення «Я –реального» і «Я – ідеального», що дозволяє визначити, наскільки уявлення підлітка про ідеальну особистість відповідають самому підлітку.

Рівень самооцінки у відповідності до даної методики визначається шляхом встановлення кореляції рангів, який відображає рівень самооцінки за шкалою Роджерса. Чим більшою є невідповідність (коефіцієнт наближається до -1), тим нижчою є самооцінка. Значення самооцінки за даною методикою коливається від -1 до 1.

Показник від -1 до 0 характеризує особистість як таку, що має низький рівень самооцінки;

0,01-0,3 – занижена самооцінка;

0,31-0,6 – адекватна самооцінка;

0,61-0,85 – завищена самооцінка;

0,86-1 – висока самооцінка.

Методика «Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера. Обрана методика дозволяє визначити рівень ситуативної тривожності та рівень особистісної тривожності. Ситуативна тривожність як правило проявляється в складних психологічних ситуаціях, а особистісна тривожність це індивідуальна риса особистості, що не має прив'язаності до конкретної ситуації чи моменту дослідження. Опитувальник є основною методикою, яка дозволяє диференціювати тривожність як стан та властивість особистості. Слід зазначити, що шкала реактивної та особистісної тривожності Спілгерга, яка в Україні використовується у модифікації Ю.Л. Ханіна є єдиною методикою, що дозволяє деференціювати тривожність як властивість особистості (особистісна тривожність) та як стан (реактивна тривожність).

Ситуативна (реактивна) тривожність – стан респондента в момент тестування та характеризується емоціями, які суб'єкт переживає в даний момент, наприклад, напруга, роздратування, нервовість у конкретній ситуації, занепокоєння тощо. Оскільки такий стан виникає як реакція особистості на стресову або екстремальну ситуацію, він може проявлятися по різному та динамічно у часі.

Особистісна тривожність – стійка індивідуальна характеристика, яка відображає схильність до тривоги. Суб'єкти, яким притаманна особистісна тривожність більшість ситуацій сприймають, як такі, що несуть загрозу. Особистісна тривожність активізується низкою стимулів: самооцінка, стресові фактори.

Автор опитувальника зазначає, шо «…стан тривожності характеризується суб'єктивними, свідомо сприйнятими відчуттями загрози і напруги, що супроводжуються або пов'язані з активацією або збудженням автономної нервової системи» [59].

Методика містить 40 запитань, 20 з яких відносяться до стану тривожності та 20 запитань для визначення тривожності, як особистісної

якості. Відповідно, опитувальник містить дві шкали: «шкала ситуативної (реактивної) тривожності» та «шкала особистісної тривожності».

Інструкція для респондентів: уважно прочитайте запропоновані твердження та оберіть варіант відповіді, який характеризує ваш стан «тут і зараз». Пам'ятайте, що правильних та неправильних відповідей немає.

Інтерпретація результатів. Кожна відповідь за «шкалою ситуативної (реактивної) тривожності» (РТ) та «шкалою особистісної тривожності» (ОТ) у залежності від обраного варіанта відповіді оцінюється за шкалою від 1 до 4 балів.

Показник *ситуативної (реактивною) тривожності* розраховується за ключем:

$РТ = (\sum 1 - \sum 2) + 35,$

де $\sum_1$ – сума значень відповідей по пунктах 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13,14, 17,18;

$\sum_2$ – сума значень відповідей по пунктах 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20.

Показник *особистісної тривожності* розраховується за ключем:

$ОТ = (\sum 1 - \sum 2) + 35,$

де $\sum_1$ – сума значень відповідей по пунктах 2, 3, 4, 5, 8, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20;

$\sum_2$ – сума значень відповідей по пунктах 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19.

Загальна сума балів за кожною зі шкал коливається у діапазоні значень від 20 до 80 балів. Результати за обома шкалами інтерпретуються так: низький рівень (до 30 балів); середній рівень (31-45 балів); високий (більше 45 балів).

Результати методик були оброблені за допомогою методів математико-статистичної обробки даних (метод ранжування). Отримані дані піддавались статистичному аналізу з наступною якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням.

Емпіричне дослідження проводилося у 2024 році на базі Садівського ліцею Садівської Сільської ради Сумського району Сумської області. У дослідженні приймало участь 26 підлітків, учні 7–8 класів.

2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей агресивної поведінки у підлітковому віці та чинників, які впливають на неї

Дослідження особливостей прояву агресивної поведінки у підлітковому віці передбачало проведення опитування, спрямованого на виконання двох завдань, які дозволяють встановити рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці та визначити чинники, які впливають на прояв агресивної поведінки у підлітковому віці.

Розпочнімо зі ***встановлення рівня прояву агресивної поведінки у підлітковому віці***.

Аналіз встановлення рівня прояву агресивної поведінки у підлітковому віці розкрито такими питаннями: визначення рівня прояву агресивної поведінки; визначення переважаючих форми агресивної поведінки у підлітковому віці (вербальна, непряма та фізична агресія, образа, негативізм, підозрілість, роздратування, відчуття провини).

З метою визначення рівня агресивної поведінки у підлітковому віці та переважаючих форм агресивної поведінки нами було проведено дослідження за методикою *А. Басса та А. Дарки*.

Інтерпретація результатів опитувальника дозволяє зробити висновок, що для більшості респондентів підліткового віку (69,23% або 18 підлітків) притаманний середній рівень агресії, тобто спостерігається помірна агресія у поведінці. Низький рівень агресії діагностовано у 19,23% або 5 респондентів підліткового віку. Слід зазначити, що саме цим підліткам характерні мінімальні прояви агресії у поведінці. У 3 підлітків (11,54%) діагностовано високий рівень агресивної поведінки, відповідно ці підлітки найбільш негативно реагують на детермінанти агресії. Графічне представлення результатів тестування представлено на рисунку 2.1.

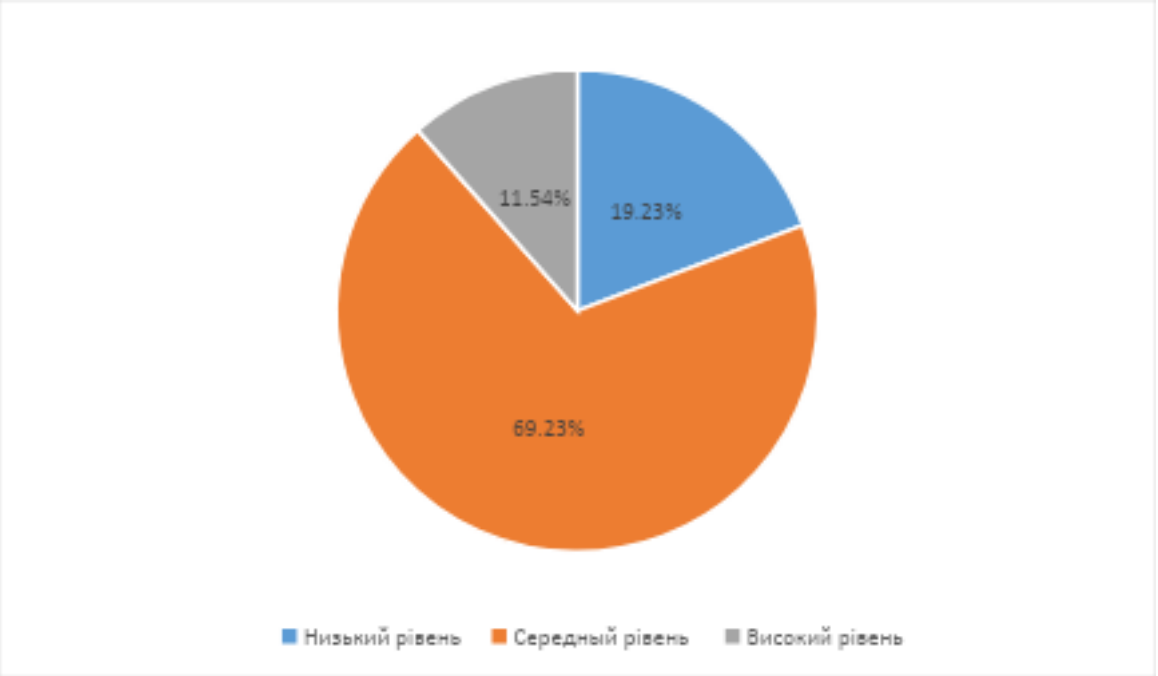


Рис. 2.1. Рівень агресії у підлітків

Опитувальника А. Басса та А. Дарки дозволив також визначити переважаючі форми агресивної поведінки у підлітковому віці. Аналіз результатів показав, що незважаючи на середній рівень агресії у підлітків в цілому, їм все ж таки притаманні такі види агресії, як вербальна – 73,1%, образа – 53,8%, негативізм – 61,53%, підозрілість – 38,46%, роздратування – 65,38%, відчуття провини – 50%, непряма агресія – 57,69%, фізична агресія – 46,15%, результати представлено на рисунку 2.2.

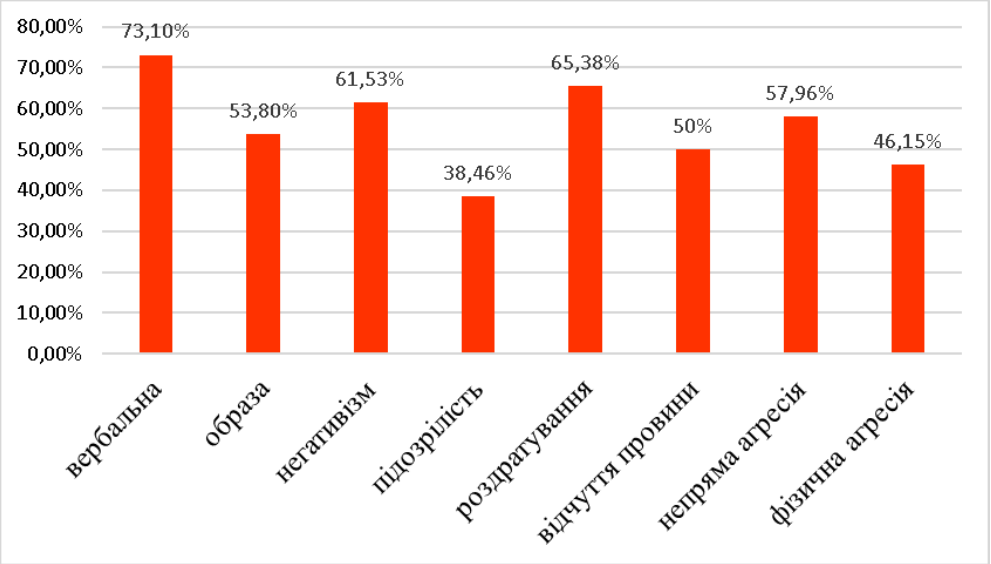


Рис. 2.2. Рівень прояву агресивних форм поведінки у підлітковому віці

Отже, можемо зробити висновок про переважання вербальної агресії, роздратування та негативізму. Найнижчим є показник прояву підозрілості та фізичної агресії. Слід зазначити, що відносно нижчий у порівнянні з іншими видами показник фізичної агресії можна пояснити недостатньою соціалізацією підлітків. Військові дії обмежили фізичні контакти підлітків, відповідно і рівень прояву фізичної агресії по відношенню до однолітків є нижчим. Для підлітків з переважанням вербальної агресії характерні словесні образи, небажання спілкуватися та поширення неправдивої інформації у міжособистісних контактах.

Для *оцінки агресивності у стосунках* підлітків нами було проведено дослідження з використанням тесту А. Ассінгера.

Аналіз результатів, отриманих у ході проведеного дослідження, дає підстави стверджувати, що більшість респондентів мають середній рівень агресивності у стосунках – 53,84 % (14 респондентів), високий рівень агресивної поведінки притаманний 34,61 % опитаних, низький рівень агресії у стосунках притаманний 3 респондентам (11,53%), що представлено на рисунку 2.3.

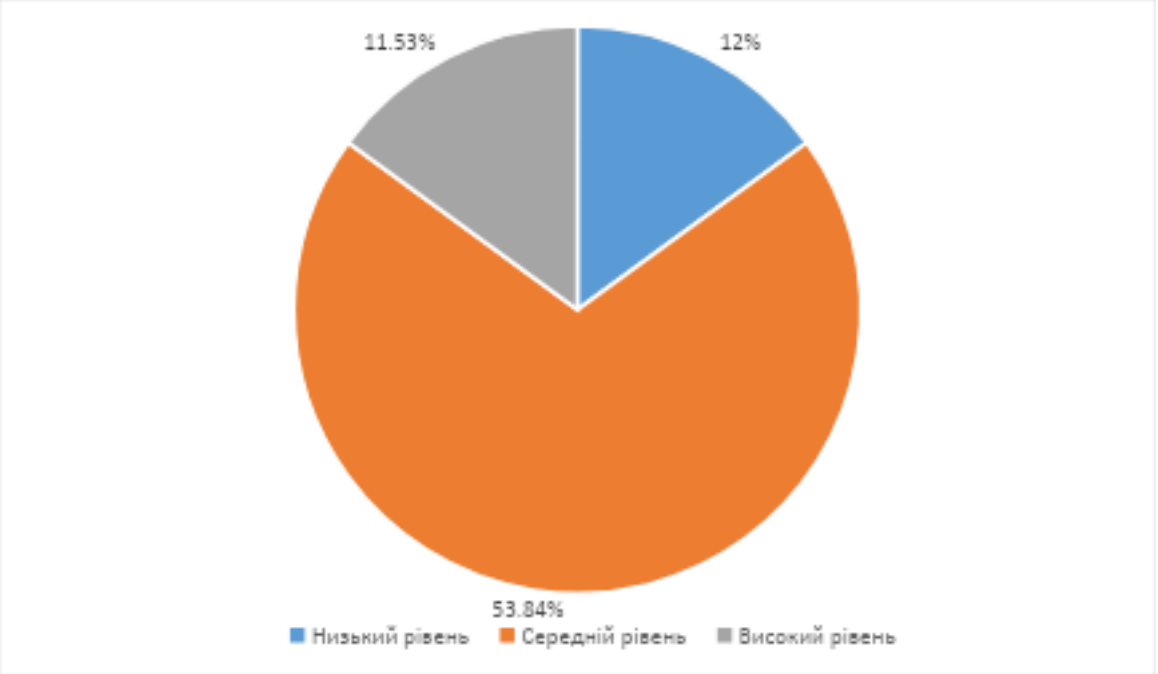


Рис. 2.3. Рівень прояву агресивної поведінки у стосунках підлітків

Також слід зазначити, що 46,15% підлітків набрали по 3 бали за 7 та більше питань, відповідно їх агресія у стосунках має переважно руйнівний характер. Такий результат можна пояснити невмінням підлітків контролювати свої емоції, особливо у кризових ситуаціях.

Наступний крок – ***аналіз чинників, які впливають на рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці*** таких як: визначення особливостей самооцінки підлітків та тривожності.

Самооцінку підлітків було визначено за *методикою дослідження самооцінки особистості С.А. Будассі.* Рівень виваженості самооцінки у відповідності до обраної методики та інтерпретації її результатів було розділено на п’ять груп (низька, занижена, адекватна, завищена та висока самооцінка).

Для більшості респондентів, що узяли участь в опитуванні характерною є адекватна самооцінка – 50% (13 респондентів), завищений рівень самооцінки характерний для 15,38 % (4 респонденти), високий рівень самооцінки характерний для 19,23% (5 респондентів), низький рівень – 7,69% (2 респонденти), знижений рівень самооцінки – 7,69% (2 респонденти), що представлено на рисунку 2.4.



Рис. 2.4. Рівень самооцінки підлітків

Проведене діагностування дозволяє зробити наступні висновки, для підлітків характерною є адекватна самооцінка, відповідно реальні та бажані уявлення про себе у таких підлітків є збалансованою. Завищена самооцінка свідчить про позитивне ставлення до себе, самоповагу та сприйняття себе. Високий рівень самооцінки, як правило характерний для підлітків, які є лідерами думок, мають високі досягнення у навчанні, проте вони занадто вимогливі до себе. Вимогливість до себе та бажання досягти певних результатів дуже часто провокують агресивну поведінку у випадку невдачі. Низький та знижений рівень самооцінки, нажаль, пов'язаний з негативним ставленням до себе, частою критикою з боку дорослих, відчуттям власної неповноцінності та непотрібності, неприйняттям себе. Досить часто, саме відчуття непотрібності призводить до проявів агресивної поведінки, адже підліток прагне привернути увагу суспільства до себе. Також слід зазначити, що підлітки з заниженою та низькою самооцінкою недостатньо соціалізовані та мають проблеми у багатьох сферах життя.

Рівень тривожності у підлітковому віці було визначено з використанням методики «*Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера*». Методика дозволила діагностувати рівень особистісної та реактивної тривожності. Результати діагностування рівня особистісної тривоги є цілком закономірними, ураховуючи геополітичну ситуацію в країні. Більшість підлітків мають високий рівень особистісної тривожності – 65,38% (17 респондентів), значно меншими є показники середнього рівня тривожності – 26,92% (7 респондентів) та низького рівня – 7,69 % (2 респондента), що представлено на рисунку 2.5.

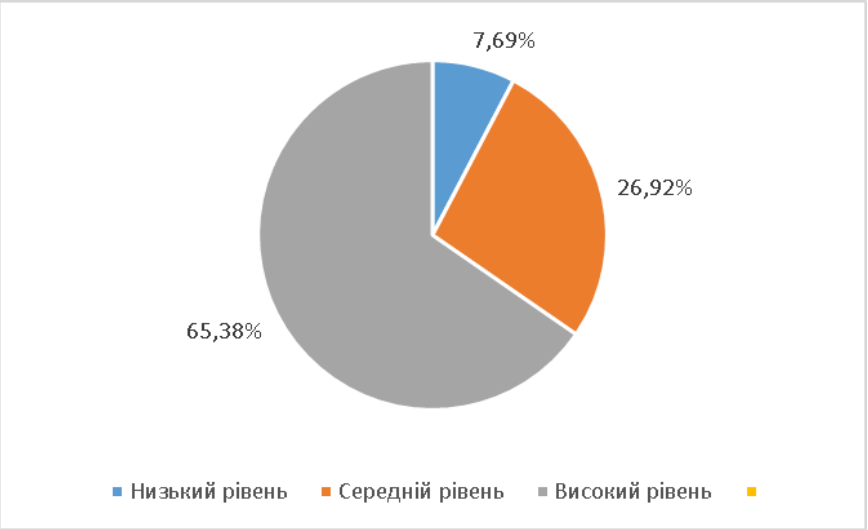


Рис. 2.5. Рівень особистісної тривожності підлітків

Особистісна тривожність – це схильність особистості сприймати певні ситуації як такі, що є загрозливими та реагувати на них станом тривоги. Часті повітряні тривоги, геополітична ситуація та невизначеність щодо майбутнього посилюють стан тривоги. Також високий рівень особистісної тривоги може бути спричинений певними психологічними особливостями підліткового віку.

Реактивна тривожність, як правило характеризується нервовістю, напругою, неспокоєм чи занепокоєністю. У ході дослідження було встановлено, що для респондентів характерним є високий рівень реактивної тривожності (рис. 2.6).

Високий рівень реактивної тривожності діагностовано у 76,92% респондентів (20 осіб), а середній у 23,07% респондентів. Низький рівень тривожності не було виявлено.

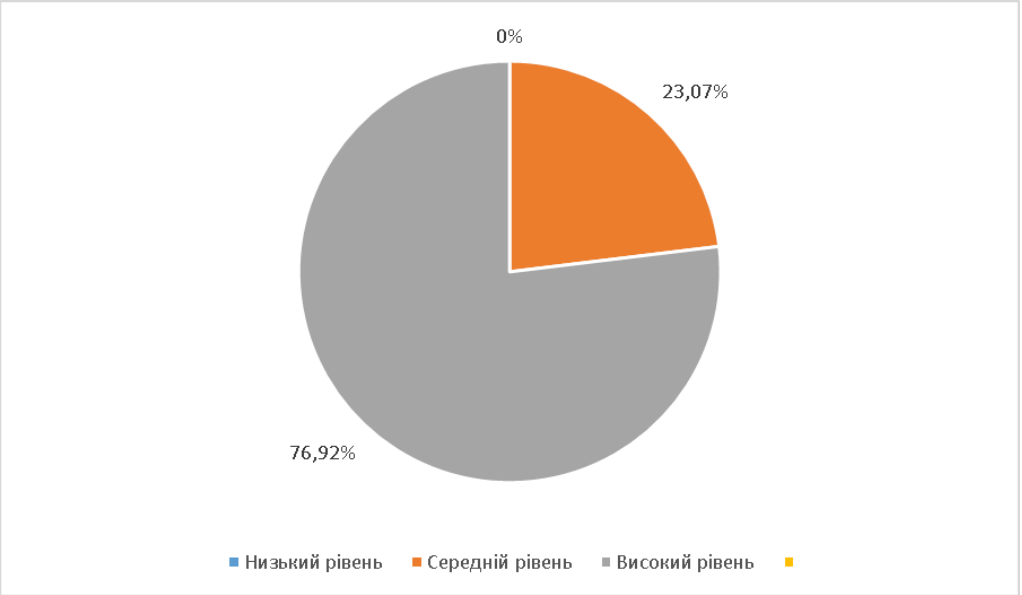


Рис. 2.6. Рівень реактивної тривожності підлітків

Встановлення зв'язку між рівнем агресивної поведінки та чинниками, які впливають на її прояв у підлітковому віці проведено з використанням методу рангової кореляції Спірмена, результати представлено у додатках Б, В, Г. Результати дослідження дозволили встановити статистично значущий зв'язок між рівнем агресивної поведінки (змінна А) та рівнем прояву чинників (змінна В) таких як особистісна та реактивна тривожність і самооцінка. Реактивна тривожність підлітків та рівень агресивної поведінки підлітків не мають статистично значущого зв'язку, що представлено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Результати визначення зв'язку між рівнем агресивної поведінки та чинниками, які впливають на її прояв у підлітків

	Чинники, які впливають на рівень агресивної поведінки		
	Особистісна тривожність	***Реактивна тривожність***	***Самооцінка***
Рівні агресивної поведінки	$r_s = 0.9$	$r_s = -0.06$	$r_s = 0.56$

r_s – емпіричне значення

Критичне значення для N = 26

N	p

	0.05	0.01
26	**0.39**	**0.50**

Встановлено, що статистично значущий зв'язок між рівнем агресивної поведінки у підлітковому віці та такими чинниками як особистісна тривожність та самооцінка. Також слід зазначити, що не було виявлено статистично значущого зв'язку між рівнем агресивної поведінки у підлітків та реактивною тривожністю. Відповідно до оцінки сили та характеру зв'язку за шкалою Чеддока зв'язок прямий дуже високий (у випадку особистісної тривожності) та прямий помітний (у випадку самооцінки). Від'ємне значення (реактивна тривожність) свідчить про можливу наявність зворотнього зв'язку.

Отримані дані дозволили встановити, що особливості прояву та переважаючі форми агресивної поведінки у підлітковому віці залежать від низки чинників та характеристик, які не можна залишати поза увагою при попередженні та подоланні агресивної поведінки у підлітковому віці.

2.3. Психологічні рекомендації для попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці

Агресія у дитячому віці є менш керованою, тому її подолання є легшим за допомогою корекційних та профілактичних методик. Формування соціально позитивної особистості якій притаманна прийнятна поведінка передбачає профілактику та корекцію агресивної поведінки у підлітковому віці. Своєчасна, кваліфікована профілактика проявів агресивної поведінки у підлітковому віці дозволяє знизити показники проявів агресивної поведінки у підлітковому віці.

Для профілактики та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці ми пропонуємо тренінгову програму «Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці».

Найбільш ефективними методами попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці є психологічні тренінги. Їх

універсальність, практичність та доступність сприяє широкому використанню для розвитку особистості, психокорекції та психотерапії як окремих підлітків, так і груп.

Програма тренінгу спрямована на запобігання та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці, а також усуненню чинників, які сприяють її виникненню. Ефективне впровадження такої програми здатне знизити рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці. Основна мета програми полягає у визначенні ступеня дисгармонії у підлітків (якщо вона присутня), розвитку саморегуляції, формування навичок самоконтролю, розвитку навичок самоаналізу та самоконтролю, зниженні рівня ситуативної та реактивної тривожності, розвитку адекватного рівня самооцінки (самосприйняття).

У дослідженні В.В Костіної зазначено, що основними формами такої роботи є: розвиток саморегуляції; формування навичок самоконтролю; зниження рівня особистісної тривожності; навчання підлітків сприймати себе або ж розвиток адекватного рівня самооцінки та самоприйняття; навчання підлітків іншим способам вираження гніву та негативних емоцій; подолання негативних установок щодо оточуючих та суспільства в цілому; формування конструктивних поведінкових реакцій підлітка в проблемних ситуаціях; формування терпимого, толерантного ставлення; створення оптимальних умов розвитку особистості; формування емпатії позитивного спілкування [27].

Згідно з технологічним підходом, кожен розділ тренінгової програми «Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці» передбачає наявність трьох компонентів: інформаційно-смислового, діагностичного та корекційного.

Інформаційно-смисловий компонент передбачає оволодіння підлітками нових знань та розуміння проблематики агресивної поведінки. Участь у тренінгових заняттях дозволяє підвищити рівень обізнаності про «агресію», «агресивність» та «агресивну поведінку»; учасники навчаються визначати

спільні та відмінні риси між цими поняттями; розпізнають основні чинники, які впливають на рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці; дізнаються про нові методики профілактики та подолання агресивної поведінки; техніки самодопомоги та управління емоціями. Значна увага в інформаційно-смисловому компоненті приділяється методом подолання агресивної поведінки у підлітковому віці, підвищенню рівня усвідомленості учасників щодо власного стану, а також способів попередження агресивної поведінки. Акцентується увага учасників тренінгу, що подолання агресивної поведінки у підлітковому віці має трирівневу систему та базується на когнітивному (думки особистості), поведінковому та емоційному або афективному рівнях.

Діагностичний компонент спрямований на аналіз рівня прояву агресивної поведінки у підлітковому віці та системи чинників, які впливають на її формування. Ключове завдання даного компоненту – визначення рівня прояву агресивної поведінки кожного учасника за допомогою тестів та відповідних методик; розкритті власних психологічних якостей, які впливають на розвиток та особливості прояву агресивної поведінки; оцінка рівня розвитку навичок саморегуляції; оцінка вмінь помічати та аналізувати власну поведінку, а також усвідомлювати її вплив на всі сфери життя. Діагностичний компонент дозволяє визначити вміння учасників тренінгової програми керувати власними емоціями; аналізувати власну поведінку; проводити самодіагностику тощо.

Корекційний компонент має на меті розвиток навичок, спрямованих на попередження та подолання агресивної поведінки. Основні завдання цього компонтента спрямовані на зниження рівня агресивної поведінки через розвиток навичок саморегуляції; розвиток здібностей до управління власними емоціями; навчання методам релаксації, самопідтримки та емоційної стабільності.

Вище зазначалося, що агресивна поведінка у підлітковому віці включає: пізнавальний, емоційний та вольовий компоненти. Ураховуючи це, корекція

агресивної поведінки у підлітковому віці має поширюватися на кожен з них. Пізнавальний компонент акцентує увагу на формуванні у підлітків здатності аналізувати ситуації, особливості взаємодії в даній ситуації, а також аналізувати власні мотиви й поведінку та зіставляти їх з мотивами та поведінкою інших людей. Корекція емоційного компонента к підлітковому віці передбачає усвідомлення індивідом власних почуттів, емпатію, можливості усвідомлювати почуття інших та вміння управляти та регулювати емоції. Формування вольового компоненту передбачає розвиток цілеспрямованості, рішучості, наполегливості та самоконтролю. На когнітивному рівні важливо акцентувати увагу на когнітивних процесах, зокрема отриманні знань, фіксацію та запам'ятовування суспільно прийнятної поведінки, витіснення з пам'яті негативних аспектів соціалізації, тощо. Робота з емоціями (афективний рівень) базується на використанні «шумних» вправ, які передбачають «утилізацію» агресії. Прикладом таких вправ є «Заземлення», «Дистанціювання», «Снігові битви» та інші [43; 54]. Поведінковий рівень ґрунтується на позитивному підкріпленні потрібної форми поведінки підлітка. У психологічній та психолого-педагогічній літературі поширеною є думка, що корегувати агресивну поведінку підлітків можна через творче самовираження; спілкування у групі однолітків, з якими маєш спільні інтереси та проблеми; через подолання внутрішнього напруження шляхом напрямлення агресії у соціально прийнятну діяльність; через творче самовираження; через встановлення соціальних зв'язків з однолітками, що мають схожі проблеми та взаємодію з ними; через засвоєння поведінки, яку демонструє авторитет підлітка.

Нижче представлено тренінгове заняття «Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці».

Зміст тренінгової програми

«Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці»

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Категорія учасників: підлітки, учні 7–8 класів.

Мета тренінгу: підвищити рівень обізнаності підлітків щодо чинників, ознак і наслідків агресивної поведінки; надати практичні інструменти для її профілактики й подолання; сприяти формування уміння контролювати власні емоції, дії та вчинки; попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці.

Завдання тренінгу:

1. ознайомити учасників із сутністю поняття, чинниками, ознаками та наслідками агресивної поведінки;
2. оволодіння підлітками методик діагностики та самодіагностики агресивної поведінки;
3. сформувати навички самодопомоги та вмінь самостійно долати чинники, що впливають на особливості прояву агресивної поведінки;
4. розвивати вміння здійснювати емоційну саморегуляцію, шляхом напрацювання ефективних коупінг стратегій.

Структура тренінгу. До складу тренінгу «Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці» входить вступна, основна та заключна структурно-змістовні частини.

Загальний обсяг тренінгового заняття складає 4,5 – 5 годин (вступна частина – 35 хвилин; основна частина – 3 год. 30 хвилин, заключна частина – 25 хвилин).

Обладнання та матеріали: фліпчарт, аркуші для фліпчарту, аркуші паперу формату А4 та А3, ручки, маркер, обладнання для показу мультимедійної презентації, ватмани або аркуші для фліпчарту з намальованим силуетом людини, стікери, додатки до заняття (бланки для смодіагностики).

Кількість учасників тренінгу: 10 – 15 осіб.

Тепер перейдемо до розгляду змісту кожної зі структурно-змістовних частин тренінгу.

ЗМІСТ ТРЕНІНГОВОГО ЗАНЯТТЯ

Вступна частина (35 хвилин).

Вправа «Лагідні імена» (7-10 хв.). Учасникам тренінгу необхідно назвати своє ім'я та пригадати, хто та у яких випадках називав його лагідними іменами. При цьому необхідно акцентувати увагу, саме на емоціях які вони відчували у той момент. За необхідності вправу можна розширити та запропонувати учасникам: 1) назвати своє ім'я та його значення; 2) назвати хто та чому його так назвав; 3) назвати які лагідні форми імені використовують рідні та друзі та яка з форм подобається найбільше та чому.

Мета вправи: познайомити учасників між собою; активізувати процеси самопізнання; створення позитивного емоційного фону.

Питання для рефлексії: 1) які труднощі виникли у вас під час знайомства; 2) чи складно говорити про те хто та за яких обставин називав чи називає вас лагідними іменами; 3) які емоції виникли у вас при виконання даної вправи.

Вправа «Дерево очікувань» (5-7 хвилин). Для визначення очікувань, учасникам тренінгу необхідно записати їх на стікерах та прикріпити на плакат «Дерево очікувань» з подальшим обговоренням. У ході обговорення учасникам необхідно відповісти на наступні *питання*: 1) Чому я приймаю участь в цьому тренінгу? 2) Якими знання та вміння я хочу оволодіти на тренінгу? 3) Як я можу використати отримані знання у повсякденному житті.

Мета вправи: визначити очікування та сподівання учасників щодо тренінгу.

Вправа «Правила роботи в групі» (7-10 хв.). Учасникам тренінгу необхідно визначити правила ефективної роботи під час проведення тренінгу. Тренер / тренерка акцентує увагу на важливості дотримання таких правил як: добровільна участь; говори тут і зараз (конфеденційність); вислухай іншого, не перебивай, ми всі тут рівні (толерантність); активність та добровільність; правило «піднятої руки»; телефон на «вібро», «стоп»-правило [57].

Мета вправи: визначення правил групової взаємодії.

Питання для рефлексії: 1) чи готові ви виконувати правила групи? 2) Які з правил вам не подобаються та чому?

Гра «Емоції» (5-7 хвилин). Особливо актуальна для молодших підлітків (10-13 років) та схожа на популярну в дитячих колективах вправу «Крокодил». Учасники діляться на пари чи групи. Кожен учасник отримує конверт з завданням невербально (за допомогою міміки та жестів) виразити емоцію. Завдання інших учасників відгадати емоцію. По завершенню вправи проводиться рефлексія [16].

Мета вправи – виявляти та розвивати уміння розуміти інших.

Основна частина (3 години 30 хвилин)

Інформаційно-смисловий компонент.

Мультимедійна презентація «Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці». (до 10 хв.).

Мета: ознайомлення учасників тренінгу з метою, завданнями та структурою тренінгу.

Метод незавершених речень (з подальшим груповим обговоренням). «Агресія це…», «Агресивність це…», «Агресивна поведінка це…» (15-20 хв.).

Мета вправи: розкрити змістове наповнення та суть поняття «агресія», «агресивність», «агресивна поведінка»; сформувати в учасників тренінгу чітке уявлення про особливості агресивної поведінки.

Хід виконання вправи: 1) учасники тренінгу на аркушах паперу або стікерах записують асоціації (3-4), що виникають у них зі словами «агресія», «агресивність», «агресивна поведінка»; 2) учасники тренінгу об’єднуються у групи (наприклад критерієм поділу може бути сезон, хто коли народився); 3) аналогічно записують асоціації «що таке агресія, агресивність та агресивна поведінка», але вже працюючи в малих групах, після чого ранжують записані асоціації за ступенем прояву; 4) кожна група презентує отримані результати та аргументує свою точку зору; 5) спільне обговорення результатів.

Питання для рефлексії: 1) Які труднощі виникли написанні асоціацій з терміном «агресія», «агресивність» та «агресивна поведінка»? 2) Чи легко було проранжувати асоціації? 3) Чи виникли труднощі працюючи в команді, якщо так, то які саме та чому?

Міні-лекція з використанням мультимедійної презентації «Агресивна поведінка як феномен, що виникає у підлітковому віці» (15 хв.).

Мета: об'єднати та узагальнити тези учасників тренінгу з попередньої вправи; ознайомити учасників тренінгу зі змістовим наповненням поняття «агресивна поведінка»; основними рівнями її прояву; видами агресивної поведінки; охарактеризувати ключові симптоми агресивної поведінки у підлітковому віці та негативних наслідках агресивної поведінки для кожного індивіда та суспільства в цілому.

Питання для рефлексії: 1) Чи була інформація новою та актуальною для вас? 2) Що нового ви дізналися? 3) Що нового ви дізналися про схожість і відмінності між агресією, агресивністю та агресивною поведінкою?

Вправа «Гарячий стілець» (7-10 хв.). З числа охочих обирається один підліток, який за бажанням відіграє ситуацію. Основна вимога, той хто сидить на стільці не має права голосу. Інші учасники тренінгу активно вирішують яку зачіску чи макіяж зробити тому, хто знаходиться на стільці. Обирають одяг аксесуари тощо. По завершенню вправи підлітки обговорюють емоції, що виникли у них у процесі виконання вправи.

Мета: сформувати в учасників розуміння необхідності контролювати власні емоції (гнів, роздратування, злість, тощо).

Питання для рефлексії. Особлива увага приділяється тому, хто сидить на стільці. 1) Які емоції виникли у вас під час виконання вправи? 2) Чи складно було контролювати власні емоції? Якщо так, то чому?

Вправа «Портрет» (30 хв.). Вправа виконується у 3 етапи. На першому етапі учасники об'єднуються у 4 групи або 2 групи (якщо у групі менше 12 осіб). «Зараз кожна група отримає по аркушу для фліпчарту з намальованим силуетом людини, набір маркерів та стікерів. Групи 1 та 3 мають створити

образ підлітка, схильного до правопорушень: необхідно домалювати обличчя, зачіску, одяг, аксесуари тощо. На стікерах потрібно записати якомога більше характеристик, притаманних такому підлітку. Групи 2 та 4 мають створити образ успішного, правослухняного підлітка: необхідно домалювати обличчя, зачіску, одяг, аксесуари тощо. На стікерах потрібно записати якомога більше характеристик, притаманних такому підлітку. На виконання цього завдання у вас є 15 хвилин» [43. с. 39–42]. На другому етапі учасники групи презентують створені портрети. Першими результати роботи представляє 1 та 3 група (1 група у випадку об'єднання на 2 групи). У випадку поділу на 4 групи група № 3 доповнює характеристики, які не назвала група №1. Після презентації напрацювань тренер / тренерка дякує за виступ, узагальнює дані та запрошує групи №2 та 4 за тією ж схемою, що і групи 1 та 3. Після того, як усі групи виступили, роботи кріпляться на стіні [43. с. 39–42].

На третьому етапі вправи проводиться *рефлексія*. 1) Що схожого можна виділити у цих двох образах, які характеристики є подібними і притаманні обом типам підлітків? 2) Для чого ми виконували цю вправу?

Тренер / тренерка має наголосити, що всі ці варіанти – вибір людини, це також може бути пов'язано з невмінням контролювати емоції, конструктивно відстоювати власну позицію, невмінням / небажанням вдаватися до ефективного спілкування [43. с. 42].

Мета: сформувати в учасників розуміння того, що кожен несе персональну відповідальність за власні вчинки та здатен скеровувати себе та своє майбутнє у правильному напрямі.

Міні-лекція «Знайомство зі світом емоцій» (5-7 хв). Профілактика агресивної поведінки у підлітковому віці також передбачає навчання виражати емоції. Підліткам необхідно вміти говорити про свої емоції, а не тримати їх в середині. Ключові фрази що допомагають у профілактиці агресивної поведінки подано нижче. «Я серджусь / гніваюсь коли…», «Мене дуже дратує те, що », «Мені не подобається / неприємно коли…» та інші. Саме ці фрази дозволяють підліткам звільнитися від потреби бути

агресивними, допомагають підліткам зрозуміти емоції, що притаманні їм у тій чи іншій ситуації. Прояв емоцій у підлітковому віці є нормою, тому з часом таке проговорювання емоцій стане звичкою. Дозволить підлітку зрозуміти свій емоційний стан, зменшити ступінь емоційного роздратування.

Вправа «Дати почуттям назву» (10 хв). Учасникам тренінгу необхідно описати почуття та емоції, які вони відчували упродовж дня та дати їм назву. Далі подумати про свій тиждень, і згадати, які емоції та почуття були в тій чи іншій ситуації. Все, що ви будете озвучувати, я буду записувати на аркуші фліпчарту. Потім обговоримо, що ж у нас вийде». Всі відповіді учасників тренер / тренерка фіксує на заздалегідь розділеному на дві частини аркуші фліпчарту (з одного боку записує назви приємних почуттів, а з іншого – неприємних).

Мета: визначити основні приємні і неприємні почуття, які можуть виникати у людей, та дати їм назви

Рефлексія. 1) Чи складно ідентифікувати почуття та емоції, які у вас виникають? 2) Яких більше емоцій ми відчуваємо протягом дня, позитивних чи негативний? Від чого це залежить? 3) Чи завжди вдається контролювати свої емоції? Якщо так, то яким чином? Якщо ні, то чому? [43. с. 47–48]. Тренер / тренерка акцентує увагу на важливості формувати уміння самоконтролю та пропонує підліткам ряд вправ, які дозволяють керувати емоційним станом; знімати емоційне напруження та релаксувати. Релаксація – один з психологічних методів, що допомагає частково або повністю позбутися фізичного чи психологічного напруження. Процес релаксації або психологічного розслаблення передбачає послідовне проходження фаз розслаблення: спроба розслаблення → розслаблення → процес переходу від напруження до розслаблення та спостереження за ним → «переживання» розслаблення. Аналізуючи емоції слід акцентувати увагу на мультфільмі «Думки навиворіт», якщо учасники тренінгу не переглядали його раніше це може бути домашнім завданням.

Гра-розминка «Емоції та ситуації» (5-7 хв). Учасники стають у коло.

Інструкція тренера: «Зараз кожен назве одну емоцію або почуття та запам'ятає, що він назвав. Я починаю: «Спокій»». Коли всі назвали по одній емоції та запам'ятали її, ведучий продовжує вправу. А зараз кожен назве якусь ситуацію та кине м'яч іншому учаснику, пропонуючи продовжити речення та назвати свою емоцію або почуття. Наприклад: «Коли я стою в черзі, то відчуваю... радість!». Гру закінчено, коли м'яч побував у кожного учасника.

Мета: формування довіри між учасниками через відкритість та щире спілкування; активізація уваги учасників тренінгу.

Рефлексія. 1) Чи складно було обрати певну емоцію? 2) Чи відчували ви названу емоцію у тій чи іншій ситуації?

Діагностичний компонент.

Методика «Вулкан» для діагностики та роботи з агресією (20 хв.). Авторка методики сімейна психологиня Ірина Вшивкова пропонує використовувати дану методику для діагностики агресивності, а також корекції агресивної поведінки у дитячому та підлітковому віці. Методика дозволяє без шкоди для респондента поговорити про агресію, чинники та особливості її прояву.

Мета: діагностика і корекція агресивності, визначення «кількості» гніву і злості у дітей.

Інструкція до виконання. Перед початком учасникам тренінгу необхідно пригадати, що таке вулкан. Кожен учасник тренінгу отримує аркуш паперу формату А4 та кольорові фломастери чи олівці. Кожному учаснику треба намалювати вулкан (колір, положення, фон учасники визначають самостійно).

Інтерпретація результатів. Вулкан агресивних підлітків, як правило вивергається червоною лавою, її буде багато: чим більше агресії, тим більше вона буде займати простору на аркуші. У дітей з пригніченою агресією (тихих, зі схильністю до депресії, пасивних) лава буде вся всередині вулкана, в крайньому випадку, на їхніх малюнках вулкан буде лише злегка нею

«плюватися», та й колір для зображення лави буде обраний не червоний, а сірий, оранжевий [30]. Для більш глибокої діагностики психологічного стану підлітка доцільно аналізувати малюнок разом із відповідями школяра на запитання про сам вулкан.

Питання для обговорення. 1) Який це вулкан? (Відповідь на це запитання відображає, як дитина сприймає себе.); 2) Як допомогти вулкану? (Відповідь на це питання сигналізує, яким саме чином можна покращити емоційний стан підлітка); 3) Що може трапитися при виверженні з усім, що навколо вулкана? 4) Спробуйте знайти способи виверження лави, найбільш безпечні як для самого вулкана, так і для навколишнього світу.

Тест на визначення особливостей агресивної поведінки у підлітковому віці (15-20 хв.).

Інструкція для учасників тренінгу: уважно прочитайте запропоновані запитання та оберіть один варіант відповіді «так» або «ні». Пам’ятайте, що неправильних відповідей немає.

1. Чи терпляча ти людина?
2. Чи впевнений ти в пріоритеті сили над логікою?
3. Чи вважаєш, що оточуючі заздрять тобі з того чи іншого приводу?
4. Чи важко тобі утриматись від сварки, якщо ти з кимсь категорично не згодний?
5. Чи подобається тобі робити щось на зло іншим?
6. Чи буваєш ти неввічливим у тих чи інших ситуаціях?
7. Чи любиш ти читати детективи, дивитись бойовики та фільми жахів?
8. Чи подобається тобі кепкувати з інших, бути критичним і саркастичним?
9. Чи є поруч з тобою людина, яку ти по – справжньому ненавидиш?
10. Чи буваєш ти неприємним для оточуючих?
11. Чи вважаєш ти, що дітей слід карати за неслухняність?
12. Чи вважаєш ти, що застосування смертної кари у деяких випадках виправдане?

13. Чи відчував ти коли – небудь таку лють, що розбивав чи рвав яку - небудь річ?

Інтерпретація результатів. 0-4 бали – ви доброзичливий по відношенню до оточуючих, вважає, що найкращий спосіб спілкування – порозуміння. Схильні вірити в добро, справедливість і любов як фактори, які визначають обличчя людства. Але вміння володіти класними емоціями і почуттями нерідко поєднується з недостатністю впевненості в собі.

5-8 балів – вам властива стриманість, але вона немає нічого спільного з байдужістю чи невпевненістю в собі. У випадку необхідності ви здатний підкоряти своїй волі інших людей, не дозволить їм керувати собою, вміє протиставити невмотивованій агресії власну активно – захисну поведінку.

8-13 балів – ви явно схильний до агресивних імпульсів по відношенню до оточуючих і втрати самоконтролю. Ваша агресивність носить наступальний характер і досить часто є невмотивованою з боку інших [24].

Інформаційне повідомлення «Скажи мені хто твій друг» (5-7 хв) ефективно використовується для створення «психологічного портрету». Учасникам групи потрібно написати 8-10 рис характеру, що притаманні його другу. Важливо не описувати зовнішність, імена, особливості невербального спілкування. Після того, як автор описав свого друга, учасники тренінгу намагаються здогадатися хто це та аналізують точність опису.

Рефлексія. 1) Чи складно було описувати інших не називаючи імен та не описуючи зовнішність? 2) Чи виникало бажання написати негативні риси? Якщо так, то які емоції ви при цьому відчували?

Корекційно-розвивальний компонент

Техніка «Змінити – Уникнути – Прийняти» (10 хв.) передбачає написання підлітком типової для нього стресової ситуації. Наступним етапом підліток аналізує ситуацію та записує свої міркування стосовно того, як можна змінити цю ситуацію, прийняти її чи уникнути. Після написання стадій зміни, уникнення та прийняття стресової ситуації відбувається обговорення результатів.

Вправа «Говоримо гидоти» (10 хв) передбачає об'єднання учасників тренінгового заняття у дві команди. Команди стають навпроти формуючи пари. Учасники однієї команди постійно мають говорити гидоту своєму опоненту, а інша команда має відповідати компліментами. Важливо не використовувати ненормативну лексику. Компліменти та образи необхідно говорити з використанням відповідної невербальної комунікації та емоційного забарвлення. Команди мають змінити ролі. У процесі обговорення вправи важливо з'ясувати в яких ситуаціях було важко втриматися в рамках вправи. Які слова завдавали найбільше болю чи образи? Як впливала невербальна комунікація та емоційне забарвлення слів на їх сприйняття? Що допомагало стримувати емоції та не реагувати на гидоту. Після виконання вправи та обговорення результатів доцільно провести рухливу вправу з позитивним контекстом для зняття психологічної напруженості.

Розминка «Бджоли» (10 хв). Спільною ознакою бджіл і людей є те, що це соціальні істоти. Бджолина сім'я, так само як і суспільство людей спілкуються і діють у рамках правил. У процесі існування та роботи важливим є процес комунікації. Учасники тренінгу об'єднуються у групи, отримуючи картки з різними звуками «а», «о», «у». Всі учасники тренінгу хаотично розходяться по кімнаті та по команді тренера, заплющуючи очі вголос повторюють звуки. Завдання злетітися по звуку до свого рою і утворити три бджолині сім'ї. По завершенню вправи обговорюються відчуття учасників.

Гра «Двоє з одним олівцем» (10 хв) спрямована на розвиток взаємо порозуміння. партнерських відносин, розвиток комунікативних умінь. Учасники об'єднуються у пари. Важливою умовою є те, що спілкування може бути тільки невербальним, а сама вправа супроводжується музикою. Завдання пари – одним олівцем намалювати картину сидячи за одним столом. Час виконання завдання 3-5 хвилин, у залежності від тривалості музичного треку. По завершенню учасники демонструють результат спільної роботи. Тренер

при обговоренні акцентує увагу на важливості ефективної комунікації та проблемах, що виникли унаслідок непорозуміння [58].

Гра «Видихнути хмару» (10 хв). Уявляємо, що вдихаємо хмару і видихаємо її зі звуком – можна з «грозою» та «блискавкою». На вдиху розкриваємо руки, показуючи, який розмір хмари ми вдихаємо. А на видиху створюємо певний звук і зводимо руки, наче зменшуємо хмару – аж поки долоні в кінці видиху не з'єднаються, мов у ляск. Можна супроводжувати видих тупотінням ніг [10].

Заключна частина (25 хвилин)

Вправа «Дій!» (15 хв).

Мета: сформулювати плани учасників на майбутнє з урахуванням знань, отриманих під час тренінгу

Хід виконання вправи. Кожному учаснику необхідно подумати про те, що він отримав від тренінгу, і що збирається робити після завершенн навчання. Далі учасники мають розділити аркуш паперу на три стовпці з написом «Шість місяців», «Три місяці» й «завтра» та заповнити ці стовпці. Після заповнення колонок, кожен учасник зачитує одну найважливішу річ, яку він збирається зробити [23].

Рефлексія (10 хв). 1) Чи допоміг вам тренінг відчути себе розслабленим та мотивованим? 2) Чи справдилися ваші очікування від тренінгу? 3) Які вправи (частини) тренінгу були найбільш ефективними?

Заключні слова: «Дякую кожному з вас за відкритість і участь. Ваші думки та енергія зробили цей тренінг особливим»

Фотографія на згадку (за згодою учасників).

Подякувати кожному особисто та запросити на майбутні тренінги.

Отже профілактика агресивної поведінки у підлітковому віці базується на необхідності навчити підлітків взаємодіяти та комунікувати з іншими учасниками соціуму, сформувати навички позитивного мислення та розвивати вміння протистояти стресовим ситуаціям та знаходити шляхи подолання конфліктів.

ВИСНОВКИ

На підставі результатів дослідження психологічних особливостей попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці ми дійшли таких висновків.

Різні методичні та концептуальні підходи до пояснення феномену агресивної поведінки підлітків не дозволяють однозначно трактувати передумови його виникнення та прояву. Однак, очевидним є те, що агресивність підлітків – комплексне особистісне утворення. Більшість дослідників розмежовують поняття «агресія», «агресивність» та «агресивна поведінка».

У психологічній літературі прийнято розрізняти поняття «агресія» (це дія) і «агресивність» (це властивість особистості, яке проявляється як мірило готовності до агресивної поведінки), що у свою чергу провокують агресивну поведінку у підлітковому віці.

На основі аналізу літератури визначено, що основними ознаками прояву агресивної поведінки у підлітковому віці є: ворожість, словесні образи, негативізм спрямований переважно проти дорослих. Одним з проявів агресивної поведінки у підлітковому віці є погіршення взаємовідносин з однолітками, батьками, учителями. Аутоагресія у підлітковому віці спрямована на заподіяння шкоди самому собі. Інструментальна агресія використовується переважно як засіб досягнення певної мети та притаманна цілеспрямованим, вмотивованим підліткам. Невербальна агресія у підлітків проявляється як погрози, образи, зміст яких прямо говорить про наявність негативних емоцій. Прояви непрямої агресії притаманні підліткам зі слабким самоконтролем та надмірною імпульсивністю.

Виявлено, що на рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці впливають чинники, які умовно можна поділити на внутрішні (психологічні, фізіологічні) та зовнішні (сім’я, соціум) чинники; об’єктивні та суб’єктивні чинники; особистісно-психологічні, соціально-психологічні,

психофізіологічні та індивідуально-психологічні чинники. Зовнішні чинники, що детермінують прояви агресивної поведінки у підлітковому віці є становище та особливості спілкування у сім'ї; вплив соціальних мереж та мережі Internet; незадоволення шкільним життям та особливості спілкування з однолітками. Внутрішні чинники у першу чергу пов'язані з фізіологічними змінами, що відбуваються в організмі підлітка; самооцінкою та рівнем тривожності. Об'єктивними чинниками, що впливають на прояви агресивної поведінки у підлітковому віці є: економічні та соціальні умови життя суспільства та соціальні фрустратори. Суб'єктивними чинники виступають психічні аномалії. Поширеною у психологічні літературі є класифікація чинників, які впливають на особливості агресивної поведінки на особистісно-психологічні (емоційні особливості підлітка та їх несвідома сфера, вроджені риси особистості, зокрема тривожність); соціально-психологічні (вплив соціальних груп на агресивність особистості); індивідуально-психологічні (вживання психотропних речовин, поведінкові розлади); психофізіологічні (вроджені передумови до проявів агресії).

Для визначення рівня прояву агресивної поведінки у підлітковому віці нами було підібрано два опитувальники: тест А. Ассінгера (оцінювання агресивності у стосунках) та методику діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки.

З метою визначення системи чинників, які впливають на особливості прояву агресивної поведінки у підлітковому віці нами було підібрано два опитувальники: методика «Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера» та методика дослідження самооцінки особистості (С. А. Будассі).

Емпіричне дослідження проводилося у 2024 році на базі Садівського ліцею Садівської Сільської ради Сумського району Сумської області. У дослідженні приймало участь 26 підлітків, учні 7–8 класів.

Аналіз результатів показав, що для більшості респондентів підліткового віку – 69,23% притаманний середній рівень агресії, тобто спостерігається

помірна агресія у поведінці. Низький рівень агресії діагностовано у 19,23% респондентів. У 11,54% діагностовано високий рівень агресивної поведінки, відповідно ці підлітки найбільш негативно реагують на детермінанти агресії. Незважаючи на середній рівень агресії у підлітків в цілому, їм все ж таки притаманні такі види агресії, як вербальна – 73,1%, образа – 53,8%, негативізм – 61,53%, підозрілість – 38,46%, роздратування – 65,38%, відчуття провини – 50%, непряма агресія – 57,69%, фізична агресія – 46,15%.

Подібні результати характерні для міжособистісних стосунків підлітків. Більшість респондентів мають середній рівень агресивності у стосунках – 53,84 %, високий рівень агресивної поведінки притаманний 34,61% опитаних, низький рівень агресії у стосунках притаманний 11,53% респондентів.

Встановлено, що більшість опитаних підлітків мають високий рівень особистісної тривожності – 65,38%, значно меншими є показники середнього рівня тривожності – 26,92% та низького рівня – 7,69 %. Високий рівень реактивної тривожності діагностовано у 76,92% респондентів, а середній у 23,07% респондентів. Низький рівень тривожності не було виявлено.

Встановлено, що статистично значущий зв’язок між рівнем агресивної поведінки у підлітковому віці та такими чинниками як особистісна тривожність та самооцінка. Також слід зазначити, що не було виявлено статистично значущого зв’язку між рівнем агресивної поведінки у підлітків та реактивною тривожністю.

Агресія у дитячому віці є менш керованою, тому її подолання є легшим за допомогою корекційних та профілактичних методик. Підліткова агресія, ураховуючи психофізіологічні, вікові та інтелектуальні особливості є більш керованою, тому корекційна робота з особами підліткового віку є більш складною. З метою профілактики та корекції агресивної поведінки у підлітків підібрано систему вправ, інноваційних технік та методик, розроблено тренінгове заняття «Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці».

Програма тренінгу спрямована на запобігання та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці, а також усуненню чинників, які сприяють її виникненню. Ефективне впровадження такої програми здатне знизити рівень прояву агресивної поведінки у підлітковому віці. Основна мета програми полягає у визначенні ступеня дисгармонії у підлітків, розвитку саморегуляції, формування навичок самоконтролю, розвитку навичок самоаналізу та самоконтролю, зниженні рівня ситуативної та реактивної тривожності, розвитку адекватного рівня самооцінки (самосприйняття).

Згідно з технологічним підходом, кожен розділ тренінгової програми «Особливості попередження та подолання агресивної поведінки у підлітковому віці» передбачає наявність трьох компонентів: інформаційно-смислового, діагностичного та корекційного. Кожен з запропонованих структурних компонентів тренінгової програми передбачає систему вправ, інноваційних технік та методик.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Архипова Т.М. Психосоціальні фактори, що сприяють агресивні реакції у підлітковому віці. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку*: матеріали XVIII Міжнародної науково-практичної конференції / за ред. І.В. Жукової, Є.О. Романенка. м. Констанца (Румунія): ВАДНД. 2024 р. С. 153–154.
2. Балабанова Л.М., Віденєєв І.О. Особливості прояву агресивної поведінки у деліквентних підлітків та школярів. *Проблеми екстремальної та кризової психології.* Вип. 1. 2001. 6 с. URL: https://nuczu.edu.ua/sciencearchive/ProblemsOfExtremeAndCrisisPsychology/vol1/2.pdf (дата звернення: 20.10.202024).
3. Бедлінський О.І. Психологічні особливості організації провідної діяльності підлітків: навчальний посібник. Суми: Вид-во СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2011. 136 с.
4. Березка С.В. Причини та види агресивної поведінки особистості. *Психологічні науки.* 2017. № 9. С. 85–93.
5. Бєлова О.Б. Аналіз методик дослідження агресії у молодших школярів з нормальним та порушеним мовленнєвим розвитком. *Проблеми сучасної психології*. Вип. 14. 2011. С. 49–60.
6. Блискун О.О. Модель агресивної поведінки молоді в мережі Інтернет. *Психологія і суспільство*. 2012. № 4 (50). С.154–160.
7. Блискун О.О. Психологічні складові агресивної поведінки молоді в Internet спілкуванні. *Психологія особистості: науковий теоретико-методологічний і прикладний психологічний журнал*. 2022. Т. 12. № 1. С. 5–10.
8. Бовть О.Б. Причини агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку. *Педагогіка і психологія*. 2000. № 1. С. 94–100.
9. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи: монографія. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.

10. Вивільнення агресії у дітей: 10 рятівних ігрових вправ. Міністерство охорони здоров'я України. URL: https://moz.gov.ua/uk/vivilnennja-agresii-u-ditej-10-rjativnih-igrovih-vprav (дата звернення: 11.02.2025).
11. Вовканич М.Д. Соціально-педагогічна освіта та її роль в подоланні насилля в молодіжному середовищі. *Науковий вісний Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка, соціальна робота»* Випуск 29. 2013. С. 33–35.
12. Волянська О.В. Проблеми агресивної поведінки підлітків: фактори та механізми соціалізації. *Вісник Національного університету «Юридична академія України імені Ярослава Мудрого»*. 2016. № 3 (30). С. 117–134.
13. Ворона С.В. Феномен агресивної поведінки в підлітковому віці. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України.* 2019. С. 294–296.
14. Гайдамашко І.А. Професійна підготовка майбутніх соціальних педагогів до профілактики агресії підлітків: автореф. дис…канд. пед. наук: 13.00.04., ТНПУ ім. В. Гнатюка. Тернопіль, 2013. 20 с.
15. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. К.: Либідь, 2000. 376 с.
16. Гончарова Д.В. Розвивальна програма з розвитку емоційно-особистісної сфери підлітків «Я та світ навколо мене». *На урок.* URL: https://naurok.com.ua/rozvivalna-programa-z-rozvitku-emociyno-osobistisno-sferi-pidlitkiv-ya-ta-svit-navkolo-mene-284732.html (дата звернення: 11.02.2025).
17. Гуцуляк Л.І. Профілактика агресивної поведінки підлітків у закладах загальної середньої освіти: *Теоретичний аспект. 2022. Humanitas*. Вип. 1. С. 22–28.

18. Дроздов О.Ю. Соціально-психологічні фактори динаміки агресивної поведінки молоді: дис. … канд. псих. наук: спец. 19.00.05. Чернівці, 2003. 225 с.
19. Жмурко Ю.В. Особливості агресивної поведінки у підлітковому віці та шляхи її попередження та подолання. *Актуальні питання практичної психології в умовах сьогодення: збірник наукових праць II Всеукраїнського науково-практичного семінару «Актуальні питання практичної психології в умовах сьогодення»* (23 січня 2025 р., м. Суми) / за заг. ред. А. В. Вознюк, О. Ю. Василеги. Суми: НВВ КЗ СОІППО. 2025., С. 90–94.
20. Жмурко Ю. В. Теоретичний аспект дослідження проблеми агресивної поведінки у підлітковому віці. *Психологічний супровід учасників освітнього процесу: Інноваційні технології в роботі практичного психолога* (матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції, 30 травня 2024 року, м. Суми) / за заг. ред. А. В. Вознюк, О. Ю. Василеги. [у 2-х ч.]. Ч. 2. Суми: НВВ КЗ СОІППО, 2024. С. 93–96.
21. Зайченко І.В. Педагогіка. Навч. посіб. для студентів вищих педагогічних навчальних закладів, 2-е вид. Київ: «Освіта України», «КНТ», 2008. 528 с.
22. Зошій І. В., Бобанич А.А. Дослідження агресивності особистості: психолого-педагогічний аналіз. *Теорія і практика управління в умовах суспільних викликів і трансформацій*. Львів. 2019. С. 18–21.
23. Іванова О.А. Прояви агресивності у дітей підліткового віку. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти: збірник наукових праць Криворізького педагогічного університету*. 2022. № 6. С. 49–52.
24. Ігри та вправи для тренінгів (зі скарбнички неформальної освіти). *Портал ГУРТ.* URL: https://www.gurt.org.ua/articles/43009/ (дата звернення: 11.02.2025).

25. Кльопа К.О. Тест на агресивність учнів. *Всеосвіта.* URL: https://vseosvita.ua/library/test-na-agresivnist-ucniv-49579.html (дата звернення: 11.02.2025).
26. Коваль О.Є. Тематичний словник-довідник з психології та педагогіки Тернопіль: ТНЕУ, 2013. 138 с.
27. Кондратюк О.П., Києнко-Романюк Л.А. Методичний інструментарій дослідження агресії серед підлітків. *Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі безперервної освіти*. 2023. С. 71–76.
28. Костіна В.В. Теоретико-методичні засади профілактики дезадаптації учнів у різних соціальних інституціях. URL: https://www.pulib.sk/web/kniznica/elpub/dokument/Bernatova9/subor/Kostina.pdf (дата звернення 10.08.2024).
29. Крайніков Е.В. Психологія розвитку: словник-довідник. Київ: Арістей, 2004. 260 с.
30. Мельнікова С.В., Каткова Т.А., Варіна Г.Б. Психологічні особливості прояву агресивної поведінки підлітків у процесі взаємодії з батьками. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки.* № 5. 2018. С. 111–116.
31. Методика «Вулкан» для діагностики та роботи з агресією. *Дитячий психолог*. URL: https://surl.li/uzrrru (дата звернення: 11.02.2025).
32. Методика дослідження самооцінки особистості (С. А. Будассі) URL: https://hurma.work/blog/test-budassi-na-samooczinku-yak-i-navishho-zastosovuvati-hr-fahivczyam/ (дата звернення 15.11.2024).
33. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників: Збірник практичних матеріалів / за ред. О. Степанюк, О. Мельниченко. Київ. 2020. 132 с.
34. Мізерна О.О. Корекційна тренінгові програма самовдосконалення для подолання агресивних проявів серед підлітків. *Практична психологія та соціальна робота.* 2003 №4. 54–61 с.

35. Мойсеєва О.Є. Соціально-психологічні чинники агресії підлітків. *Актуальні проблеми психології.* № 5. 2015. С. 309–317.
36. Мукач Т.С., Камінська О.В. Гендерні відмінності прояву агресії у підлітковому віці. *Гуманітарно-педагогічна освіта: здобутки, проблеми, перспективи.* V Всеукраїнська науково-практична конференція (з міжнародною участю). Дніпро: Акцент ПП. 2024. С. 30–34.
37. Нечітайло І.С. Особливості проявів агресивності чоловіків та жінок у різних вікових групах: дослідження структурних компонентів. *Перспективи та інновації науки.* № 4 (38). 2024. С. 977–991.
38. Оникійчук О., Фальковська Л.М. Зв'язок рівня самооцінки та агресивності у підлітковому віці. *Психологічні дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально-психологічного факультету.* Вип. 8. 2016. С. 109–111.
39. Орос О.Б. Агресивна та насильницька поведінка серед дітей підліткового віку. *Вісник Національного технічного університету України «КПІ». Політологія. Соціологія. Право.* Вип. 2 (38). 2018. С. 90–96.
40. Особистість: практичні засади вивчення: навчально-методичний посібник / Дмитрієва С.М., Король Л.М., Максимець С.М. та ін. Житомир, 2011. 378 с. URL: https://studfile.net/preview/5263788/ (дата звернення 09.10.2024).
41. Павелків В. Р. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки у підлітковому віці. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Вип. 30. Кам'янець-Подільський, Аксіома, 2015. С. 483–495.
42. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник. 2-ге вид., К.: Кондор, 2015. 469 с.
43. Подолання агресивної поведінки. Тренінгова програма для неповнолітніх / автори-упор. Л. Мельник, К. Пуха, Т.Журавель. Київ. 2018. 140 с. URL: https://surl.li/hhdkqd (дата звернення: 11.02.2025).

44. Поліщук В.М. Вікова і педагогічна психологія: навчальний посібник. 4-те вид., Суми: Університетська книга, 2019. 352 с.
45. Про удосконалення організації медичної допомоги дітям підліткового віку. Наказ МОЗ України № 465 від 12. 12. 2002 URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0465282-02#Text (дата звернення 10.08.2024).
46. Психодіагностика: практикум / уклад. Н.О. Данильченко, А.В. Вертель. Суми, Вид-во СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2010. 140 с.
47. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник / уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище. Ужгород: Вид-во Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
48. Руденко Л.М. Процесуальні характеристики агресивної поведінки. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* №. 21. 2012. С. 418–424.
49. Савіна Н.М., Петров О.І. Агресія у студентському середовищі. *Професійна освіта у сучасному світі.* Т. 8 № 2. 2018. С. 1912–1918.
50. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія: начальний посібник. К.: Академвидав, 2005. 360 с.
51. Сергеєва К.В. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації: автореф. дис...канд. пед. наук : 13.00.05., Київський університет імені Грінченка. Київ, 2016. 20 с.
52. Сергеєва К.В. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації: дис. … канд. пед. наук: спец 13.00.05. К., 2016. 368 с.
53. Тест А. Ассінгера (оцінювання агресивності у стосунках) URL: http://www.personal.in.ua/article.php?ida=526 (дата звернення 10.08.2024).
54. Тимочка Л. Тренінг «Подолання агресії у підлітковому віці». *На урок.* URL: https://naurok.com.ua/trening-podolannya-agresi-u-pidlitkovomu-vici-256079.html (дата звернення: 11.02.2025).

55. Цільмак О.М. Психологічні детермінанти прояву агресії. *Наука і освіта: науково-практичний журнал.* № 1-2. 2005. С. 39–42.
56. Чернець А.М., Романовська Л.І. Агресія як деструктивна форма міжособистісної взаємодії сучасних підлітків. *Соціально-психологічна робота: інновації, стратегії та можливості: Збірник матеріалів круглого столу з міжнародною участю*, Кам'янецьПодільський – Ломжа, 19 березня 2024 р. Видавництво: MANS w Łomży, 2024. С. 228-230.
57. Чугай І.В. Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків. *На урок.* URL: https://naurok.com.ua/socialno-pedagogichna-profilaktika-agresivno-povedinki-pidlitkiv-158434.html (дата звернення: 11.02.2025).
58. Шевченко С.В. Програма корекції агресивної поведінки підлітків. *Всеосвіта.* URL: https://vseosvita.ua/library/programa-korekcii-agresivnoi-povedinki-pidlitkiv-99997.html (дата звернення: 11.02.2025).
59. Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера. URL: https://mozok.ua/depressiya/testy/item/2703-shkala-trevogi-spilbergera-STAI (дата звернення 10.08.2024).
60. Шкарлатюк К І. Агресія та здатність до прогнозування в підлітковому віці. *Психологічні перспективи*. Вип. 17. Луцьк. 2010. С. 273–280.
61. Bandura A. Psychological mechanisms of aggression. *Aggression: Theoretical and empirical reviews.* New York: Academic Press, 1983. № 1. P. 1–40.
62. Bass A. Psihologiya agressii (Psychology of aggression). *Voprosy psihologii*. № 3, 2001. P. 60–67.
63. Bastiaens L., Bastiaens I. Youth Aggression: Economic Impact, Causes, Prevention, and Treatment. *Psychiatric Times*. 2006. №23(11). P.1–2.
64. Berkowitz L. Aggression: A Social Psychological Analysis. McGraw Hill Inc., New York, 2000. 361 p.

65. Buss–Durkee Hostility Inventory (BDHI) URL: https://scales.arabpsychology.com/s/buss-durkee-hostility-inventory-bdhi/ (дата звернення 15.11.2024).
66. Dollard J.L. etc. Frustration and Aggression. Oxford University Press, New Haven. London. 2002. 387 p.
67. Fromm E. The Anatomy of Human Destructiveness. New York: Holt, Rinehart & Winston. 2001. 534 p.
68. Schick A.; Cierpka M. Risk factors and prevention of aggressive behavior in children and adolescents. *Journal for educational research online* 8 (1). 2016. P. 90–109.
69. Shcherban T.D, Bretsko I.I and Varha, V.S. Features of aggressive behavior in adolescent age. *Social work and education*. № 9 (3). 2022. P. 422–433.
70. Zilmann D. Hostility and aggression / Zilmann D. New Jersey: [w. r.], 2000. P. 275–288.

ДОДАТКИ

Додаток А

Таблиця А.1

Властивості особистості за методикою дослідження самооцінки особистості (С. А. Будассі)

Якості	Ідеальне	Реальне
Охайність		
Егоїзм		
Черствість		
Захопленість		
Переконанність		
Боягузтво		
Працьовитість		
Практичність		
Сором'язливість		
Співчуття		
Надуманність		
Справедливість		
Самокритичність		
Стриманість		
Розсудливість		
Легковажність		
Вдумливість		
Сприйнятливість		
Запальність		
Нестриманість		
Чарівність		
Вразливість		
Обережність		
Чуйність		
Підозріливість		
Принциповість		
Педантичність		
Привітність		
Розбещеність		
Гордість		
Грубість		
Гуманність		
Доброта		
Нерішучість		
Ніжність		
Наполегливість		
Надійність		
Мстивість		
Мрійливість		

Продовження таблиці А.1

Повільність		
Примхливість		
Легковір'я		
Щирість		
Життєрадісність		
Дбайливість		
Злопам'ятність		
Сором'язливість		
Заздрісність		

Додаток Б

Таблиця Б.1

Результати визначення кореляційного зв'язку між рівнем агресії та рівнем самооцінки у підлітків.

№ опитаних	Показники рівня агресії (змінна А)		Показники рівня самооцінки (змінна В)		d (ранг А – ранг В)	d^2
	Інд. значення	ранг	Інд. значення	ранг		
1.	20	**15**	0,44	**12**	**3**	**9**
2.	15	**2,5**	0,18	**3**	**0,5**	**0,25**
3.	18	**8,5**	0,38	**8**	**0,5**	**0,25**
4.	14	**1**	0,39	**9,5**	**8,5**	**72,25**
5.	17	**5,5**	0,31	**5**	**0,5**	**0,25**
6.	21	**17,5**	0,87	**21,5**	**4**	**16**
7.	19	**12**	- 0,43	**1**	**11**	**121**
8.	20	**15**	0,39	**9,5**	**5,5**	**30,25**
9.	26	**24,5**	0,94	**26**	**1,5**	**2,25**
10.	18	**8,5**	0,12	**2**	**6,5**	**42,25**
11.	21	**17,5**	0,68	**17**	**0,5**	**0,25**
12.	24	**21,5**	0,87	**21,5**	**0**	**0**
13.	19	**12**	0,37	**7**	**5**	**25**
14.	26	**24,5**	0,52	**15,5**	**9**	**81**
15.	16	**4**	0,46	**13**	**9**	**81**
16.	17	**5,5**	0,23	**4**	**1,5**	**2,25**
17.	25	**23**	0,51	**14**	**9**	**81**
18.	24	**21,5**	0,89	**23**	**1,5**	**2,25**
19.	15	**2,5**	0,32	**6**	**3,5**	**12,25**
20.	23	**20**	0,91	**24**	**4**	**16**
21.	18	**8,5**	0,81	**19**	**11,5**	**132,25**
22.	20	**15**	0,84	**20**	**5**	**25**
23.	27	**26**	0,42	**11**	**15**	**225**
24.	22	**19**	0,52	**15,5**	**3,5**	**12,25**
25.	18	**8,5**	0,93	**25**	**16,5**	**272,25**
26.	19	**12**	0,73	**18**	**6**	**36**

= 1297,5

Додаток В

Таблиця В.1

Результати визначення кореляційного зв'язку між рівнем агресії та рівнем особистісної тривожності у підлітків.

№ опитаних	Показники рівня агресії (змінна А)		Показники рівня особистісної тривожності (змінна В)		d (ранг А – ранг В)	d^2
	Інд. значення	ранг	Інд. значення	ранг		
1.	20	**15**	36	**12,5**	**2,5**	**6,25**
2.	15	**2,5**	33	**5,5**	**3**	**9**
3.	18	**8,5**	40	**19,5**	**11**	**121**
4.	14	**1**	44	**24,5**	**23,5**	**552,25**
5.	17	**5,5**	47	**26**	**20,5**	**420,25**
6.	21	**17,5**	46	**25**	**7,5**	**56,25**
7.	19	**12**	42	**21**	**9**	**81**
8.	20	**15**	43	**22**	**7**	**49**
9.	26	**24,5**	39	**18**	**6,5**	**42,25**
10.	18	**8,5**	40	**19,5**	**11**	**121**
11.	21	**17,5**	36	**12,5**	**5**	**25**
12.	24	**21,5**	28	**1**	**20,5**	**420,25**
13.	19	**12**	44	**23,5**	**11,5**	**132,25**
14.	26	**24,5**	38	**16,5**	**8**	**64**
15.	16	**4**	37	**14,5**	**11,5**	**132,25**
16.	17	**5,5**	34	**8**	**2,5**	**6,25**
17.	25	**23**	32	**4**	**19**	**361**
18.	24	**21,5**	38	**16,5**	**5**	**25**
19.	15	**2,5**	29	**2,5**	**0**	**0**
20.	23	**20**	35	**10,5**	**9,5**	**90,25**
21.	18	**8,5**	33	**5,5**	**3**	**9**
22.	20	**15**	34	**8**	**7**	**49**
23.	27	**26**	37	**14,5**	**11,5**	**132,25**
24.	22	**19**	29	**2,5**	**16,5**	**272,25**
25.	18	**8,5**	34	**8**	**0,5**	**0,25**
26.	19	**12**	35	**10,5**	**1,5**	**2,25**
						= 2983,25

Додаток Г

Таблиця Г.1

Результати визначення кореляційного зв'язку між рівнем агресії та рівнем реактивної тривожності у підлітків.

№ опитаних	Показники рівня агресії (змінна А)		Показники рівня реактивної тривожності (змінна В)		d (ранг А – ранг В)	d^2
	Інд. значення	ранг	Інд. значення	ранг		
1.	20	**15**	37	**6,5**	**8,5**	**72,25**
2.	15	**2,5**	41	**16**	**13,5**	**182,25**
3.	18	**8,5**	39	**9**	**0,5**	**0,25**
4.	14	**1**	45	**23,5**	**22,5**	**506,25**
5.	17	**5,5**	45	**23,5**	**18**	**324**
6.	21	**17,5**	46	**25,5**	**8**	**64**
7.	19	**12**	44	**21,5**	**9,5**	**90,25**
8.	20	**15**	46	**25,5**	**10,5**	**110,25**
9.	26	**24,5**	43	**20**	**4,5**	**20,25**
10.	18	**8,5**	41	**16**	**7,5**	**56,25**
11.	21	**17,5**	40	**12,5**	**5**	**25**
12.	24	**21,5**	37	**6,5**	**15**	**225**
13.	19	**12**	40	**12,5**	**0,5**	**0,25**
14.	26	**24,5**	40	**12,5**	**12**	**144**
15.	16	**4**	42	**18,5**	**14,5**	**210,25**
16.	17	**5,5**	36	**4,5**	**1**	**1**
17.	25	**23**	32	**1,5**	**21,5**	**462,25**
18.	24	**21,5**	39	**9**	**12,5**	**156,25**
19.	15	**2,5**	32	**1,5**	**1**	**1**
20.	23	**20**	44	**21,5**	**1,5**	**2,25**
21.	18	**8,5**	40	**12,5**	**4**	**16**
22.	20	**15**	36	**4,5**	**10,5**	**110,25**
23.	27	**26**	42	**18,5**	**7,5**	**56,25**
24.	22	**19**	34	**3**	**16**	**256**
25.	18	**8,5**	39	**9**	**0,5**	**0,25**
26.	19	**12**	41	**16**	**4**	**16**

= 3108