

Міністерство освіти і науки України
Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського
Навчально-науковий гуманітарний інститут
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ, ФІЛОСОФІЇ ТА СУСПІЛЬНИХ НАУК

На правах рукопису

Кваліфікаційна робота на здобуття ступеня вищої освіти
магістр

**ВПЛИВ ІНДИВІДУАЛЬНО-ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК НА
ПРОЯВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Купріянов Дмитро Вікторович
Освітня програма Психологія
Спеціальність 053 Психологія

Науковий керівник

кандидат пед. наук, доцент

Пузирьов Євген Володимирович

Національна шкала _____

Кількість балів: _____ Оцінка: ECTS _____

Київ - 2025

АНОТАЦІЯ

У магістерській роботі Купріянова Д. В. «Вплив індивідуально-особистісних характеристик на прояв агресивної поведінки студентської молоді» представлено комплексне дослідження психологічних чинників, що визначають рівень, інтенсивність та форми агресивної поведінки підлітків. У першому розділі здійснено теоретичний аналіз феномену агресії, розглянуто її психологічну структуру, класифікації та механізми, а також особливості підліткового віку як сенситивного періоду для формування агресивних реакцій. Окрему увагу приділено індивідуально-особистісним характеристикам (темперамент, самооцінка, емоційна регуляція, тривожність, імпульсивність), які науковці виокремлюють як фактори ризику агресивної поведінки.

Ключові слова: агресивна поведінка, студентська молодь, індивідуально-психологічні характеристики, емоційна регуляція, саморегуляція, профілактика агресивної поведінки.

SUMMARY

The master's thesis by D. Kupriyanov, titled “The Influence of Individual and Personal Characteristics on Aggressive Behavior in Student Youth,” presents a comprehensive study of the psychological factors that shape the level, intensity, and forms of aggressive behavior among adolescents. The first chapter provides a theoretical analysis of aggression as a psychological phenomenon, outlining its structure, types, mechanisms, and the specific features of adolescence as a sensitive period for the formation of aggressive reactions. Special attention is given to individual personality traits – such as temperament, self-esteem, emotional regulation, anxiety, and impulsivity – that researchers identify as significant predictors of aggressive behavior.

Key words: aggressive behavior, student youth, individual psychological characteristics, emotional regulation, prevention of aggressive behavior.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ.....	8
1.1. Аналіз поняття «агресія» та «агресивність» у науковій літературі.....	8
1.2. Зміст і структура агресивності підлітків.....	20
Висновки до розділу 1.....	29
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ.....	31
2.1. Організація та методика проведення емпіричного дослідження.....	31
2.2. Аналіз та інтерпретація вираженості показників агресивності та ворожості у підлітків.....	36
2.3. Аналіз результатів дослідження самооцінки підлітків.....	41
Висновки до розділу 2.....	47
РОЗДІЛ 3. ПРОФІЛАКТИЧНІ ЗАХОДИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	50
3.1. Теоретичне обґрунтування програми профілактики агресивної поведінки підлітків.....	50
3.2. Програма соціально-психологічного тренінгу з профілактики агресивності підлітків	61
Висновки до розділу 3.....	70
ВИСНОВКИ.....	72
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	76

ВСТУП

Актуальність дослідження. У молодому віці спостерігається загострення як внутрішньо-особистісних, так соціально-комунікативних суперечностей, що пов'язано з кризою періоду дорослішання, психофізіологічною перебудовою організму, збільшенням фізичної сили та соціальної активності при загальній невпевненості, неврівноваженості, неадекватності (О.Ю. Дроздов, Е.Еріксон, Г.С. Костюк, А.Є. Мелоян, О. Є.Мойсеєва, А.В.Мудрик, М.С.Неймарк, В.Р.Павелків, Ф.Райс, Х.Ремшідт, К. В.Сергеєва, В.Г.Степанов, Я. В. Сухенко, І.С.Федух, Д.І.Фельдштейн, Т.М.Титаренко та ін).

Існуючі на сьогодні теорії агресії по-різному пояснюють причини й механізми агресивної поведінки людини. З. Фрейд, К. Лоренц пов'язують агресію з інстинктивними нахилами, у Дж. Долларда, Л. Берковітца поведінка трактується як безпосередня реакція на фрустрацію, у А. Бандури агресія розглядається як результат соціального навчання. Існує також велика кількість модифікацій та різновидів цих підходів.

Е. Фромм у визначенні поняття «агресія» застосовує розуміння два його види: «доброякісно-захисної» та «злоякісно-деструктивної» агресії як форми інстинктивної поведінки. Д. Доллард, пояснюючи феномен агресії, пропонує фрустраційну теорію: агресивна поведінка виникає як реакція на фрустрацію, а, отже, фрустрація завжди супроводжується агресивністю.

У науковій літературі визначено підходи, теорій, що розкривають сутність агресії та агресивності: гуманістичний підхід, етіологічна теорія, фрустраційна теорія, когнітивно-неасоційована теорія, психоаналітична теорія, теорія соціального наuczіння та ін.

На основі теоретичного вивчення робіт вітчизняних та зарубіжних науковців з проблеми агресії у підлітковому віці (О.М. Балакірева, А.Бандура та Р.Уолтерс, О.Б.Бовть, Т.В. Бондар, Б.Крейхі, В. Р.Павелків, Д.М. Павлова, Ф.Райс, М.Раттер та ін) визначено основні чинники, що впливають на виникнення агресивних поведінкових проявів поведінки у підлітків:

- соціально-психологічні чинники: стилі сімейного виховання, вплив соціальних мереж, ЗМІ, комп'ютерних ігор, соціально-психологічний клімат у освітньому закладі та ін;

- індивідуально-психологічні чинники: біолого-генетичний чинник (властивість організму; проблеми із здоров'ям), особливості нервової системи, несформована самооцінка, несформованість вмінь саморегуляції адиктивна поведінка; відсутність моделей і стратегій життєвої поведінки.

У підлітковому віці існують різні прояви агресивної поведінки у хлопців та дівчат. Встановлено, що у хлопців найчастіше гостро проявляється агресія у 12 та 15-16 років. У дівчат спостерігається найвищий рівень прояву агресивної поведінки в 11-13 років.

Агресивність в особистісних характеристиках підлітка формується як форма протесту проти соціального середовища, через незадоволення своїм статусом у колективі, що проявляється у поведінці. У дослідженні Л. М.Семенюк визначено, що якщо у 10-12-річних хлопців-підлітків переважає фізична агресія, у підлітків 14-17 років на переважає вербальна агресія. Максимальні показники прояву усіх форм агресії (як фізичної, так і вербальної) виявляються в 14-15 років.

Проблема агресивної поведінки підлітків є не новою, проте соціально-економічні зміни у суспільстві обумовили вибір теми дослідження: «Індивідуально-психологічні чинники агресивної поведінки підлітків».

Теоретичною базою дослідження наукові праці, публікації О.Ю. Дроздова, Е.Еріксона, Г.С. Костюка, А.Є. Мелоян, О. Є.Мойсеевої, А.В.Мудрик, М.С.Неймарк, В.Р.Павелківа, Ф.Райс, Х.Ремшмідт, К. В.Сергеевої, В.Г.Степанова, Я. В. Сухенко, І.С.Федух, Д.І.Фельдштейн, Т.М.Титаренко та ін.

Об'єкт дослідження: агресивна поведінка у підлітковому віці.

Предмет дослідження: вплив індивідуально-особистісних характеристик на прояв агресивної поведінки у підлітковому віці.

Мета дослідження: здійснити теоретичне та емпіричне дослідження впливу індивідуально-психологічних характеристик на прояв агресивної поведінки у підлітків.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний огляд наукових досліджень з проблеми вивчення сутності понять «агресія» та «агресивність» у зарубіжній та вітчизняній літературі.
2. Проаналізувати та охарактеризувати види, форми та чинники агресивної поведінки у підлітковому віці.
3. Представити діагностичний інструментарій виявлення індивідуально-психологічних особливостей агресивності підлітків та здійснити аналіз отриманих результатів.
4. Розробити та апробувати програму заходів профілактики агресивної поведінки підлітків.

Експериментальна база дослідження. Базою дослідження визначено Київський фаховий коледж. В опитуванні взяли участь 83 студента 2 курсу, які вступили на навчання після 9 класу загальноосвітніх навчальних закладів м.Києва та Київської області та навчаються за спеціальністю 061 «Журналістика».

Методи дослідження. У кваліфікаційній роботі застосовано якісний та кількісний аналізи для обробки отриманих результатів, методи математичної статистики, а саме:

- теоретичні (аналіз наукових розробок проблематики агресивної поведінки підлітків);
- *емпіричні*: комплекс психодіагностичних методик:
 1. Опитувальник А. Басса та А. Дарки.
 2. Методика «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності Спілбергера-Ханіна.
 3. Діагностика рівня самооцінки підлітка (опитувальник Г.Н. Казанцевої).
 4. Характерологічний опитувальник Х.Шмішека.

Математико-статистичні: описова статистика, кореляційний аналіз.

Публікації: тези на тему: «Проблематика вивчення поняття «агресія», «агресивність» у підлітковому віці». Сучасні вектори відновлення та розвитку України на засадах сталості та безпеки. Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 21 листопада 2023 року). Чернігів : ГО «Науково-освітній інноваційний центр суспільних трансформацій», 2023. С. 226-227.

Підрозділ монографії на тему: «Агресивність в аспекті підліткового віку». Ментальне здоров'я особистості та організації : колектив на монографія. Академія праці, соціальних відносин і туризму / За заг. ред. : Г. А. Пріба, Л. Є. Бегези. Київ : ТОВ «Типографія АМГ», 2024. С. 134–140.

Структура дипломної роботи. Кваліфікаційна робота викладена на ____ сторінках друкованого тексту та складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел. Список використаної літератури містить 67 джерел.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

1.1. Аналіз поняття «агресія» та «агресивність» у наукових літературі

У сучасному суспільстві в умовах швидкоплинних змін проблема агресивності серед людей все більшою мірою привертає увагу науковців. Саме агресивність у структурі особистості людини є передумовою формування як конструктивних, так і деструктивних форм поведінки, які несуть у собі антисоціальний характер.

Поняття «агресія» й «агресивність» походять від латинського слова «aggressio», що означає «напад», та не є тотожними. Терміни «агресія», «агресивність» мають різні значення. Зачасту, поняття «агресія» визначається як фізична або словесна поведінка людини, яка спрямована на заподіяння шкоди суб'єктам чи об'єктам дійсності; агресивність трактується як якість особистості, яка проявляється у ставленні до соціального середовища. С. В. Шевченко вказує, що «Агресія – це індивідуальна чи колективна поведінка чи дія, направлена на нанесення фізичної або психічної шкоди чи знищення іншої людини/групи; це будь-яка форма поведінки, націленої на образу чи завдання шкоди іншій живій істоті, що не бажає подібного звернення» [41].

У психологічній літературі дослідження поняття «агресія» представлена двома основними групами:

- 1) агресія як психічна властивість людини (риса індивіда) – трактується як агресивність особистості (А. Адлер, К. Лоренц, Д. Річардсон, З. Фрейд, А. Фрейд та ін.);
- 2) агресія – як форма поведінки (А. Басс, Л. Берковіц, Дж. Доллард, Н. Міллер та ін.).

Представники біхевіоризму (John B. Watson, Edward L. Thorndike, Edward C. Tolman) агресію визначають, як засвоєна за певних умов поведінка людини у процесі первинної соціалізації (теорія соціального научіння). Представники поведінкового підходу висловлюють думку про те, що агресивність особистості є результатом соціалізації, та є формою регулювання емоційних та поведінкових імпульсивних дій.

Р. Плутчик [31], досліджуючи емоції (вісім основних емоцій: радість, довіра, страх, здивування, смуток, очікування, гнів і відраза.), вважав, що агресія у процесі адаптації людини до соціального середовища може бути як механізм захисту та виступати у формі адаптивних реакцій: відкидання, реінтеграцію, орієнтацію, дослідження, інкорпорацію, протекцію, руйнування, відтворення. Також Р. Плутчик встановив, що механізми психологічного захисту характеризуються біполярними та полярними емоціями.

У теорії соціального научіння підкреслено, що агресія розглядається як поведінка, засвоєна у процесі соціалізації. Тобто, агресивна поведінка може проявлятися за умов:

- 1) наявність факторів, що провокують появу агресії;
- 2) попередній досвід отримання агресивної поведінки;
- 3) умови, при яких такий вид поведінки закріплюється.

Представники біхевіорального підходу також розглядали агресивну поведінку не як еволюційний процес, а як ситуативну реакцію людини на непереборні бар'єри, які стоять на шляху до досягнення мети, та викликають розгубленість чи фрустрацію. Д. Доллард [Dollard J., Miller N.E. *Personality and psychotherapy*. New York : McGraw-Hill, 1950. 179 p.] став автором теорії, основним припущенням якої є: «агресія завжди є наслідком фрустрації». У свою чергу Леонард Берковіц у теорії «фрустрація-агресія» зробив припущення, що соціальне оточення впливає на прояв агресивності людини, що проявляється в діях чи поведінці [44].

Терміни «агресія», «агресивність» мають різні значення. Зачасту, поняття «агресія» визначається як фізична або словесна поведінка людини, яка

спрямована на завдання шкоди суб'єктам чи об'єктам дійсності, у той час як агресивність це якість особистості, притаманна особі, яка проявляє жорстокість щодо найближчого оточення.

У психологічній літературі дослідження поняття «агресія» представлена двома основними групами:

3) агресія як психічна властивість людини (риса індивіда) – трактується як агресивність особистості (А. Адлер, К. Лоренц, Д. Річардсон, З. Фрейд, А. Фрейд та ін);

4) агресія – як форма поведінки (А. Басс, Л. Берковіц, Дж. Доллард, Н. Міллер та ін.).

Проаналізуємо поняття «агресія» за першою групою (табл.1).

Таблиця 1.1.

Аналіз поняття «агресія» як властивість індивіда

Підхід	Представники	Трактування
Біополітичний підхід		Агресія розглядається не як емоція, а як модель (тип) поведінки; агресія, закладена в людину природою, але може бути приборкана у процесі соціалізації та виховання [зі с. 126._Кравець А.Ю. Біодипломатія як нова біополітична модель міжнародних відносин. / А.Ю. Кравець, І.В. Алексеєнко. Дніпро : Науковий журнал «Політикус», 2020. №4. - С. 124-128.].
Аксіологічний підхід	А. Адлер, Т. Алексеєнко, Р. Берон, І. Доброскока, К. Ізар, Л. Лохвицька, Є. Лютова, Т.Моніна, Д.Річардсон, Ч.Дарвін	Агресивність – емоційний стан індивіда, який виявляється в імпульсивній активності поведінки, афективних переживаннях, завданні морального, психічного чи фізичного ушкодження іншим
Особистісний підхід	А. Анцупов, О. Атемасова, Е. Басс, О. Волянська, Є. Ільїн,	Агресивність – властивість особистості, яка характеризується наявністю деструктивних тенденцій у сфері

	В. Клайн, Л. Мардахаєв, Г.Маркузе, М. Охрімчук, Є. Рого, О. Холостова, А. Шипилова	суб'єктно-суб'єктних, суб'єкт-об'єктних відносин
--	---	---

С. Рам, Р. Саммі агресивність визначають як «функціональний потенціал індивіда, а не як поведінку» [Ram, с. 23]. Акцентуючи увагу на тому, що агресивність і агресія поняття не синонімічні, вчені агресію розуміють як «агресивну поведінку, яка є частиною характеристик поведінки, придбаних людьми в рамках відповідної культури з метою захисту від хижаків, а не вбивства інших людей» [Senthil Ram, с. 23].

У продовження теоретичного аналізу літератури з трактування агресії як властивості індивіда розглянемо біологічні, генетичні, біохімічні та психологічні теорії агресії. Біологічні теорії агресії полягає у існуванні зв'язку кори півкуль головного мозку з діяльністю. Виявлено ділянки центральної нервової системи, що відповідають за активізацію агресивної поведінки людей і тварин. Відповідно, активація певних зон мозку призводить до посилення ворожості, а дезактивація – до її послаблення [17].

Теорія «агресії» у генетиці: аномалія хромосом ХУУ є генетичним чинником агресії, надлишок Y-матеріалу призводить до розумової відсталості та агресії.

Проаналізуємо поняття «агресія» за другою групою – як форму поведінки (табл.2).

Таблиця 1.2.

Аналіз поняття «агресія» як поведінка індивіда

Підхід	Представники	Трактування поняття
Поведінковий підхід	Т. Румянцева, В. Франкл, Р. Трамблей	Агресія – довільна, контрольована поведінка, імпульсивні дії
Мотиваційний підхід	Ф. Бассін, Є. Гладкова, С.Єніколопов, К.Платонов,	Агресивність – внутрішня спонuka до здійснення агресивних дій, прагнення до насильницьких дій у міжособистісних

	Ф. Сафуанов	стосунках
--	-------------	-----------

Д. Гуральнік у Вебстерському словнику Нового світового коледжу розуміє агресивність як суворе, енергійне прагнення до своїх цілей, коннотацію, зневажливе використання, безжалісне бажання домінувати. Агресію визначає дослідник як неспровоковану атаку або шкідливу дію проти іншого, військовий акт [Guralnik]. В Осфордському англійському словнику Д. Мюррей тлумачить агресивність як ворожу або насильницьку поведінку; агресія характеризується автором як почуття гніву або антипатія, що призводять до ворожої або насильницької поведінки, готовність атакувати або протистояти [Murray]. Словенський дослідник П. Пропер зазначає, що агресія – це «руйнівна, навіть ворожа тенденція»], агресивність же виступає в якості «конструктивної мотивації сили, яка призводить до самоствердження, майстерності, індивідуальності та поділу» [41] .

У працях Я. Коломінського підтверджується думку про відсутність тотожності між агресією та агресивністю. На думку науковця агресія – це «сукупність певних дій, які завдають моральну, фізичну чи матеріальну шкоду іншому об'єкту; водночас агресивність розуміється як особистісна якість, особливість, яка виражається у готовності до агресивних дій по відношенню до іншого [17, с. 60].

У дослідженнях К. Шалагінової зазначається, що агресія – це цілеспрямована руйнівна поведінка, яка суперечить нормам і правилам співіснування людей у суспільстві, завдає шкоди об'єктам нападу, заподіює фізичний збиток людям, викликає у них психологічний дискомфорт. Агресивність у визначеннях науковця характеризується як особистісна риса, властивість, що має різний ступінь вираженості [40].

На думку З. Касімової, агресивність передбачає ситуативний, соціальний, психологічний стан безпосередньо перед або під час агресивної дії. Автор акцентує увагу на здорових рисах агресивності: наполегливість, ініціатива,

напористість у досягненні мети, подолання перешкод. Агресію вчений розуміє як зло, що суперечить загальноприйнятим нормам поведінки [12].

Здійснюючи аналіз вищезазначених праць, ми дійшли висновку, що, незважаючи на спільні загальні підстави формування, терміни «агресія», «агресивність» мають різну сутність, тенденції функціонування, тому мають розглядатися виокремлено та більш поглиблено.

Аналізуючи тлумачення понятті «агресивність», можна зробити висновок про різносторонній опис та характеристику даного феномена (рис. 1.1.1):

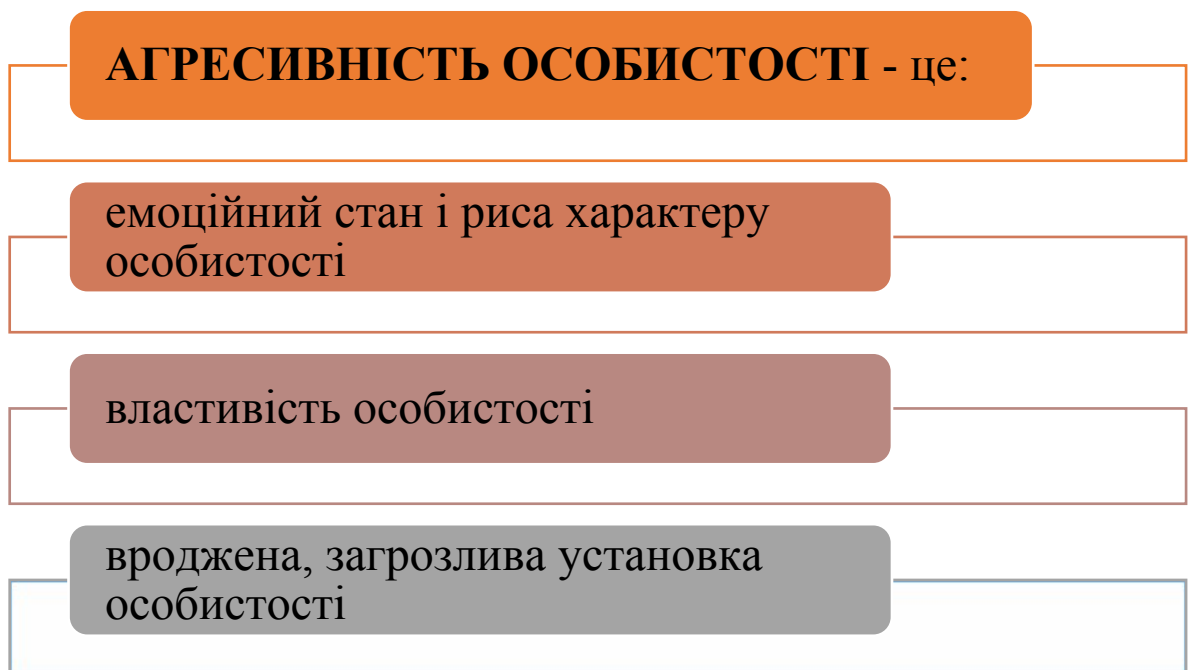


Рис. 1.1.1. Аналіз визначення поняття «агресивність особистості»

Це «емоційний стан і риса характеру особистості, вирізняється імпульсивною активністю поведінки, афективними переживаннями гніву, злості, намаганням заподіяти іншому травму» (С. У. Гончаренко, М. Дьяченко, Л. Кандибович, с. 12) [, с.15], [...];

- «риса характеру, що виражається у ворожому ставленні людини до інших людей, тварин, навколишнього світу» [8],
- властивість особистості, що проявляється у схильності до швидкого розгортання стану агресії та свідчить про низький поріг її виникнення, представлена агресивність у психологічному словнику В. Войтка [10];

- «одну з вроджених, загрозливих установок, що виражається у прагненні до наступальних дій, які спрямовані на завдання збитків або знищення об'єкта».

Таким чином, агресивність особистості будемо розглядати як властивість, рису характеру, емоційний стан, установка особистості, що проявляється в імпульсивній поведінці, ворожому ставленні до інших людей, з метою заподіяння шкоди.

Дослідження Ю. Качанової, яка агресивність розглядає як відносно усталену рису особистості, що виражає готовність до агресії та визначає загальну тенденцію поведінки, містять аналіз як вищезазначених наукових підходів щодо сутності та характеристики агресивності, так і огляд позицій представників соціобіологічного підходу (Р. Берон [45], Д. Річардсон, Д. Майлс [Miles], Г. Карей [Carey]). Згідно цього підходу агресивність розглядається як засіб, завдяки якого індивідууми намагаються одержати свою частку ресурсів, що забезпечує успіх (переважно на генетичному рівні) у природному доборі. Науковці характеризують агресію як форму поведінки, що розвилася у тварин і людей унаслідок їх потенційної здатності збільшити репродуктивну успішність особини у процесі природного добору майбутнім поколінням. Автори вважають, що схильність до агресивної поведінки становить частину генетичної конституції індивіда.

Так, у теорії потягів З. Фрейда агресивність – це вроджений і необхідний прояв інстинкту смерті у людини, що проявляється в руйнуванні особистості чи агресії, яка виплескується на оточуючих. Такий інстинкт спрямований проти самого себе, тому є інстинктом або саморуйнування, або руйнування іншого індивіда. На думку науковця, агресивність є не реакцією на подразнення, а характеризується як постійно присутній в організмі рухливий імпульс, обумовлений конституцією людської істоти, самою природою людини [37].

Підтримуючи попередні позиції науковців, К. Лоренц характеризує агресивність як вроджену властивість і прояв інстинкту виживання. На думку дослідника, саме агресивність сприяє природному відбору. Автор вважає, що

агресивна енергія генерується в організмі спонтанно, безперервно, в постійному темпі, накопичуючись із плином часу, акумулюється у агресивність, яка проявляється через агресивні дії. Прояв агресивних дій залежить від кількості накопиченої агресивної енергії, наявності та сили стимулів, що полегшують розрядку агресії. Науковець зазначає, що чим більше агресивної енергії, тим меншої сили потрібен стимул для прояву агресії зовні.

Представники *соціологічного* підходу (Г. Андрєєва, А. Бандура, М. Біллінг, Р. Браун, Н. Богомоллова, Л. Петровська, Р. Сміт, Д. Тедеші) розглядають агресивність з позиції впливу моделей поведінки в оточуючому середовищі на людину, процесу соціалізації.

Згідно теорії соціального навічання, представником якої є А. Бандура, прояви агресивності з'являються у людини в результаті навчання, виховання, наслідування, оскільки суб'єкт у повсякденному житті знаходиться під впливом різних моделей агресивної поведінки в сім'ї, субкультурі, засобах масової інформації. Науковець наголошує, що агресивність формується у процесі соціалізації завдяки спостереженню за відповідним способом дій під час соціального пристосування, де зразок поведінки інших розглядається як засіб міжособистісного впливу. Дослідник виокремлює три основні особливості, які варто враховувати під час вивчення агресивності: спосіб засвоєння подібних дій; фактори, які провокують їх прояв; умови, під час яких вони закріплюються [1].

У теорії соціального пояснення агресивності М. Біллінг вважає, що агресивність може бути представлена як результат соціалізації людини, яка перебуває у різних умовах та піддається впливу різноманітних факторів. На думку автора, агресивність – це специфічна реакція на ідеальне бачення норм поведінки суспільства, вираження незадоволеності діяльністю окремих людей або групи людей в сфері реалізації ідеальних норм поведінки, небажання вирішувати нагальні проблеми сучасного суспільства [Billing].

Американські (Д. Тедеші, Р. Сміт, Р. Браун) та вітчизняні (Г. Андрєєва, Н. Богомоллова, Л. Петровська) дослідники згідно теорії соціального впливу вважають, що агресивність не може належати до якогось конкретного виду

людських дій, а є лише ярликом для позначення дій, у яких головним способом соціального впливу обрана примусова сила. Науковці ототожнюють агресивність із примусовою силою, яка не входить до жодного переліку соціальних норм. Автори визначають агресивність як суму особистих елементів сприйняття спостерігача, які залежать від моральної позиції суб'єкта, різного роду орієнтацій. Таким чином, учені досліджують агресивність, відходячи від вивчення глибинних внутрішньо особистісних динамік людської агресивної поведінки, та, пояснюючи дане явище як феномен, який необхідно розглядати в контексті реальних суспільних відносин [Tedeschi, Андреева].

Прихильники теорії фрустрації Д. Доллард, Н. Міллер агресивність не пов'язують із вродженими особливостями, потягом, а розглядають її як реакцію на фрустрацію, що характеризується спробою подолати перешкоду на шляху до задоволення потреб, досягнення гармонії, емоційної рівноваги. Дослідники вважають, що агресивність – це усвідомлена реакція на перешкоду, яка ґрунтується на чотирьох основних явищах: агресії (намір нашкодити іншому своїми діями), фрустрації (стан нездійснення своєї потреби, бажання), гальмуванні (обмеження, згортання дій через очікування негативних наслідків), заміщенні (прагнення брати участь в агресивних діях, спрямованих проти будь-якої іншої особи) [Dollard J., Miller N].

А. Берковиц тлумачить агресивність як «відносно стабільну готовність до агресивних дій у найрізноманітніших ситуаціях» або «схильність до агресивної поведінки» [44, с. 44]. На думку вченого, агресивність з'являється в стані фрустрації, як одного зі стимулів, які здатні лише спровокувати агресивні реакції, але не призводять до агресивної поведінки, створюють готовність до агресивних дій. Згідно поглядів дослідника, стимули набувають властивості провокувати агресію завдяки процесу, подібного до вироблення умовних рефлексів. Стимули, які постійно пов'язані з чинниками, що провокують агресію, можуть поступово схиляти до агресивних дій індивідуумів, раніше спровокованих або фрустрованих [44].

На думку В. Франкла, у феномені агресивності варто розрізняти імпульсивні агресивні прояви, довільну, свідомо контрольовану агресивну поведінку. Дослідник акцентує увагу на тому, що відсутність розмежування, ігнорування відносної свободи вибору особистості щодо власних агресивних вчинків призводять до появи агресії, як феномену, який зумовлений неконтрольованими свідомістю, волею, інстинктивними імпульсами [49].

Р. Тремблей наголошує, що агресивність – це природна поведінка, яка не здобувається з досвідом, а є властивою людині від народження. На думку науковця, агресивність презентує залишок еволюційного розвитку людини в період боротьби за виживання, згодом якою навчилася керувати. Проте, з позиції дослідника, людина проявляє себе найгіршим чином під час слабкості перед іншими, демонструючи «інструмент» захисту [58].

З позиції К. Платонова, агресивність – це психічне явище, яке виражається у прагненні до насильницьких дій у міжособистісних стосунках. На думку вченого, агресивність може проявлятися як ситуативний короткостроковий психічний процес або стан, як результат недостатнього виховання чи симптом психічного захворювання [22].

Ф. Сафуанов, Є. Гладкова розглядають агресивність як мотиваційну тенденцію, внутрішню спонуку до здійснення агресивних дій, як реакцію особи на фрустрацію потреб і конфлікт, що виражаються в суб'єктивній тенденції до ворожої поведінки, спрямованої на повне або часткового обмеження волі, дій, на заподіяння шкоди або страждань іншим. Дослідники впевнені, що агресивність забезпечується готовністю особи, на яку спрямована агресія, сприймати й інтерпретувати поведінку агресора відповідним чином [18].

Р. Берон, Д. Річардсон, Є. Лютова, Т. Моніна вважають, що агресивність може розглядатися як конкретно актуальний стан афекту, а поведінка в стані агресії, як діяння, здійснене в стані афекту. Автори зазначають, що агресивність – це засіб, завдяки якому індивідууми намагаються одержати свою частку ресурсів, забезпечуючи успіх у природному доборі. Для науковців агресивність проявляється у тварин, людей унаслідок їх потенційної здатності збільшити

репродуктивну успішність особин. Науковці зазначають, що схильність до агресії передбачена генетичною конструкцією індивіда [].

Для більш поглибленого розуміння сутності агресивності слід акцентувати увагу на теорію диференціальних емоцій К. Ізарда. Дослідник термін «агресивність» ототожнює з поняттям «ворожість», вказуючи на те, що ворожість – це складна форма афективно-когнітивної орієнтації. До складу агресивності науковець відносить набір різних емоцій (гнів, відраза, презирство), які взаємодіють один із одним, потягів, афективно-когнітивних структур. Серед різноманітних емоцій в агресивності, на думку автора, обов'язково присутній потяг, афект і думка або образ, який пов'язаний із ситуацією заподіяння шкоди об'єкту агресивності. Даний образ, бажання можуть містити реальний намір заподіяти шкоду об'єкту, який у сприятливих для цього умов трансформується в агресію, що передбачає ворожу дію або поведінку по відношенню до об'єкта агресивності [Изард].

Так, Е. Басс, Є. Рогов, О. Холостова під агресивністю розуміють властивість особистості, яка характеризується наявністю деструктивних тенденцій у сфері суб'єктно-суб'єктних, суб'єкт-об'єктних відносин. Автори вважають, що агресивність необхідний елемент у процесі усунення та руйнування перешкод, подолання труднощів, що заважають у реалізації потреб індивідуального розвитку людини, творчій діяльності. З позиції науковців, агресивність є набутою якістю, продуктом соціалізації, заснована на біологічних адаптивних механізмах, спільних у людей і тварин. Уроджені характеристики (тип характеру, вид темпераменту, особливості гормонального статусу) в процесі розвитку людини можуть впливати на формування агресивності, але не є визначальними факторами.

З позиції М. Охрімчука, агресивність представлена як системна соціально-психологічна властивість, яка формується в процесі соціалізації людини та описується трьома групами факторів: суб'єктивними, об'єктивними, соціально-нормативними. Автор зазначає, що механізм прояву агресивності залежить від поєднання трьох груп факторів, які формують готовність індивіда здійснити

агресивний акт, індивідуальну схильність суб'єкта до непрямих агресивних реакцій, прагнення до агресивних дій в міжособистісних стосунках. М. Охрімчук наголошує, що агресивність може проявлятися у схильності до нападу на інших, виражатися в суб'єктивній тенденції до ворожої поведінки проти інших людей.

На думку О. Волянської, агресивність – це вроджена властивість кожної живої істоти, здатність до активності, спрямованої на задоволення своїх потреб, усвідомлювана чи неусвідомлювана схильність до агресивної поведінки. У дослідженнях автора зазначено, що агресивність може мати різний рівень прояву: повна відсутність чи граничний стан. Повна відсутність агресивності демонструє податливість, апатію, бездіяльність; граничний стан агресивності представляє нездатність до соціальної кооперації, ворожість, негативізм. Науковець вважає, що агресивність має як негативну, так і позитивну сторони. Негативна сторона агресивності набуває у ситуаціях, що пов'язані з недоліками соціальної адаптації; позитивна сторона агресивності проявляється як здатність до активності, боротьба за виживання, самовдосконалення, ініціатива до подолання труднощів [3].

В. Клайн стверджує, що агресивність – це здорові риси людини, які можуть бути корисними для суспільства. Серед таких рис автор виокремлює: наполегливість, ініціативу, завзятість, прагнення до перемоги, подолання перешкод. Науковець вважає, що такі якості притаманні лідерам та переможцям [48].

Як бачимо, у межах визначених наукових підходів теоретичний аналіз проблеми агресивності особистості засвідчив, що більшість науковців визначили досліджуване явище як особистісне утворення, що характеризується стійкістю; частина вчених розглядають агресивність як діяльність, результат процесу соціалізації; інші автори агресивність вивчають крізь призму інстинктивних поведінкових, мотиваційних аспектів особистості; деякі дослідники тлумачать агресивність як емоційний стан.

Важливо зазначити, що незважаючи на те, що термін «агресивність» достатньо обговорюється науковцями, загальноприйнятого її визначення немає.

Тому, на основі аналізу основних напрямків досліджень щодо розуміння сутності агресивності особистості, маємо можливість уточнити поняття «агресивність» і зробити кілька теоретичних узагальнень для осмислення досліджуваної проблеми.

Отже, агресивність особистості – це інтегрована сукупність властивостей особистості, яка виражається у потенційній готовності до позитивних чи негативних дій, що залежать від впливу різного роду чинників.

Таким чином, представлені особливості агресивності особистості в поглядах дослідників свідчать про те, що даний феномен розглядається науковцями неоднозначно. Одні вчені визначають агресивність як діяльнісну характеристику особистості; інші – вважають, що агресивність проявляється через поведінкові аспекти особистості; треті – акцентують увагу на мотиваційних складових особистості; четверті – розглядають агресивність із боку емоційних станів; п'яті – стверджують, що агресивність визначає властивості, риси особистості, які обумовлені впливом різноманітних чинників. Крім того, агресивність особистості можна розглядати як з негативного, так і з позитивного боку, не вбачаючи у цьому феномені антисоціальної спрямованості, характеризуючи його як природне явище.

1.2. Зміст і структура агресивності підлітків

Науковцями досліджено, що агресивність особистості проявляється та формується в період ранньої соціалізації. Тому увага фахівців все більше зосереджена на дослідженні проблеми агресивності особистості підліткового віку.

Поняття «підлітковий вік» означає надзвичайно неоднорідну соціально-демографічну категорію. Серед науковців існує велика розбіжність у розумінні поняття «підлітковий вік». Більшість із них відзначає, що це вік від 10 до 25 років, і тому «підлітковий вік», як правило, ділиться на під-етапи. Теоретики і

клініцисти історично відрізнялися в хронологічному визначенні цих під-етапів. Л. Найнштайн та ін., часто консультуючись із позицією клініцистів, визначає ранній юнацький вік приблизно від 10 до 13 років, середню юність приблизно від 14 до 16 років і пізній юнацький вік приблизно від 17 до 21 року.

Д. Елліотт і С. Фельдман описали ранній підлітковий вік від 10 до 14 років, середній юнацький вік становить від 15 до 17 років, а пізній юнацький вік – 18 років, до середини 20-х років.

Цікавий науковий підхід представлено у роботі Ж. Арнетт, який запропонував вилучити вік від 18 до 25 років із визначення «підлітковий вік» на користь нової окремої фази людського розвитку – «початковий розвиток дорослого населення». Інші науковці, які досліджують людей до моменту 20-річчя, використовують поняття «юність», «twixters» і «adultescents». Молодість характеризується тим, що її громадяни належать до іншого статусу за їх віком, статтю та соціально-економічним становищем. Соціологічні проблеми «підліткового віку» стосуються засобів присвоєння цього статусу, уявлень, на які вони посилаються, поведінки, яка викликає у зацікавлених сторін та їх окремих головних дійових осіб (дорослих) або колективних (соціальних, економічних інституцій та політики). Отже, підлітковий вік – це період швидкого когнітивного розвитку.

Один із засновників психології, швейцарський психолог Ж. Піаже описав підлітковий вік як період життя, в якому думка індивіда починає приймати більш абстрактну форму і той період коли егоцентричність думки зменшуються. Це дозволяє людині думати і міркувати в більш ширшій перспективі, із огляду на

своє майбутнє. Протягом чотирьох-п'яти років цього етапу дитина стає все більше і більш кваліфікованою в обробці своїх розумових операцій. Як зазначають Ж. Піаже та С. Інґелдер, «логічна форма суджень і міркувань у підлітка організована вже у більш-менш нерозривному зв'язку із їх змістом, тобто розумові операції вважаються вірними, а не простими уявленнями про світ».

З настанням статевої зрілості, фізичних змін, таких як статеве дозрівання, збільшення зросту, виникають когнітивні, емоційні та соціальні зміни у житті підлітка. Підлітки розвивають здатність мислити абстрактно, більше використовують свій розум, висловлюються більш ефективно та науково. Вони розвивають моральне судження, відносини з однолітками, має велике значення все, що супроводжує підвищену незалежність від батьків.

У порівнянні із дітьми, підлітки частіше ставлять під сумнів твердження інших людей, і менш схильні приймати факти як абсолютні істини. Завдяки своєму досвіду за межами сімейного кола вони дізнаються, що правила, які здавалися їм абсолютними, насправді відносні. Вони починають розрізняти норми, встановлені здоровим глуздом (наприклад, щоб уникнути смертельної небезпеки), а також ті, що базуються на культурних нормах (етикет), це та відмінність, яку не роблять маленькі діти.

Наукові дослідження часто зосереджується на підлітковому романтичному житті через їх ризики. Проте деякі дослідники зосереджують увагу на соціальному аспекті та застережені у тих явищах, що виникають у підліткових відносинах. Дійсно, для підлітків поширені романтичні стосунки: вони цілуються, тримаються за руки, відчують себе у любові, вважають себе парами і представляють себе у спілкуванні із своїм другом по відношенню до свого соціального середовища.

Ще однією психологічної особливістю поведінки, є те, що підліток раптово хоче припинити своє дитинство порівнюючи зі своїм бажанням, своїми ідеалами, моделями ідентифікації та інтересами, що виходять із дитинства. Підліток шукає

нові джерела інтересу та задоволення. Йому також важливо відійти від своїх батьків, навіть якщо це символічна відстань.

Однією з основних функцій психічної діяльності є адаптація до нових ситуацій. Це форма інтелекту, що гарантує гарне навчання, накопичення, абстракцію та запам'ятовування знань.

Дійсно, керуючись формальною логікою можемо вивести декілька висновків та припущень, без звернення до фактичного спостереження. Доступ підлітка до знань, надає йому змогу транспозиціювати логічні операції переходячи від конкретних маніпулювань, до змістовних ідей.

Психічна діяльність у підлітковому віці все ще відрізняється від психічної активності дорослого, даючи зрозуміти всі аспекти його досвіду, збагачується контактами із новими групами та соціальними інституціями. Розвивається поняття про дружбу, мораль, релігію, справедливість, естетику та любов. Звичайно, не всі підлітки створюють оригінальні теорії. Багато підлітків приймає без опору встановлені вірування [19].

Психологічні механізми захисту все ще є дуже рудиментарними, або архаїчними, і показують регресивну поведінку, яка проявляються від надлишкових моделей у поведінці, таких як булімія, анорексія, агресивність, поширення невротичних або психотичних станів. З моменту народження людина відчуває емоції: гнів, радість, відразу, смуток, сором і т. д. Основні фактори, що викликають емоції, виникають в ході певних ситуацій.

Однією із головних характеристик підліткового віку є конфронтація стосовно нових подій. С. Холл стверджував, що зміна соціального розвитку була пов'язана із трансформацією людського суспільства впродовж десятиліть після війни. На відміну від попередніх вчених, які визначали, що підлітковий етап починається у віці 10 років, С. Холл вважав, що підлітковий вік охоплює вік 14-24 роки [6]. Зрештою, С. Холл вважав стадію підліткового віку просто зміною людського досвіду [30].

Цей етап життя тепер загально прийнято вважати невід'ємною частиною людського стану, але, і віковий діапазон, який вписується в цю нову стадію

розвитку, весь час змінюється. Розглянемо соціальні процеси та особливості підліткового віку. «Підлітковий вік по суті є часом стресу».

Протягом того часу, коли С. Холл [30] запропонував визначати вік підлітків, який збігається із сучасними поглядами на формування зрілого віку, закони про дітей забороняли дітям у віці до 16 років працювати. Закони про освіту були також сформовані із метою збереження дітей у середніх школах. Деякі характеристики, які визначали підлітковий вік для С. Холла, включали підвищений рівень уваги, ризиковану поведінку та сильну залежність від дружби. С. Холл запропонував, що перегляд медіа контенту та читання детективних романів сприяють небезпечній поведінці, яка включає збільшення злочинної активності та ризикованої поведінки щодо сексу та вживання алкоголю. Холл також торкався різних біологічних змін, які розвивались у підлітковому віці, в основному це стосуються статевого дозрівання. Фізичний ріст і розвиток відбувається протягом певного періоду часу, дівчата та хлопчики відрізняються темпами зростання [8]. Батьківство могло починатися віком від 13 до 14 років.

Дослідники визначили інші компоненти, які також відіграють роль у формуванні ідентичності, такі як ідентифікація за статтю, етнічною групою. Нові пізнавальні здібності, досягнуті під час підліткового віку, також можуть призвести до нових почуттів егоцентризму, в якому підлітки вважають, що можуть робити що завгодно і що вони знають краще, ніж будь-хто інший, включаючи їх батьків [27]. Підлітки, дуже самосвідомі, вони часто створюють уявну аудиторію, в якій відчують, що всі постійно стежать за ними [31]. Оскільки підлітки так багато думають про себе, вони помилково вважають, що треба думати і про них.

У підлітковому віці через швидкий фізичний та психофізіологічний розвиток спостерігаються також інтенсивні зміни, що потребують переформатування взаємин у соціальному середовищі: часто виникають конфлікти, «спалахи» емоцій, агресивності, необґрунтовані та неконтрольовані поведінкові прояви, які називають «агресією» чи «особистісною агресивністю».

Інтенсивний розвиток самосвідомості і самокритичності приводить до того, що дитина в підлітковому віці виявляє протиріччя не тільки в навколишньому світі, але і власного представлення про себе.

Підлітковий вік — це період пошуку ідентичності та вибору пріоритетів у подальшому житті людини. Цей життєвий період найбільше привертає увагу науковців, оскільки спостерігаються у поведінці підлітків такі поведінкові прояви, як: підвищена тривожність, нестійкість та бурхливість емоцій, агресивність, жорстокість, булінг, що все частіше набувають стійкого характеру у дитячих колективах. Агресивна поведінка підлітків є реакцією на перешкоди, загрози, виклики, проблеми. За відсутності навичок реагувати психоемоційну сферу, агресивна поведінка може стати одним із механізмів вирішення життєвих труднощів. Саме у час змін виникає потреба у аналізі наукових, практичних підходах до навчання та виховання майбутнього покоління.

Визначають такі форми агресії, як:

1) Недеструктивна агресія, тобто стійка неворожа самозахисна поведінка, спрямована часто на досягнення поставленої мети.

2) Ворожа деструктивність, тобто злостива, неприємна поведінка, що завдає болю оточуючим. Ненависть, розлюченість, бажання помсти теж можуть бути формою захисту, однак породжують багато особистісних проблем і примушують страждати оточуючих. Не можна залишати поза увагою і ситуативні фактори, які теж певною мірою виливають на виникнення агресії. Оцінка іншими людьми. Було встановлено, що присутність інших людей вже сама по собі може або посилювати, або гальмувати агресію. Навмисність агресії.

Існує точка зору, що для початку агресії нерідко буває достатньо знати, що інша людина має ворожі наміри, хоча безпосередньо акту агресії не було.

Таким чином, причини агресивності ми знаходимо як в особливостях самої особистості, так і у впливі навколишньої дійсності, тому ця властивість часто визначається як амбівалентний феномен: з одного боку, як негативний прояв людини, з іншого - як пристосувальна функція особистості, спрямована на адаптацію людини до умов життя. У науковій літературі існує думка, що розумна агресивність є необхідністю для гармонійного розвитку особистості, умовою її успішної соціальної адаптації та здатністю долати перешкоди на своєму шляху, сприяє формуванню наполегливості, ініціативності та лідерства, вміння відстоювати свої ідеали. Зарубіжні психологи вказують на те, що відсутність у людини певного рівня агресивності може привести до пасивності і конформності її його поведінки і, як наслідок, до зниження її соціального статусу і становища в суспільстві [66].

Необхідно відзначити, що агресивність виявляють всі люди, але у кожній людини вона характеризується різним рівнем і певними особливостями. Сила агресивних реакцій, їх частота, а також спрямованість і тривалість залежать від безлічі різних причин. Тому в кожному окремому випадку агресивність повинна аналізуватися з точки зору впливу на людину фізіологічних, психологічних, соціальних та ситуаційних чинників. Однак, незважаючи на наявність психологічних, фізіологічних, соціальних факторів, основні причини та умови прояву агресивності - це конфлікти (міжособистісні або внутрішньо-особистісні, усвідомлювані або неусвідомлювані) [Демошук, М. На словах. Вербальна агресія як форма психологічного насильства. *Психолог*. 2020. № 6. С. 8-19.].

У літературі [32] визначено форми прояву агресивності підлітків (табл. 1.2.1.). Усі 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.

Таблиця 1.2.1.

Форми прояву агресивності підлітків

Форма агресивності	Характеристика
<i>Фізична агресія</i>	використання фізичної сили проти іншої людини
<i>Непряма агресія</i>	спрямована через іншу людину або групу людей.
<i>Роздратовання</i>	схильність до прояву негативних почуттів при найменшому збудженні (запальність, грубість).
<i>Негативізм</i>	опозиційна манера в поведінці від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв і законів.
<i>Образа</i>	заздрість і ненависть до оточуючих за справжні і вигадані дії.
<i>Вербальна агресія</i>	вираження негативних почуттів як через форму (крик, вереск), так і через словесні відповіді (погрози).
<i>Інтроекція</i>	захисний механізм психіки, при якому людина переймає судження, властивості, способи поведінки оточуючих (найчастіше – значимих близьких, батьків).
<i>Заперечення</i>	це спроба не приймати за реальність небажані для себе події, спосіб впоратися з неприємностями: відмова прийняти їх наявність.

Одним із найпоширених проявів агресивної поведінки є третирування інших людей. Головні риси феномена третирування - його систематичність, регулярний характер прояву – на відміну від окремого агресивного вчинку. По-друге, в основі відносин між жертвою та агресором лежить нерівність фізичних

або соціальних можливостей (різниця в силі чи в соціальному статусі); інакше кажучи, це насильство сильної людини над слабкою, взаємовідносини переслідувача і жертви. Агресія призводить до збільшення форм девіантної поведінки серед молоді (вандалізм, крадіжки, вживання алкоголю, наркотиків); погіршенню соціально психологічного клімату в закладах освіти. Оскільки агресивна ситуація за своїми характеристиками є різновидом інтенсивної тривалої стресової ситуації, то вона має серйозні психологічні наслідки. Як жертви, так і самі агресори схильні до нервово-психічних розладів (різні розлади поведінки, депресії), що може призвести до скоєння кримінальних злочинів [54].

Таким чином, будь-який прояв агресивності є наслідком невдоволення людини навколишньою дійсністю, рівнем свого життя, іншими людьми або ж самим собою.

Також свій внесок у вивчення агресії як механізму захисту вніс Р. Плутчик, який вважав, що механізми психологічного захисту пов'язані з емоціями, а емоції виступають в ролі базисних засобів адаптації. Він виділив вісім адаптивних реакцій: відкидання, реінтеграцію, орієнтацію, дослідження, інкорпорацію, протекцію, руйнування, відтворення. Ці реакції є прототипами базисним емоціям таким як: страх, сум, гнів, прийняття, очікування, відраза, подив. Також Р. Плутчик встановив, що механізми психологічного захисту характеризуються біполярними (протилежними), також як полярними емоціями - основи: страх гнів, прийняття-огиду, радість-печаль, очікування - здивування).

Він надав кожній емоції свій механізм і отримав чотири пари:

- а) придушення - заміщення,
- б) заперечення - проекція,
- в) інтелектуалізація - регресія,
- г) реактивне утворення - компенсація.

Крім того, їм було висунуто припущення про розвиток психологічних захистів в процесі дорослішання. На ранніх етапах розвитку виникають механізми захисту, які пов'язані з перцептивними процесами (заперечення, регресія і їх аналоги) Ці механізми є примітивні і властиві менш емоційно зрілим

особистостям. Слідом з'являються механізми, які пов'язані з процесами пам'яті (витіснення, придушення). Останніми формуються механізми психологічного захисту формуються найскладніші види захистів, які пов'язані з переробкою інформації (раціоналізація і ін.) [56]

У вітчизняній психології психологічні захисти особистості вивчали: Ю. О. Бохонкова, М.Й.Варій, та ін. М. Й. Варій стверджував, що психологічний захист - це нормальний щоденно працюючий механізм свідомості людини. Він вважав, що психологічний захист має величезне значення для зняття різного типу напружень в людському житті. М. Й. Варій стверджував, що психологічний захист може запобігти порушенню в поведінці особистості, яке виникає при протиріччі несвідомого і свідомого. Саме тому психологічний захист сприяє зняттю емоційної напруги і регуляції поведінки. Таким чином, механізми психологічного захисту спрямовані на мінімізацію негативних переживань, пов'язаних з травматичними подіями і конфліктами, які становлять загрозу для особистості.

Агресія може проявлятися по відношенню до тих, хто не може відповісти, до беззахисних, переслідуваних; це можуть бути слабкі люди. Людина може просто «вилити» поганий настрій на першу-ліпшу особу. «Виміщення», «емоційне відреагування», «емоційна розрядка» – захисний механізм, що спрямовує агресію не на психотравматичну ситуацію, на об'єкт, який не має до неї відношення. Цей механізм створює як би «замкнуте коло» взаємовпливу людей один на одного. Наприклад, людей, на яких спрямована дія механізму зганяння, в народі називають «цап відбуйвайло». Зазвичай це люди, які слабкіші, відповідальні або залежать від особистості, яка перебуває в психологічному захисті [34].

Висновки до розділу 1

Проведений теоретико-методологічний аналіз наукових підходів до вивчення індивідуально-психологічних чинників агресивної поведінки підлітків дозволив сформулювати низку ключових положень. Насамперед, було

констатовано істотну семантичну різницю між поняттями «агресія» та «агресивність». Агресія розглядається як конкретний поведінковий акт, спрямований на заподіяння шкоди іншій особі, тоді як агресивність виступає стабільною рисою особистості, яка зумовлює постійну схильність індивіда до вчинення агресивних дій.

У науковій літературі щодо природи агресії виокремлюються дві основні концептуальні лінії: її трактування як особистісної риси (агресивності) та як специфічної форми поведінки. Ці підходи мають широке теоретичне підґрунтя, що включає біологічні, генетичні, соціальні, когнітивні, мотиваційні та емоційні теорії, що свідчить про складність і багаоаспектність самого феномену. Багатогранність агресивності як психологічного явища також підтверджується існуванням низки наукових підходів до її дослідження: біополітичного, аксіологічного, особистісного, мотиваційного, поведінкового, когнітивного, соціобіологічного та інтеракціоністського.

Аналіз показав, що агресивна поведінка підлітків не має єдиної причини, а є результатом складної взаємодії внутрішніх та зовнішніх чинників. До внутрішніх належать індивідуально-психологічні особливості, тоді як до зовнішніх – вплив соціального середовища, характер стосунків у родині та групова динаміка. Особливе значення в цьому процесі відводиться механізмам соціального наuczіння, моделюванню поведінки та впливу фрустраційних ситуацій.

Саме в підлітковому віці агресивна поведінка часто виконує специфічні функції, виступаючи засобом самоствердження, формою протесту, реакцією на соціальну несправедливість, наслідком емоційного напруження або механізмом психологічного захисту. Її прояви є різнобічними і можуть мати форму фізичної, вербальної, непрямой, образливої чи захисної агресії, що має як ситуативний, так і стабільний (особистісний) характер.

Важливо зауважити, що агресивність у підлітків не завжди носить патологічний характер. Вона може мати як деструктивне, так і конструктивне

спрямування, відіграючи певну адаптивну роль у конкретному соціальному контексті.

Отже, агресивність підлітка слід розглядати як комплексний, багатоаспектний феномен, для глибокого розуміння якого необхідний мультидисциплінарний підхід. Вивчення індивідуально-психологічних чинників агресії відкриває можливості не лише для кращого розуміння природи девіантної поведінки, але й для розробки ефективних шляхів її профілактики та корекції в межах цілісної системи психологічної підтримки та виховання підростаючого покоління.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

2.1. Організація та методика проведення емпіричного дослідження

Результати наукової літератури теоретичного етапу дослідження стали основою для створення програми емпіричного етапу дослідження.

Емпіричне дослідження проводилося у форматі групового діагностування.

Програма емпіричного дослідження мала основні завдання:

1. Здійснити підбір та аргументацію психодіагностичного інструментарію.
2. Визначити учасників емпіричного дослідження.
3. З'ясувати та емпірично дослідити індивідуально-психологічні чинники агресивної поведінки підлітків.
4. Проаналізувати особливості прояву агресивної поведінки підлітків та здійснити їх інтерпретацію.

Мета емпіричного дослідження: визначити індивідуально-психологічні чинники агресивної поведінки підлітків, її складові.

Гіпотезою дослідження є припущення про те, що показники агресивності у респондентів-хлопців будуть вищими ніж у дівчат та залежать від проявів індивідуально-психологічних характеристик.

Базою дослідження визначено Київський фаховий коледж. У опитуванні взяли участь 83 студента 2 курсу, які вступили на навчання після 9 класу загальноосвітніх навчальних закладів м.Києва.

Серед учасників тестування 52 хлопців (62 %) та 31 дівчина (38 %), віком 16-17 років.

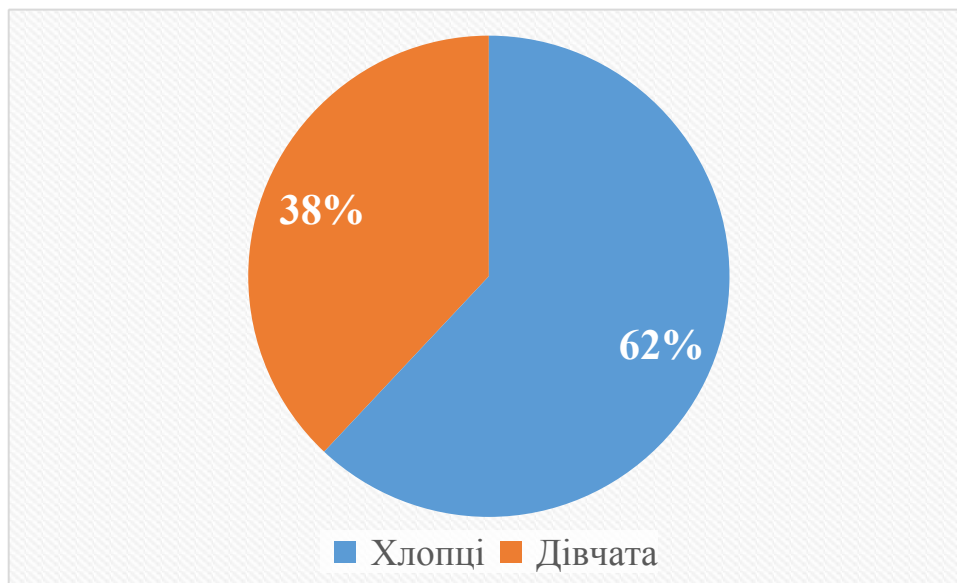


Рис. 2.1. Розподіл учасників тестування за статтю

Опираючись на мету та завдання емпіричного дослідження було визначено методи та здійснено підбір діагностичного інструментарію для визначення індивідуально-психологічних чинників вагітних.

Застосовано такі методи дослідження, як:

- емпіричне дослідження (тестування);
- математико-статистичні методи (обробка отриманих даних);
- інтерпретаційні методи (опис та порівняння результатів).

До батареї тестів входять такі методики:

1. *Опитувальник А. Басса та А. Дарки* для визначення рівня агресивності та рівня ворожості [...]

Методика дозволяє визначити типові форми агресивної поведінки. Опитувальник складається з 75 тверджень, на які досліджуваний повинен відповісти: «Так або ні». За допомогою запитань можна визначити форми агресивних і ворожих реакцій, що характеризуються такими субшкалами, як: фізична агресія, непряма агресія, схильність до роздратування, негативізм, образа, підозрілість, вербальна агресія, почуття провини.

На думку авторів методики, А.Басса та А. Дарки, існують такі форми агресії:

1. Агресія – використання фізичної сили проти іншої особи фізична.
2. Вербальна агресія – вираження негативних почуттів (сварка, крик, погроза тощо).
3. Опосередкована погроза – використання непрямым шляхом спрямованих проти інших осіб пліток, жартів та вияв вибухів гніву (крик, тупання ногами).
4. Негативізм – опозиційна форма поведінки, спрямована зазвичай проти авторитету керівництва, яка може мати розмах від пасивного спротиву до активних дій проти вимог, правил, законів.
5. Роздратування – схильність до роздратування, готовність при найменшому збудженні вилитися у запальність, різкість, грубість.
6. Підозрілість – схильність до недовіри та обережного відношення до людей, випливають із переконання, що оточуючі можуть завдати шкоди.
7. Образа – прояв заздрості та ненависті до оточуючих, обумовлені відчуттям гніву за дійсні чи уявні страждання.
8. Аутоагресія або відчуття провини – дії й ставлення до себе та оточуючих, які виходять із можливого переконання обстежуваного в тому, що він є поганою людиною, чинить негарно.

Досліджуваному пропонується 75 питань, на які він повинен відповісти двома варіантами: «так» і «ні». Обробка опитувальника відбувається за допомогою індексів різних форм агресивних і ворожих реакцій, котрі визначаються шляхом додавання отриманих відповідей.

Отримуючи результати за кожним показником, можна визначити загальний індекс агресивності, рівень агресивної мотивації та індекс ворожості. Також можна за цією методикою дослідити деструктивну або конструктивну спрямованість агресивних реакцій особистості.

2. Методика «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності Спілбергера-Ханіна.

Ця методика спрямована на дослідження рівня тривожності. Вона складається з 40 висловлювань, які спрямовані на вивчення феномена тривожності як стану та диспозиції. Опитувальник допомагає визначити тривожність, яка проявляється у особистості, є ситуативною, як реакція на загрозливу ситуацію, або тривожність – як рису особистості. Застосування методики допоможе вивчити тривожність, яка може виступати предикатом агресивної поведінки.

Ситуаційна, або реактивна, тривожність як стан характеризується емоціями, що переживаються суб'єктивно: напругою, турботою, занепокоєнням, нервозністю. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію та може бути різним за інтенсивністю та динамічним у часі. Особистості, що відносяться до категорії високо тривожних, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці та життєдіяльності у широкому діапазоні ситуацій та реагувати явно вираженим станом тривожності. Якщо психологічний тест виявить у респондента високий рівень особистісної тривожності, то це дасть підставу говорити про наявність у нього стану тривожності в різних ситуаціях, і особливо тоді, коли він стосується його компетенції та престижу.

Під *особистісною тривожністю* розуміється стійка індивідуальна характеристика, що відображає здатність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати достатньо широкий спектр ситуацій як загрозливі, відповідаючи на кожну з них певною реакцією. Особистісна тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, розцінюється людиною як загроза, що пов'язана із специфічними ситуаціями, що загрожують її престижу, самооцінці, самоповазі.

3. *Діагностика рівня самооцінки підлітка (опитувальник Г.Н. Казанцевої).*

Мета опитувальника – визначення рівня самооцінки підлітка. Вміщає в собі 20 суджень, на які досліджуваний має відповісти: «Так», «Немає», «Не знаю». Оброблюючи результати, дослідник отримає число в інтервалі від – 10 до +10. Опираючись на результати дослідження, можна виявити наявну самооцінку в досліджуваного (низька, середня, висока).

Обираючи методику на дослідження самооцінки, ми хочемо визначити, чи наявний кореляційний зв'язок між агресивною поведінкою та різними рівнями тенденціями самооцінки.

Діагностика рівня самооцінки особистості Г.М. Казанцевої має на меті діагностувати рівень самооцінки. Метод побудований у формі традиційної анкети. Методика пропонує певну кількість тверджень до яких варто обрати один з трьох варіантів відповідей: «так» (+), «ні» (-), «не знаю» (?), які відповідають власній поведінці в аналогічній ситуації. Підраховується кількість позитивних відповідей (+), спочатку за непарними номерами, а потім за парними. Від першого результату віднімається другий. Кінцевий результат знаходиться в інтервалі від -10 до +10. Інтерпретація: від -10 до -4 свідчить про занижену самооцінку; від -3 до +3 – про адекватну самооцінку; від +4 до +10 – про завищену самооцінку.

4. *Характерологічний опитувальник Х.Шмішека (Schmieschek H., 1970).*

Тест-опитувальник призначений для визначення акцентуацій характеру особистості. Теоретичною основою опитувальника являється концепція "акцентуйованих особистостей" К. Леонгарда, який вважає, що властивості особистостей рис можуть бути розділені на основні і додаткові. Основні риси складають стержень, "ядро" особистості (рис.2.1.1). У випадку яскравих виражень основні риси стають акцентуацією характеру. Відповідно, особистості, у яких основні риси яскраво виражені, названі Леонгардом "акцентуйованими".

У продовження вивчення акцентуацій характеру особистості, Г. Шмішеком на основі десяти, видених К.Леонгардом типів акцентуйованих характеристик особистості, у 1970 році опубліковано опитувальник, що містить

10 шкал та 88 запитань. Досліджуваний повинен відзначити знаком "+" (так) ті питання, з якими він згоден, знаком "-" (ні) - ті, з якими не згоден. За допомогою опитувальника визначаються 10 типів акцентуацій характеру: гіпертимний, збудливий, емотивний, дистимічний (депресивність), невротичність (тривожно-боязкий), інтродективний (афективно-екзальтований), циклотимічний (афективно-лабільний) тип, застрягаючий (параноїдальний), педантичний (ригідний) і демонстративний типи.

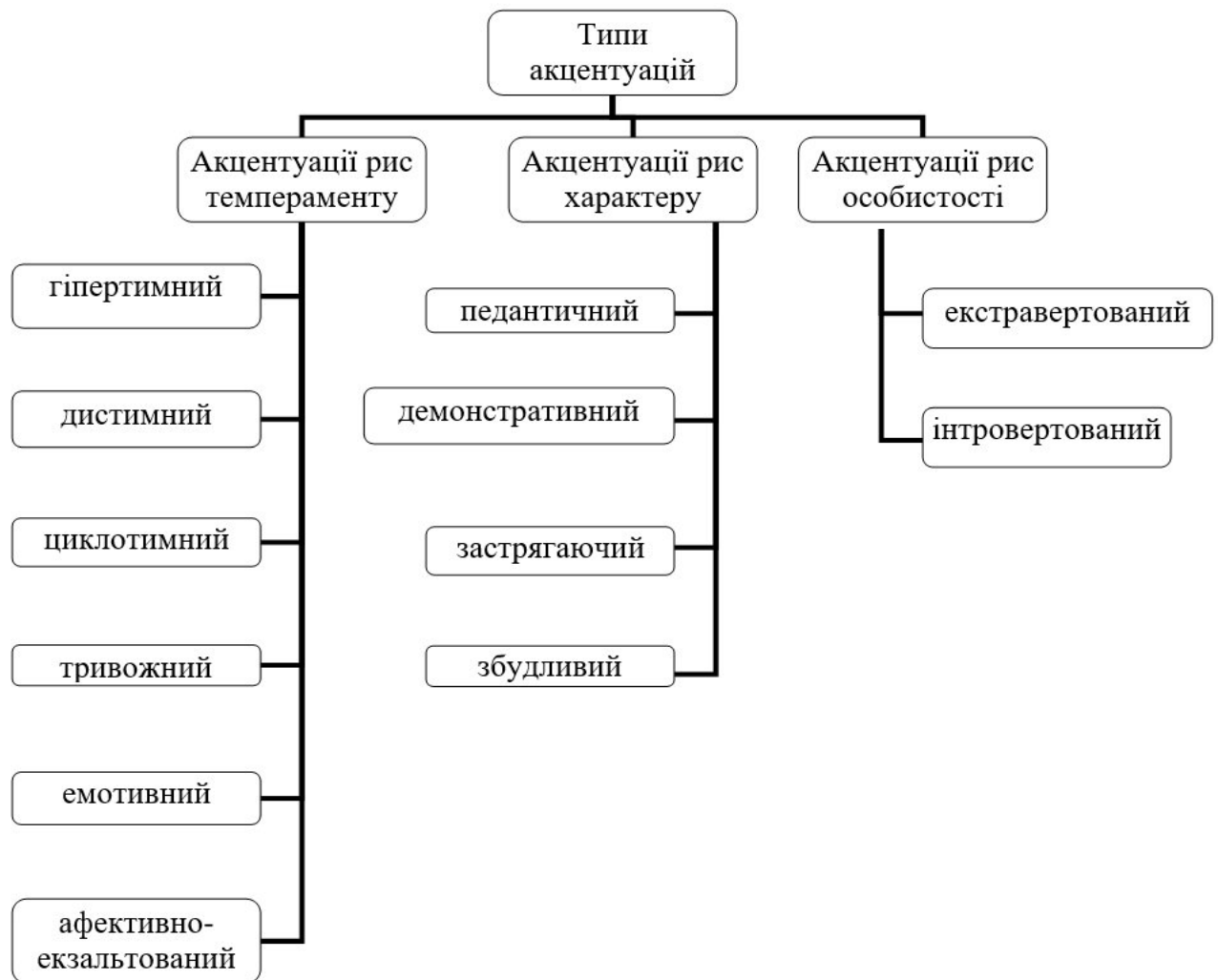


Рис. 2.1.1. Класифікація типів акцентуованих особистостей за К. Leonhard.

2.2. Аналіз та інтерпретація вираженості показників агресивності та ворожості у підлітків.

За інструкцією «Опитувальника А. Басса та А. Дарки для визначення рівня агресивності та рівня ворожості» учасникам тестування пропонується оцінити 55 суджень у формі відповідей «так» чи «ні», співставляючи із «індексом агресії». За кожну відповідь, що відповідає ключу, нараховується один бал; чим вища оцінка, тим більше проявляється вимірюваний показник агресивності. Отримані результати ми узагальнили та представляємо через рівні агресивності: високий, середній, низький. Проаналізуємо отримані результати детальніше (табл. 2.1)

Таблиця 2.1

Показники рівня особистісної агресивності та ворожості
студентів-хлопців 2 курсу
(Опитувальник А. Басса та А. Дарки для визначення
рівня агресивності та рівня ворожості)

№	Шкали вираженості агресивності та ворожості	Рівні (%)		
		Низький	Середній	Високий
1	Фізична агресія	10	27	63
2	Непряма агресія	41	25	34
3	Роздратованість	8	34	58
4	Негативізм	9	20	71
5	Образа	23	31	46
6	Підозрілість	57	29	14
7	Вербальна агресія	15	34	51
8	Почуття провини	57	27	16

За даними таблиці високі рівні агресивності серед підлітків-хлопців отримали такі шкали: «Фізична агресія» (63 %), «Негативізм» (71 %), «Роздратованість» (58 %). Це пояснюється тим, що хлопці комунікацію чи емоційне ставлення до події або факту виражають через дію, тобто – у формі

застосування фізичної сили в адресу іншої людини. У підлітковому періоді можуть спостерігатись штурханина, бійки, погрози, та при цьому брак словесної демонстрації думки. У той же час для 27 % респондентів характерний середній рівень фізичної агресії, та низький рівень фізичної агресії для 10 % підлітків. Учасники тестування такі показники коментують застосування гумору як стратегії спілкування, яка дозволяє попереджувати конфлікти та виникнення агресії. Низький рівень (10 %) фізичної агресії у підлітків-хлопців можна пояснити пріоритетами життя людини в період війни та ціннісними орієнтаціями.

Високі показники за шкалами «Негативізм» (71 %), «Роздратованість» (58 %) підлітками найчастіше проявляється при спілкуванні із дорослими (батьками, учителями у школі – у більшій мірі, з викладачами коледжу – проявляється у меншому ступені у період адаптації). Тобто, особистісну позицію, чи вираження власного ставлення до чогось, підлітки демонструють через роздратованість та негативізм – як форми демонстративної поведінки захисту власних кордонів, бажань, інтересів і «нерозуміння дорослих» ситуації навколо підлітків та невизнання, прийняття їх «дорослості».

Міжособистісне спілкування серед хлопців-підлітків може супроводжуватись такими проявами агресії, як образа та вербальна агресія. Результати опитувальника вказують, що за шкалою «Образа» високий рівень отримали 46 % респондентів, середній – 31 %, низький – 23 %. Підліткова образа супроводжується надуманими стражданнями, неприйняттям іншої позиції, почуттями ненависті та заздрощами. Підлітки ображаються на усіх, хто перешкоджає задоволенню їх потреб. При цьому загострюються непорозуміння, які призводять до виникнення конфліктів.

Що стосується показників шкали «Вербальна агресія», то високий рівень складає 51 %, середній – 34 %, низький – 15 % серед опитаних. Міжособистісна комунікація серед хлопців-підлітків може супроводжуватись і виражатись через вербальну агресію, демонструючи суб'єктивне ставлення (коментарі з приводу зовнішнього вигляду, наявності умінь чи навичок та ін.) та неприязнь до

однолітків. Також вербальна агресія спостерігається у соціальних мережах, чатах – дистанція комунікаторів слугує захистом і в той же час фактором прояву форм агресії.

У той же час, попри попередні високі показники за шкалами агресії, серед опитаних найнижчі показники отримали: «Непряма агресія» (низький рівень – 41 %), «Підозрілість» (низький рівень – 57 %), «Почуття провини» (низький рівень – 57 %).

Таблиця 2.2

Показники рівня особистісної агресивності та ворожості
студентів-дівчат 2 курсу
(Опитувальник А. Басса та А. Дарки для визначення
рівня агресивності та рівня ворожості)

№	Шкали вираженості агресивності та ворожості	Рівні (%)		
		Низький	Середній	Високий
1	Фізична агресія	24	23	53
2	Непряма агресія	17	19	64
3	Роздратованість	26	29	45
4	Негативізм	46	10	44
5	Образа	11	24	65
6	Підозрілість	52	21	27
7	Вербальна агресія	11	18	71
8	Почуття провини	59	14	27

На відміну від результатів відповідей за «Опитувальником А. Басса та А. Дарки для визначення рівня агресивності та рівня ворожості» респондентів-хлопців, відповіді респондентів-дівчат розподілились наступним чином.

Високий рівень вираженості агресивності та ворожості отримали дівчата-підлітки наступні шкали: «Непряма агресія» (64 %), Образа (65 %), Вербальна агресія (71 %)

У порівнянні із відповідями хлопців, «Фізична агресія» (53 %), «Роздратованість» (45 %), «Негативізм» (44 %) за високим рівнем є у межах допустимої норми. Шкали «Підозрілість» (27 %) та «Почуття» (27 %) провини отримали відповідно найнижчі показники за високим рівнем показників вираженості агресивності та ворожості у дівчат.

Таким чином, результати вказують на статеві відмінності у проявах агресії у осіб підліткового віку. Високий рівень агресивності у хлопців підліткового віку проявляється через фізичну та вербальну агресію, роздратованість, негативізм (рис. 2.1).

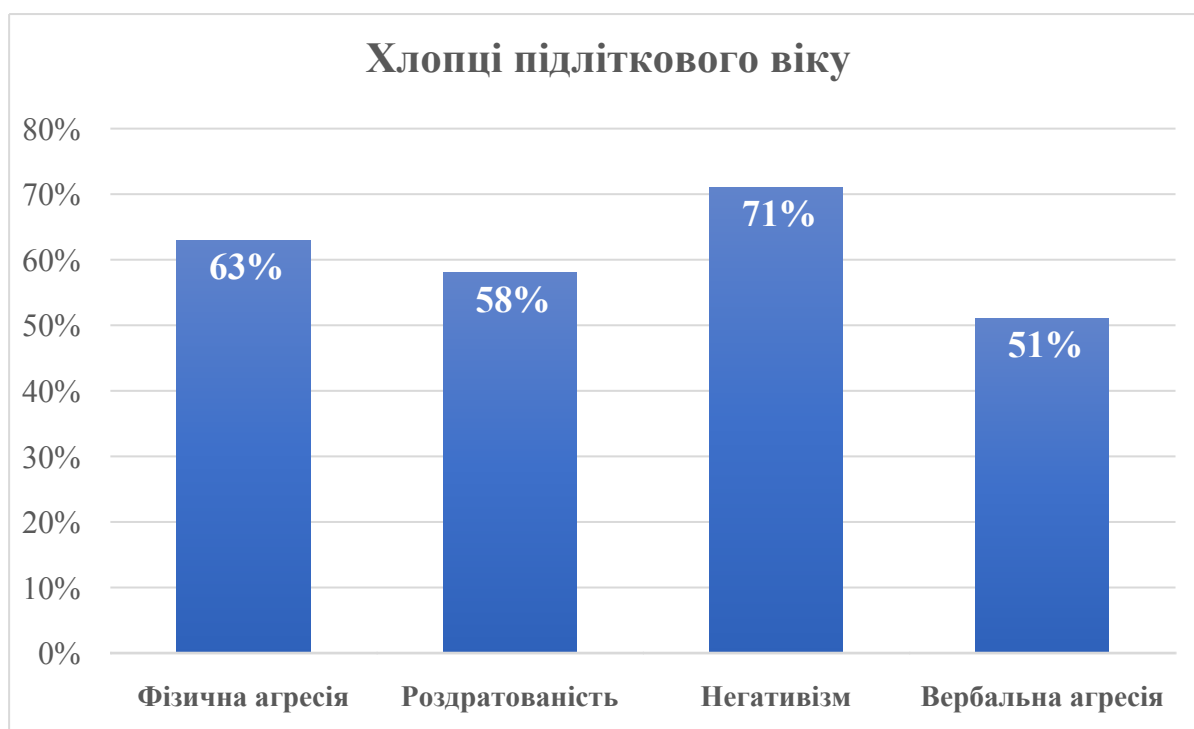


Рис. 2.1. Показники високого рівня агресивності у хлопців підліткового віку

У дівчат підліткового віку за результатами тестування за шкалами вираженості агресивності та ворожості – «Фізична агресія», «Непряма агресія», «Образа» та «Вербальна агресія» – отримали високий рівень агресивності. Психоемоційні та поведінкові прояви дівчат-підлітків характеризується вербальною та невербальною маніпуляцією, демонстративним мовчанням чи вербальною агресією у вигляді погроз (рис. 2.2).

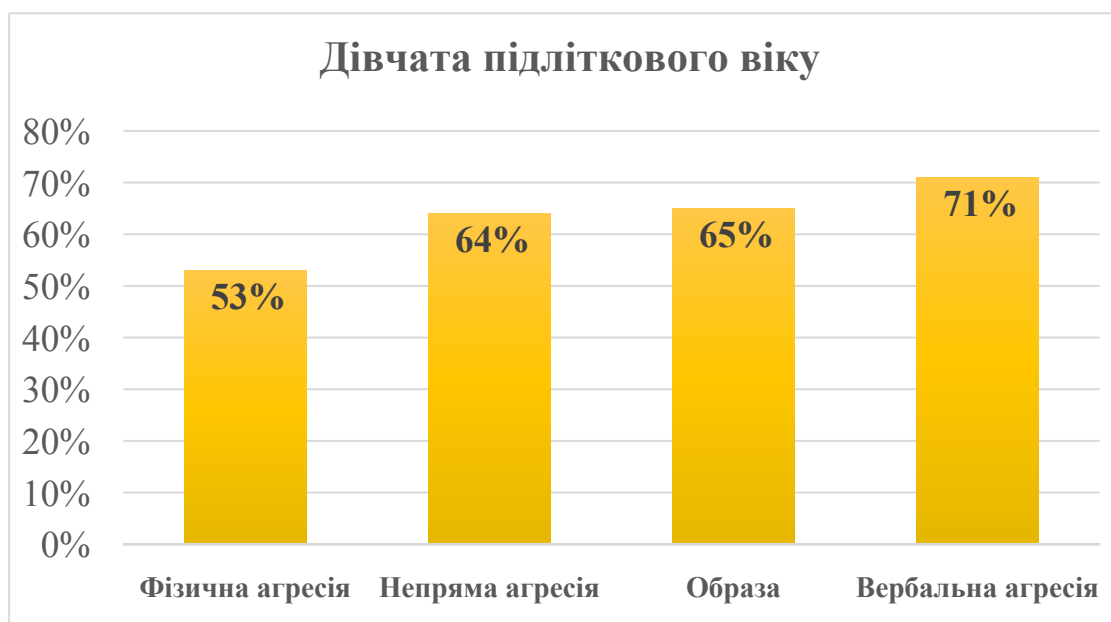


Рис. 2.2. Показники високого рівня агресивності у дівчат підліткового віку

За загальними результатами тестування серед студентів-підлітків (вибірка 83 особи) високий рівень вираженості агресії встановлено у 57 % респондентів, середній рівень – у 24 %, низький – 19% (рис. 2.3).

2.3. Аналіз результатів дослідження самооцінки підлітків

Систематизуючи отримані результати діагностування за методикою «Визначення рівня своєї самооцінки» (Г.М. Казанцева) було отримано наступні показники:

а) серед хлопців-підлітків:

- занижена самооцінка – 48 %;
- адекватна самооцінка – 34 %;
- завищена самооцінка – 18 %.



Рис. 2.4.1. Рівень самооцінки хлопців-підлітків за методикою «Визначення рівня своєї самооцінки» (Г.М. Казанцева)

Поведінка хлопців-підлітків із заниженою самооцінкою (48 %) характеризуються: невпевненістю в собі, підвищеною тривожністю у прийнятті рішень, самокритичністю, відсутністю навичок самореалізації, відсутністю рішучості та боязкістю у досягненні мети, можливою розгубленістю у встановленні комунікації з незнайомими людьми. У той же час, занижена самооцінка може виступати причиною міжособистісних конфліктів. занижена самооцінка.

Підлітки із низькою самооцінкою демонструють адаптивну та «зручну для дорослих» поведінку, що проявляється у слухняності, погоджуваності, боязкості висловити чи обґрунтувати свою точку зору. Зазвичай це призводить до невпевненості в собі, боязкості і неможливості реалізувати свої здібності. У майбутньому такі люди, без наявності досвіду діяти у складних ситуаціях, брати на себе, постійно сумніваються в собі у прийнятті рішень, зауваження приймають на свій рахунок як провину.

Адекватна самооцінка респондентів (34 %) проявляється у вмінні підлітків реалістично оцінювати власні можливості та особистісні досягнення, у вмінні доцільно використовувати власні фізичні та психічні властивості у досягненні поставлених задач, а при виникненні невдач – реально оцінюють ситуацію та використовують раціональну стратегію вирішення проблеми.

Підлітки із завищеною самооцінкою (18 %) демонструють впевнену поведінку, не приймають критику та зауваження в свою адресу, цілеспрямовані у досягненні мети, рішучі у виконанні поставлених завдань.

У той же час, завищена самооцінка підлітка може сформувати ідеалізований образ власного «Я»: переоцінка-перебільшення власних можливостей, демонстративність особистісних якостей у присутності оточення. Підліток ігнорує невдачі задля збереження власної самооцінки, виправдовуючи свою поведінку. Тоді на емоційному рівні й відбувається гостре відштовхування всього, що руйнує уявлення про себе. Сприйняття дійсності видозмінюється, ставлення до неї стає дещо неадекватним та суто емоційним. Дійсна оцінка не є почутою, справедливе зауваження сприймається як прискіпливість, а об'єктивна реальність – як несправедливо недооцінена. Невдача розцінюється як збіг обставин чи підступна змова, що не залежить від самого підлітка.

б) результати дослідження самооцінки у дівчат-підлітків:

Занижена самооцінка – 17 %;

Адекватна самооцінка – 44 %;

Завищена самооцінка – 39 %.



Рис. 2.4.2. Рівень самооцінки дівчат-підлітків за методикою «Визначення рівня своєї самооцінки» (Г.М. Казанцева)

Результати тестування за методикою «Визначення рівня своєї самооцінки» (Г.М. Казанцева) вказують, що 39 % опитаних дівчат-підлітків мають завищену самооцінку. Такі підлітки досить часто ставлять перед собою більш високі цілі, ніж ті, яких вони можуть реально досягти, що, зачасти, не відповідає їх реальним можливостям та викликає прояви вербальної агресії. А необ'єктивні оцінки результатів особистісних можливостей власної діяльності призводить до виникнення образ, роздратованості, негативізму та непрямой агресія.

У той же час, дівчатам-підліткам властиві такі особистісні якості, як: самолюбство, можлива емоційна «холодність» та соціальна демонстративна відстороненість, гордість. Завищена самооцінка може обумовлювати надмірну самовпевненість, що у свою чергу спотворює уявлення підлітка про власні можливості.

При завищеній самооцінці порушується реалістичність ситуації, критичність самоаналізу до власних можливостей. Уседозволеність, недисциплінованість, відсутність самокритики може призвести до помилковості

оцінки ситуації, що у свою чергу призводить до помилкових емоційних рішень. При відчутті безпеки підлітки втрачають навички контролю ситуації, уміння зупинитись для оцінки ситуації і прийняття рішення, що може позначитись як на збереженні фізичного здоров'я і життя, так шкодити комунікації серед однолітків і, у подальшому, саморозвиткові, самовихованні.

Занижена самооцінка характерна для 17 % респондентів жіночої статі. Дівчата бояться висловлювати власну думку, що при повторюванні подібних фактів може демонструватись через небажання спілкуватись із однолітками. Також спостерігається закритість та недовіра іншим людям, проявляють образу і підозрілість, при цьому відчувають емоції заздрощів та власної нікчемності.

На самооцінку підлітка впливає думка «значущої людини»: однокласника, тренера, сусіда, старшокласника, викладача, батьків. Рівень самооцінки підлітків пов'язаний із оцінкою батьків: надмірна батьківська опіка формує відсутність навичок у самостійності, і як результат – низьку самооцінку.

Адекватна самооцінка є найбільш прийнятною та спостерігається у 44 % дівчат. У таких підлітків самооцінка виражається через впевненість у власних діях, прогностичних навичках, застосуванні досвіду і знань відповідно до ситуації. Підлітки реалістично оцінюють свої позитивні та негативні якості, швидко адаптуються до умов, що змінюються.

У дослідженнях Ю. О. Асєєвої, О.В. Безпалько, О.О. Мізерної, В. М. Оржеховської, В. Р. Павелківа, К. В. Сергєєвої, М.С. Сидорчук та ін вказується, що неадекватна самооцінка підлітків впливає на критичність у прийнятті рішень, умінні планувати, реалістичність власних можливостей, наявності навичок саморегуляції та ін. Це виявляється у спілкуванні та провокує конфлікти. Підлітки з завищеною самооцінкою полюбляють зневажливо ставитись до інших людей, часом різкі та припускаються необґрунтованих висловлювань, не терплять чужу думку, зарозумілі та пихаті. А низька самокритика не дає змоги зрозуміти, що вони когось ображають. Занижена самооцінка формує надмірну критичність, що й провокує конфлікти. Такі підлітки надто вимогливі до інших, часто перфекціоністи, схильні підкреслювати промашки інших [62].

Узагальнені результати діагностичної методики демонструють рівні вираженості самооцінки підлітків (рис. 2.4.3.).

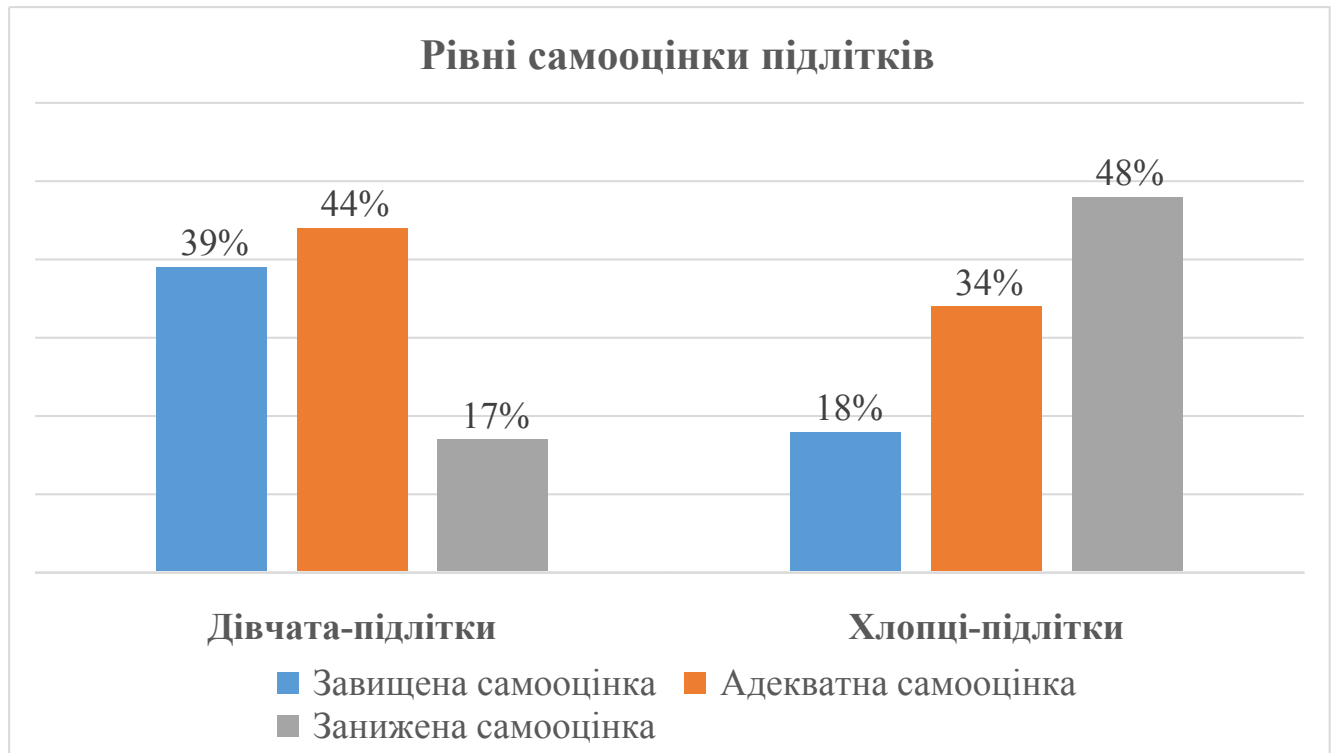


Рис. 2.4.3. Рівень самооцінки підлітків за методикою «Визначення рівня своєї самооцінки» (Г.М. Казанцева)

Так, за результатами нашого дослідження встановлено, що до заниженої самооцінки більше схильні хлопці-підлітки (48 %) у порівнянні із дівчатами-підлітками (39 %). Такі підлітки характеризуються низькою самомотивацією, бажанням досягати поставленої мети, концентруються на очікуванні невдач. Невпевненість у собі та безініціативність спостерігається через пасивність, пригнічення емоцій та вияв бажань, смиренність, скутість, небажання комунікувати із соціальним оточенням; такі підлітки мають 1-2 друзів, або не мають жодного приятеля. Зачасту не довіряють нікому, при цьому можуть заздрити своїм одноліткам; мають велике бажання усім подобатись, дуже залежать від чужої думки.

За зовнішніми проявами підлітки із низькою самооцінкою можна описати наступним чином: людина завжди без настрою та чимось невдоволена, плечі припідняті, голова опущена, ноги – зігнуті у колінах. Навколишні іноді сприймають таку людину як сердиту, злу, неконтактну. Через непорозуміння у

комунікації підлітки з низькою самооцінкою можуть «вибухнути агресивність», стати учасником бійки, що у подальшому може відлякати однолітків та призвести до ізоляції.

У той же час, невпевненість у власних силах та страх труднощів можуть маскувати демонстративною поведінкою, самовпевненістю.

Що стосується адекватної самооцінки, то маємо такі результати: 44 % дівчат-підлітків мають вищі кількісні показники у порівнянні із результатами у хлопців-підлітків – 34 %. Такий рівень самооцінки вказує на прийняття людиною як своїх сильних якостей, так і недоліків. Такі показники вказують, що підлітки реалістично оцінювати власні можливості у вирішенні проблемних ситуацій, здатні застосовувати прийнятні стратегії міжособистісної взаємодії. Для підлітків із адекватною самооцінкою характерні такі якості: впевненість, рішучість, уміння знаходити і приймати логічні рішення. При виникненні помилок, здатні встановлювати причину їх виникнення та прогнозувати подальше їх недопущення. Також підлітки вирізняються умінням працювати у команді та приймати колективні рішення, а при необхідності, здатні брати відповідальність на себе та відчують внутрішню готовність до лідерства.

Для 18 % хлопців-підлітків та 39 % дівчат-підлітків характерна завищена самооцінка. Тобто, можемо спостерігати, що за трьома визначеними рівнями самооцінки вищі показники спостерігаються у дівчат, у порівнянні із хлопцями.

Висновки до розділу 2

У другому розділі магістерської роботи було реалізовано емпіричне дослідження, основним завданням якого стало виявлення індивідуально-психологічних чинників агресивної поведінки підлітків. Дослідження проводилося шляхом групового тестування студентів другого курсу Київського фахового коледжу. У ньому взяли участь 83 особи віком 16–17 років, з яких 52 хлопці та 31 дівчина. Отримані дані емпірично підтвердили висунуту гіпотезу про те, що рівень та прояви агресивності значною мірою залежать від індивідуальних психологічних особливостей та мають чіткі статеві відмінності.

Для досягнення цілей дослідження було застосовано комплекс психодіагностичних методик, що включав опитувальник Басса-Даркі для вивчення видів агресивних реакцій, методику Спілбергера-Ханіна для оцінки рівня тривожності, методику діагностики самооцінки Г. Казанцевої та опитувальник Х. Шмішека для виявлення акцентуацій характеру.

Аналіз результатів виявив чіткі статеві особливості в проявах агресивності. Хлопці-підлітки демонструють більш високу схильність до прямої фізичної агресії, роздратованості та негативізму. Цю тенденцію можна пояснити комплексом причин, серед яких як біологічні фактори, так і вплив соціальних стереотипів, що закріплюють норми «чоловічої» поведінки, що дозволяє пряме вираження гніву. На відміну від них, дівчата частіше вдаються до опосередкованих форм агресії, таких як вербальна агресія, непряма агресія та образа. Це свідчить про те, що їхні агресивні реакції більш тісно пов'язані з емоційною сферою, рівнем самооцінки та потребою в соціальній прийнятності.

Загалом, результати дослідження викликають занепокоєння: значна частина респондентів (57%) має високий рівень агресивності, що вказує на нагальну потребу в системному психологічному супроводі, впровадженні профілактичних та корекційних програм у навчальному середовищі.

Цікавими виявилися результати щодо самооцінки. З'ясовано, що хлопці частіше мають занижену самооцінку, що може виступати внутрішнім джерелом напруги та прихованої (латентної) агресивності. На противагу цьому, дівчата частіше демонструють завищену самооцінку, що корелює з вербальною агресією та конфліктністю в міжособистісних взаємодіях.

Важливим результатом роботи стало встановлення кореляційних зв'язків між рівнем агресивності та специфічними типами акцентуацій характеру. Зокрема, виявлено, що такі типи, як збудливий, демонстративний та застрягаючий, значно посилюють агресивні реакції підлітків у соціальних ситуаціях, виступаючи своєрідними «провокаторами» девіантної поведінки.

Отримані в ході емпіричного дослідження дані створюють наукове та методичне підґрунтя для формування конкретних практичних рекомендацій.

Вони доводять необхідність розробки заходів профілактики та корекції агресивної поведінки, які б враховували індивідуально-особистісні характеристики кожного підлітка, зокрема його статеві особливості, рівень самооцінки та тип акцентуації характеру.

РОЗДІЛ 3

ПРОФІЛАКТИЧНІ ЗАХОДИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

3.1. Теоретичне обґрунтування програми профілактики агресивної поведінки підлітків

Найважливішою умовою профілактики агресивних форм поведінки підлітків є розвиток комунікативних навичок, емоційного інтелекту і міжособистісної взаємодії, підвищення самооцінки.

Представники біхевіорального підходу прихильні до думки, що попередження агресивної поведінки потрібно залишати без підкріплення, тобто попереджувати виникнення чинників, які створюють умови для агресивного реагування. Так, практикуючі психологи прихильні до думки, що якщо батьки не звертають уваги на агресивну поведінку, залишаючи її без підкріплення, і якщо в той же час відбуваються інші (позитивні) поведінкові акти, що підкріплюються, то агресивна поведінка, що залишається без підкріплення, поступово вгасає. Однак у тому випадку, коли мова йде саме про підліткову агресію, позиція про ігнорування актів агресивної поведінки як спосіб попередження і «зняття» агресії викликає сумнів і навіть насторожує. Повсякденний психолого-педагогічний досвід, практика психологічного консультування і деякі спеціальні дослідження показують, що ігнорування підліткової агресії загрожує небезпечними наслідками і може вести до подальшої ескалації агресивної поведінки, перетворення її в звичну форму поведінки особистості.

Очевидно, це пов'язано з тим, що якщо батьками проігноровані акти агресії дитини, то в силу замкнутості її кола спілкування лише з сім'єю поведінка дійсно залишиться непідкріпленою. Якщо ж батьки ігнорують акти агресії підлітка, то поведінка не обов'язково залишається непідкріпленою, тому що коло спілкування підлітків вже не обмежується родиною — підкріплення може бути знайдене на стороні. У тому числі, наприклад, і у виді схвалення однолітками агресії проти «неправильних (несправедливих) дій батьків. А крім того, у силу вираженої в підлітковому віці тенденції, поведінкової особливості — випробовувати соціальні норми і правила «на міцність» і через це визначати

границі припустимого у своїй поведінці — відсутність реакції дорослих на акти агресивної поведінки вже сама по собі може стати позитивним підкріпленням агресії » [55].

У літературі також зустрічається теорія зміщеної агресії: вибір агресором жертви в значній мірі обумовлений трьома факторами:

- 1) силою спонукання до агресії;
- 2) силою факторів, що гальмують дану поведінку;
- 3) стимульною подібністю потенційної жертви з фрустрованим агентом.

У практиці діяльності психологів, спостереженнях педагогів спостерігається той факт, що між страхом покарання і рівнем агресивності дітей існує взаємозв'язок. Ці установлені спостереження поширюється і на випадки, коли покарання є реакцією батьків на агресивну поведінку дитини, тобто використовується як міра виховання, спрямована на зниження агресивності і формування неагресивної поведінки дитини [46].

В основу профілактики агресивної поведінки підлітків має бути покладено системно-організовану роботу, яка передбачає:

- 1) постановку і дослідження проблеми; планування діяльності, організаційне та методичне забезпечення корекційно-профілактичної роботи; вплив на особистість (профілактична інтервенція) і на соціальне середовище;

- 2) опосередкований вплив на особистість підлітка, що побудований на діалогічній основі учасників навчально-виховного процесу: розвиток ресурсів особистості підлітка, корекція негативних психоемоційних станів; розвиток індивідуальних якостей, які розвивають самооцінку підлітка, формують емоційний інтелект, підвищують адаптивні можливості особистості, формування навичок вирішення проблем та ін;

- 3) моніторинг реалізації роботи з профілактики агресивної поведінки підлітків, аналіз ефективності організованих заходів.

Здійснюючи профілактичний вплив, важливо усвідомлювати існування видів профілактики: первинної, вторинної та третинної. Первинна профілактика демонструє інформаційно-роз'яснювальний характер, що забезпечує

формування розуміння підлітками цінностей та розвиток особистісних якостей і навичок, які допоможуть відмовитися від певних стандартів поведінки та негативних звичок. Первинна профілактика є найважливішим видом превентивних заходів не лише агресивної поведінки підлітків, а й має превентивну дію при запобіганні відхилень у поведінці людини. Профілактичні дії вторинної, профілактики передбачають обмеження поширення негативних явищ, що спрямовані не лише на зміну поведінки, що відхиляється, на індивідуальному рівні, а й на обставини, які можуть її спричинити. Третинна профілактика спрямована на запобігання рецидивам негативних явищ у суспільстві та агресивної поведінки осіб, яким була властива така поведінка раніше, а також на відновлення особистісного і соціального статусу людини.

Науковці (О. Безпалько) виділяють такі принципи здійснення профілактики агресивної поведінки дітей у роботі соціального педагога: довготривалість та неперервність, послідовність та систематичність, адресність, своєчасність, доступність, інтеграція в навчально-виховний процес, комплексність. Визначення принципів профілактичної роботи допоможе глибше осмислити процес, зокрема спрямувати його на необхідність включення соціальних суб'єктів для її здійснення (сім'я, однолітки, ЗМІ, позашкільні заклади, соціальні служби тощо) [7]

Як показало вивчення літератури, завдання практичного психолога з профілактики шкільної агресії має включати:

- навчання підлітків соціально прийнятним способам вираження гніву, прояву альтернативних реакцій на негативну ситуацію;
- формування конструктивних форм поведінки у проблемній ситуації;
- зняття надмірного емоційного напруження й особистісної тривожності;
- формування позитивної самооцінки;
- формування здатності усвідомлення власного емоційного світу та почуттів інших людей.

Аналіз теоретичного дослідження (розділ 1), та практика професійної діяльності вітчизняних психологів у освітніх установах демонструє –

ефективність профілактики агресії у поведінці підлітків буде ефективною у тому випадку, коли буде системно буде здійснюватись одночасно у трьох напрямках (табл.3.1.1):

- просвітницько-профілактична робота з батьками,
- навчально-просвітницька робота із педагогічним колективом,
- навчально-розвивальна робота із підлітками.

Таблиця 3.1.1

Програма профілактики агресивної поведінки підлітків
за трьома напрямками

Застосування напрямів і форм навчально-просвітницької роботи:		
Підлітки	Батьки	Педагогічний колектив
- індивідуальні консультації, - СПТ	-індивідуальні та групові консультації; - тематичні інтерактивні батьківські збори - тематичні вебінари	-індивідуальні консультації; - консиліуми із залученням фахівців різних установ; - тематичні педради.

Кожний із напрямів «Програми профілактики агресивної поведінки підлітків» містить декілька етапів:

1. Орієнтовний етап – знайомство учасників програми профілактики із напрямками та формами організації профілактичної роботи з проблеми агресивної поведінки підлітків.

2. Просвітницько-профілактичний етап – проведення різних форм навчально-просвітницької діяльності (інтерактивні дискусії, соціально-психологічний тренінг, тематичні батьківські збори та педагогічні ради та ін.), що сприятиме зниженню рівня агресивності підлітків.

3. Підсумковий етап – закріплення, підведення підсумків проведеної роботи.

У «Програмі профілактики агресивної поведінки підлітків» використовуються наступні методи і техніки: аналіз ситуацій, рольові ігри, завдання на вдосконалення емоційного інтелекту, вправи на згуртованість команди тощо.

Мета програми – зниження рівня агресії, розвиток навичок самоконтролю, саморегуляції, умінь попередження та вирішення конфліктів, формування асертивної поведінки та адекватної самооцінки, розвиток емпатії та емоційного інтелекту підлітків із залученням учасників навчально-виховного процесу.

Завдання програми:

- розвиток ідентифікації емоцій та поведінки у підлітковому віці;
- формування навичок самоконтролю, саморегуляції;
- розвиток адекватної самооцінки;
- ознайомлення із стратегіями поведінки у ситуаціях конфлікту чи агресії та зниження емоційної напруги;
- формування умінь та навичок конструктивного спілкування та взаємодії у конфліктних чи інших життєвих ситуаціях.

При реалізації Програми практичний психолог дотримується аксіом (принципів) [...]:

Аксіома 1. Кожен відповідає за себе і залежить від інших учасників.

Аксіома 2. Близькість можлива і за відсутності відвертості.

Аксіома 3. Ведучий* (*психолог – уточнення автора) підтримує учасників.

Аксіома 4. Спочатку взаємодія, потім дія

Робота психолога із педагогічним колективом

Організовуючи просвітницько-профілактичну роботу з попередження агресивної поведінки підлітків, варто зацентувати увагу, що такий вид роботи у навчальному закладі варто організовувати та здійснювати практичним психологам. Методичними формами просвітницько-профілактичної роботи серед педагогічного колективу можуть бути: педагогічні радах, тематичні методичні об'єднання. Завданням таких методичних форм профілактики є підвищення професійного рівня та розвиток творчого потенціалу педагогів,

організація простору з метою стимулювання професійного діалогу, обміну досвідом, розвитку рефлексії. Як методичні об'єднання, так і педради найбільш значимі тим, що підсумком їх проведення є прийняття рішень колективу з обговорюваної проблеми. Так, під час обговорення питань, пов'язаних з психолого-педагогічним супроводом підлітків з агресивною поведінкою, можуть бути прийняті рішення за наступними напрямками:

- виділення основних напрямів роботи з агресивними підлітками в навчальному закладі;
- визначення завдань педагогічних працівників щодо психолого-педагогічного супроводу агресивної поведінки підлітків;
- визначення системи впровадження просвітницько-профілактичних заходів з проблеми агресивної поведінки підлітків у навчальному закладі.

Останніми роками серед педагогічної спільноти набула поширення така форма навчання і взаємодії педагогічних працівників як тренінг та заняття з елементами тренінгу.

Тренінгова робота з педагогами має на меті підвищення психологічної компетентності педагогів, придбання знань, формування умінь, навичок, розвиток установок, що визначають поведінку в спілкуванні. Тренінгова робота є інтерактивною формою психологічного освіти, коли педагог проживає ситуації на власному досвіді, пропускаючи їх через себе. Акцент робиться на роботі з почуттями, життєвим досвідом, розглядаються ситуації, що вже мали місце в професійній сфері. Зворотний зв'язок між педагогами при проведенні тренінгів стимулює більш раціональне обговорення та аналіз проблем, коли учаснику групи надається можливість побачити і усвідомити причини своїх професійних труднощів на основі активного діалогу і групової дискусії. Зворотний зв'язок дозволяє учасникам раціонально оцінити свій професійний досвід, виявити помилки і знайти шляхи їх подолання.

Форми і методи тренінгової роботи різноманітні: вправи, рольові, ділові ігри, аналіз педагогічних ситуацій, дискусії.

Робота психолога із батьківським колективом

Особливий напрям у організації профілактики агресивної поведінки підлітків становить робота психолога із батьками. Цікавий експеримент у даному напрямі проведено Альфредом Адлером, представником психоаналітичного напрямку. У своїй професійній діяльності психолог адаптував методи індивідуальної роботи до групової діяльності – учасниками стали діти та їх батьки. Був застосований метод групової дискусії та обговорення проблем. А.Адлер у результаті зробив висновок, що групова робота дорослих і дітей має терапевтичний взаємний позитивний результат. Таким чином, організація спільних психологічних заходів батьків і дітей має позитивно-корисний навчально-терапевтичний ефект.

Робота з батьками є одним з найважливіших аспектів роботи психолога навчального закладу, спрямованої на збереження психологічного здоров'я дітей через формування загального виховного «поля» навколо дитини, що забезпечує узгодженість впливу дорослих.

Психолого – педагогічний супровід батьківського колективу організовується за напрямками:

1. Психологічне діагностування: анкетування батьків з метою оцінки особливостей підліткового періоду, вивчення поведінки підлітків вдома і реакції на зміну навчального навантаження, моніторинг стилю спілкування батьків і дітей та ін.

2. Індивідуальне та групове консультування батьків та сім'ї в цілому.

3. Інформаційно- просвітницька робота: тематичні інформаційні повідомлення, семінари батьків з обміну досвідом виховання, спрямовані на вирішення актуальних психолого – педагогічних запитів виховання підлітків.

Принципами взаємодії практичного психолога навчального закладу з батьками є:

- професійна компетентність;
- доброзичливість та повага;
- конфіденційність;
- відкритість і конгруентність психолога;

- мотивування батьків до взаємодії з психологом різними способами;
- системність у роботі, що виражається в актуальності, послідовності і логічності роботи з усіма учасниками освітнього процесу, співпраці з батьками;
- пріоритет активних методів взаємодії: дискусій, круглих столів, рольових і ділових ігор, занять з елементами тренінгу, використання психотерапевтичних методів (візуалізації, елементів арт – терапії, казкотерапії тощо).

Потрібно враховувати фактори, що перешкоджають ефективній організації роботи з батьками:

- очікування швидких результатів і змін поведінки підлітків;
- відсутність досвіду групової взаємодії;
- неготовність батьків до взаємодії з психологом.

У роботі практичного психолога з батьками спостерігаються й інші труднощі: упередження, стереотипи: «я і так все знаю» – заперечення можливості нового досвіду; «чому ви можете мене навчити, я старший за вас» – демонстрація переваги віку; «ви – психолог, ви і займайтеся вихованням дітей» – маніпулювання через почуття провини та ін.

Практична робота з батьками реалізується через колективні (групові) та індивідуальні форми взаємодії.

До колективних форм належать:

- робота з батьками в групі,
- в парах,
- батьківські збори,
- зустрічі за «круглим столом»,
- дискусії,
- тематичні консультації,
- психологічний тренінг,
- психологічні ігри,
- сюжетно-рольові, ділові ігри,
- психологічні майстерні і т. д.

Окремими формами взаємодії можуть бути спільні заходи батьків і дітей: тематичні батьківські зустрічі, практикуми, сімейні майстер-класи із хобі та ін.

Рекомендації батькам щодо успішної взаємодії з дітьми-підлітками

- Постійно працюйте над покращенням авторитету сім'ї;
- Сприймати помилки у вихованні, як створення нових можливостей для розвитку;
- Враховувати інтереси підлітків;
- Спіратися на життєвий досвід підлітків;
- Не концентруватися на недоліках у спілкуванні;
- Розвивайте власну психологічну культуру;
- Формуйте та збагачуйте родинні цінності.

Робота психолога із підлітками

Психологічний тренінг є одним з видів психологічної допомоги, поряд із психотерапією, психокорекцією, психологічним консультуванням тощо. Психологічна допомога – сфера практичного застосування психології, орієнтована на підвищення соціально-психологічної компетентності людей і надання психологічної допомоги як окремій людині, так і групі чи організації. Це безпосередня робота з людьми, спрямована на розв'язання різних психологічних проблем, пов'язаних із труднощами в міжособистісних стосунках, а також глибинних особистісних проблем.

Психотерапія – це широка галузь наукової та практичної діяльності фахівців (медиків, психологів, соціальних працівників), це комплексний лікувальний вербальний і невербальний вплив на емоції, думки, самосвідомість людини у разі багатьох психічних, нервових і психосоматичних захворювань.

Психологічна корекція – це спрямована психологічна дія на певні психологічні структури для забезпечення повноцінного розвитку та функціонування особистості.

Відмінності психологічного тренінгу від терапії та корекції полягають у тому, що:

1) на відміну від психотерапії, цілі тренінгової роботи не пов'язані власне з лікуванням; ведучий тренінгу орієнтований на надання психологічної допомоги, а не на лікувальну дію;

2) під час тренінгу важливі не стільки дискретні характеристики внутрішнього світу, окремі психологічні структури, скільки формування навичок саморозвитку особистості в цілому;

3) тренінгову роботу неможливо звести тільки до навчання, тому що когнітивний компонент не завжди є в тренінгу головним і може бути інколи взагалі відсутнім, головне в тренінгу – це отримання емоційного досвіду [14].

Прийоми, які можна використовувати під час роботи з агресивними підлітками:

1. Якщо агресія є усвідомленим, контрольованим актом з боку дитини, то для дорослого важливо не піддатися на таку маніпуляцію. При цьому доречно досить різко присікати агресивні дії або (якщо це не завдасть серйозної шкоди самій дитині та оточенню) ігнорувати їх.

2. Якщо агресія є виявом садомазохістських схильностей, психолог має працювати спільно з психотерапевтом і психіатром.

3. Якщо агресія є виявом гніву, можливе використання різноманітних стратегій впливу:

- навчати підлітків контролювати свої емоції і способи регулювання негативних почуттів без шкоди для оточення (цю 58 стратегію використовують, якщо агресія виявляється у прямій формі).

Наприклад, треба вчити змінювати пряму агресію на непряму за допомогою предметів-замінників, позбуватися внутрішнього напруження через активні дії, заняття спортом, рухливі ігри, вияв символічної агресії;

- розвивати у підлітка вміння знижувати рівень емоційного напруження через фізичну релаксацію (для цього використовують медитативну музику, фантазії-візуалізації, повільні танці, спеціальні дихальні вправи, методи аутотренінгу тощо);
- вчити показувати співрозмовникові свої почуття через їх вербалізацію і запрошення до співпраці, завдяки чому можна подолати суперечності, запобігти конфліктам у майбутньому [23].

Способи подолання агресивності:

- виконувати фізичні вправи (гімнастика, аеробіка, біг, їзда на велосипеді);
- займатися силовими видами спорту (бокс, боротьба);
- займатися фізичною працею;
- виливати злість на неживі об'єкти (побити подушку, диван, боксерську грушу, пошматувати газету);
- використовувати масаж, особливо верхньої частини спини, з метою зняття напруження;
- викричатися на самоті, не спрямовуючи свій гнів на об'єкт роздратування;
- обговорити ситуацію, яка викликає роздратування, з близькою людиною;
- висловити уявному об'єкту своє невдоволення;
- змінити вид діяльності, що допоможе відволіктися від проблеми;
- використовувати комунікативну техніку «Я»-повідомлення: висловлюючи співрозмовникові почуття щодо ситуації, яка вас дратує, викликати співчуття та бажання зрозуміти вас і не руйнувати стосунків;
- релаксація – метод, за допомогою якого можна частково чи повністю позбутися фізичного чи психологічного напруження;

- медитація – занурення розумом у предмет, ідею, що досягається шляхом зосередження на одному об'єкті й усунення всіх інших зовнішніх (звук, світло) та внутрішніх (фізичне, емоційне напруження) чинників [65].

Психологічна корекція та профілактика агресивної поведінки підлітків включає в себе велику кількість методів, серед яких ми можемо виділити наступні види корекції:

- через гру (більше використовується з дітьми молодшого віку, але, іноді, і у роботі з неповнолітніми);
- через творче самовираження (малювання, ліпка, конструювання, казкотерапія, заняття з музики, танців і т.д.);
- через сублімацію агресії в соціально прийнятну діяльність, наприклад, спорт;
- через спілкування у групі однолітків з тими самими проблемами, встановлення соціальних зв'язків з ними через взаємодію;
- через засвоєння прикладу поведінки, яка демонструється авторитетним дорослим (наприклад, актор, який грає у бойовиках, розповідає, що в житті майже ніколи не застосовує агресію для досягнення мети) [53].

У дослідженнях Г. Абрамової, А. Альошиної, Р. Мей, В. Століна, К. Роджерса психологічне консультування обґрунтовується як метод роботи психолога, і застосовується для корекції індивідуальної агресивної, конфліктної поведінки, а також розвитку індивідуальних навичок самовладання і саморегуляції. У ході консультування психологом створюються умови для аналізу (можливої зміни) поведінки людини. Терапевтична взаємодія між психологом та підлітком формує якісні зміни в поведінці.

3.2. Програма соціально-психологічного тренінгу з профілактики агресивності підлітків

Серед одних із найефективніших методів попередження агресивної поведінки підлітків визначається соціально-психологічний тренінг (СПТ).

Дослідження, які проводилися А. Е. Барановим, І. А. Гончаровим, Ю. М. Ємельяновим, А. В. Лісовик, Л. А. Петровською доводять, що СПТ може застосовуватися для корекції агресивної поведінки особистості, а також для формування комунікативних навичок, ефективної взаємодії у колективі, особистісних умінь саморегуляції, розвитку емоційного інтелекту та ін.

При організації та проведенні СПТ можуть бути застосовані такі навчальні технології та техніки: рольові ігри, дискусія / дебати, групове консультування, аутотренінг та індивідуальні бесіди з психологом. Охарактеризуємо методи і форми, які можуть застосовуватись у СПТ детальніше.

У 40-х роках ХХ століття у Національній лабораторії тренінгу в м. Бетеле (США) К. Левін, К. Роджерс запропонували групові форми роботи, які отримали назву Т- групи - «групи тренінгу базових умінь». До основних завдань Т-групи входило навчання учасників законам міжособистісного спілкування, умінню керувати і приймати правильні рішення у важких ситуаціях.

У розділі соціальної психології СПТ визначається через сукупність групових методів роботи практичного психолога з формування вмінь і навичок самопізнання, спілкування та взаємодії у представників визначеної соціальної групи. У той же час, тренінг (СПТ) розуміють, як: спілкування; процес пізнання себе та інших; форма поглиблення досвіду міжособистісної взаємодії; форма отримання тематичних знань; інструмент для формування умінь і навичок.

В. М. Федорчук розглядає поняття «тренінг» як найефективнішу модель включення особистості в міжособистісне спілкування, діяльність у широкому розумінні цього слова, які спрямовані на самопізнання, розвиток, саморозвиток та самовдосконалення особистості, здатної до самоактуалізації власного потенціалу в різних сферах.

Тренінг – це специфічна форма групового навчання, яка чинить вплив на розвиток емоційної, комунікативної, інтелектуальної, естетичної сфер особистості; є поєднанням багатьох методів впливу, серед них найважливіші: групова дискусія, ігрові методи, методи розвитку соціальної перцепції (уміння сприймати, розуміти й оцінювати інших людей, самих себе), метод тілесно

орієнтованої психотерапії, медитативні техніки тощо. Тренінг має за мету надання інформації, формування як стереотипних поведінкових умінь, так і вмінь та навичок свідомого вибору варіантів доцільної поведінки; сприяє розвитку установок, усвідомленню особистістю своїх потреб і мотивів.

Методика проведення тренінгового заняття має зазвичай такий вигляд: подання достовірної інформації або постановка проблеми, створення належних умов переходу цієї інформації в особистісний досвід, формування навичок прийняття рішень. Задля цього використовуються: низка спеціально підібраних вправ – вступних, рефлексивних, діагностичних, тренувальних, інтерактивних; форм організації учнів – колективних, парних, групових. Як і елементи арттерапії, тренінг також вимагає ретельної фахової підготовки від учителів, для яких останнім часом розроблено багато методик тренінгових занять. Слід тільки пам'ятати, що всі відібрані вправи є необхідними, навіть якщо на перший погляд здається навпаки. Кожна з них несе своє навантаження й має забезпечити ефективність виховного впливу на свідомість учнів.

Найчастіше на тренінгових заняттях застосовуються кейси (проблемні ситуації), які нині достатньо популярні. Їх використання дає старшокласникам можливість ознайомитись із ситуаціями та проблемами, в основі яких лежать реальні чи уявні події. Разом із тим учасники мають змогу діагностувати одну чи декілька проблем, напрацювати конкретні дії з їх вирішення й усунення їх негативних наслідків. Ситуації, навколо яких відбувається обговорення, є достатньо різноманітними і налічують декілька елементів вирішення. Кейси дають унікальну можливість вивчати складні чи емоційно значущі питання у безпечній атмосфері тренінгу, під супроводом педагога та однолітків, а не у реальному житті з реальними загрозами та ризиком у разі хибного рішення. Комунікативна природа методу надає можливість швидкого, але достатньо важливого оцінювання обговорюваних питань та запропонованих рішень. Можливість виявляти, аналізувати та прораховувати кожний крок, який наблизить розв'язання проблеми, є однією з переваг кейсів, але водночас одним із його недоліків та обмежень [43].

Групова дискусія як метод СПТ використовується для обговорення, яке зводиться до прийняття спільного рішення. У дискусійному полілозі відбувається зіставлення думок з актуальної проблеми міжособистісних конфліктів. Цінність даного способу полягає в принципі зворотного зв'язку і майстерності організатора дискусії, де кожен учасник отримує можливість бачити відмінності, в характері й поведінці особистостей, сприйнятті, поясненні одних і тих же спірних ситуацій в колективі.

Серед методик СПТ найбільше застосування отримав діловий метод і методика рольової гри. У рольовій грі особлива роль приділяється відпрацюванню взаємодії учасників в конфліктній ситуації. Набагато менше приділяється увага аналітиці міжособистісних взаємин, причин, мотивів поведінки людей, які знаходяться в конфлікті один з одним. На думку дослідників, основна увага тут робиться на інструментальний аспект навчання (Ю. М. Ємельянов). У рольових іграх предметом дослідження є закономірності спілкування в колективі, яке розглядається з комунікативної, перцептивної, і інтерактивної позицій.

Рольові ігри відносяться до розряду групових дискусій, «але в особах, де всім учасникам пропонують побути в ролі, згідно з його уявленнями про характер поведінки конкретного учасника конфлікту, а також кілька ситуацій, які пропонують розіграти за ролями. Інші учасники СПТ, оцінюють ситуацію і поведінку героїв як глядачі-експерти, які аналізують, чия поведінка було більш правильною.

Аутотренінг передбачає не тільки психологічне, але фізіологічне розвантаження. Учасник максимально розслабляється, тобто відбувається м'язова релаксація, потім відбувається робота над освоєнням прийомів самонавіювання, розвитку концентрації уваги, уяви, вміння контролювати власну поведінку. За допомогою аутотренінгу можна не тільки управляти психологічним станом, а й знизити фактори тривожності і прояви агресії. Психолог (соціальний працівник) надає посередницьку діяльність з надання

допомоги у вирішенні конфліктної ситуації, сприяє вибору найбільш компромісних способів взаємодії.

Індивідуальні бесіди з психологом, підготовка зустрічі з опонентом і робота трьох осіб («Я» психолог і «він») допомагають людині зрозуміти, в чому його поведінка нерациональна. Сприяє послідовному розв'язуванню міжособистісних спірних ситуацій.

Самоаналіз власної поведінки в конфлікті застосовується, коли людина потрапляє в суперечливу ситуацію або після її завершення. При самоаналізі конфліктної ситуації необхідно дотримуватися таких принципів: здатність об'єктивно оцінювати ситуацію і власну поведінку, аналіз дій опонента, нейтральний погляд на події, неупередженість, рівність критеріїв, відсутність «подвійних стандартів». Самоаналіз, підкріплюється самостереженням і контролем власної особистості, удосконалює модель поведінки з оточуючими людьми [41].

Метою «Програми соціально-психологічного тренінгу з профілактики агресивності підлітків» є зниження рівня агресії у підлітків засобами соціально-психологічного тренінгу.

Завдання занять з елементами тренінгу:

- знизити рівень агресивності підлітків;
- формувати навичок розпізнавати, ідентифікувати емоції, усвідомити фактори, які впливають на виникнення агресивності;
- розвивати навички емоційного опанування та контролю;
- запропонувати психологічні засоби саморегуляції, що попереджують психоемоційне перенавантаження;
- розвинути емоційний інтелект особистості, навчити толерантності по відношенню до інтересів та станів оточуючих

Програма СПТ складається з 10-15 занять тривалістю 120 хвилин. Кількість учасників – до 20 осіб. Режим проведення – 1 заняття в тиждень протягом 4-5 місяців.

Атрибути СПТ: класна кімната, облаштована для проведення тренінгових занять у формі кола; учасники тренінгу; обладнання: фліпчарт, папір, олівці, скотч, кольорові листки-наліпки та ін.

При розробці Програми СПТ застосовувались методи, вправи, техніки когнітивно-поведінкової, арт-терапії, психодрами та особистісно-орієнтованої терапії. Під час проведення занять ми реалізовували: комунікативні, моделюючі, когнітивні, рольові вправи.

Особливості організації та проведення СПТ:

1) *вступна частина*: знайомство, правила роботи групи, очікування, створення атмосфери довіри;

2) *основана частина*: інформаційні повідомлення з питань: поняття «агресія і агресивність», чинники виникнення агресивності, самооцінка особистості підлітка; вправи, метафори, техніки, руханки, що допомагають проаналізувати проблему агресії, та попередити її виникнення серед підлітків.

3) *завершальна частина*: оцінка участі у СПТ, аналіз отриманих знань, умінь, підведення підсумків, обговорення стратегій взаємодії підлітків із соціальним середовищем.

Зміст «Програми соціально-психологічного тренінгу з профілактики агресивності підлітків»

1. Заняття на тему «Знайомство»

Мета: створення позитивного настрою учасників тренінгового заняття; формування позитивної атмосфери взаємодії підлітків.

Перелік ігор та вправ: «Назви своє ім'я», «Правила роботи групи», «Очікування», «Угоди», «Снігова куля», «Упізнай емоцію», «Алфавіт», «Друкарська машинка», «Жестові етюди», «Що ти робиш?», «Кулачок», «Рефлексія зустрічі».

2. Заняття на тему «Колектив чи команда?»

Мета: організувати атмосферу довіри; сприяти зняттю емоційного напруження, збільшити ступінь адаптації у колективі; розвивати вміння

розпізнавати емоційні почуття та стани інших людей; розвивати співчутливість, милосердя; викликати позитивні емоції в учасників.

Перелік ігор та вправ: «Бджоли», «Компліменти», «Все у твоїх руках», «Шосте чуття», «Індикатори», інформаційне повідомлення «Колектив і команда» з елементами дискусії, «Груповий портрет», «Машина часу», комунікативна техніка «Я-повідомлення», «Що на малюнку?», «Транспорт», «Склади конструктор», «Острів», «П'ять добрих слів», «Рефлексія зустрічі».

3. Заняття на тему «Самооцінка»

Мета: зняти емоційне напруження учасників; формування позитивної самооцінки; вчити осмислювати власні позитивні якості; сприяти підняттю почуття особистісної значущості; формувати вміння турбуватися про інших, альтруїстичні форми поведінки.

Перелік ігор та вправ: «Не хочу хвалитись, але я...» «Заирнути всередину», мозковий штурм «Самооцінка – це...», «Мої сильні та слабкі сторони», «Мені приємно, коли...», «Американські гірки», «Дорослий – Дитина – Батько», асоціації до слова «самооцінка», «Одне і те ж по-різному», «Емоційні загадки», «Я хвилююсь коли...», «Страхи підлітків», «Подаруй посмішку», «Рефлексія зустрічі».

4. Заняття на тему «Емоції»

Мета: формувати здатність до усвідомлення власного емоційного світу та почуттів інших людей, розвиток емпатії; розвиток у підлітків здатності до розуміння, співпереживання та співчуття.

Перелік ігор та вправ: «Суфлер», хвилинка теорії «Емоції – це...», «Пара протилежностей», «Голосно й тихо», «Погляд на світ (Фоторепортаж)», «Угадай емоцію», «Метафоричний автопортрет», «Намалюй емоції», «Танці-протилежності», «Галерея образів», рольова гра «Агресор у ролі жертви», «Я сумний (радісний), коли...», «Рефлексія зустрічі».

5. Заняття на тему «Агресія чи агресивність»

Мета: сприйняття заборони, попередження агресивної поведінки, зниження вербальної агресії; усвідомлення соціально прийнятних норм

поведінки, налагодження зворотних зв'язків з однолітками, встановлення довірливих стосунків, стимуляція гуманних почуттів; ауторелаксація.

Перелік ігор та вправ: «Єдине – ціле», «Болото», «Відповідач – звинувачувач», «Продам – куплю», «Сніжна куля», «Знайомство з почуттям злості», інформаційне повідомлення «Агресія як явище», «Опануй себе», «Хто я?», «Камінчик у черевіку», «Мені подобається в тобі...», «Рефлексія зустрічі».

6. Заняття на тему «Робота з гнівом»

Мета: навчити підлітків вербалізації почуття гніву, розвивати здатність сприймати гнів через сенсорні канали та долати гнів за допомогою саморегуляції.

Перелік ігор та вправ: «Сила гніву», «У пошуках гнуву», «Скульптури», «Сліпий та поводитир», «Розтисни кулак», «Малюнок гніву», «Переговори з гнівом», «Повір мені», пантоміма «Все у твоїх руках», «Рефлексія зустрічі».

7. Заняття на тему «Емоційний інтелект»

Мета: проаналізувати функції емоцій та зрозуміти їх позитивний вплив на людину; розвивати навички розуміння емоцій для вирішення проблем.

Перелік ігор та вправ: «Емоції», пантоміма «Зрозумій мене», «Негативна емоція як ресурс», «Компліменти», «Сонце в долоні», «+ і - діалогу», «Рефлексія зустрічі».

8. Заняття на тему «Стратегії взаємодії»

Мета: створення атмосфери доброзичливості та довіри; формування навичок конструктивної взаємодії, розвиток навичок самовладання негативних емоцій та саморегуляції.

Перелік ігор та вправ: «Імпульс», «Мій символ», «Гордіїв вузол», «Займи позицію», «Правила дорожнього руху», «Поясни вибір», «Корабель серед скель», «Конструктивний конфлікт», «Сваримось конструктивно», «Укладення угоди», «Ситуації з життя», «Рефлексія зустрічі».

9. Заняття на тему «Управління емоціями»

Мета: вправлятися у вміннях усувати надмірне емоційне напруження й особистісну тривожність підлітків, опановувати техніками релаксації; вчити помічати і запобігати негативним емоціям інших .

Перелік ігор та вправ: «Дротяна розминка», «Снігова баба», «Вогонь-лід», «Зсунь камінь», «Тиха гавань», «Лимон», «Муха», казка про вулкан, «Черепашка», «Бурулька», «Рефлексія зустрічі».

10. Заняття на тему «Стратегії комунікації»

Мета: розвиток навичок конструктивної взаємодії, удосконалювати вміння самоусвідомлення і самоконтролю поведінки, розвивати повагу до моральних цінностей; формувати альтруїстичні почуття у підлітків.

Перелік ігор та вправ: «Конфліктний м'яч», «Я – висловлювання, Ти – висловлювання», «Галявина настрою», «Скарбничка гарних вчинків», «Самоцінність», «Ситуація», «Мені в тобі подобається...», «Чарівна крамничка», «Зошит моїх досягнень», «Компліменти», «Рефлексія зустрічі».

11. Заняття та тему «Самовладання і саморегуляція»

Мета: вчити підлітків прийомів саморегуляції, уміння володіти собою у ситуаціях, котрі провокують їх гнів; закріплювати соціально прийнятні правила поведінки; розвивати спроможність бути уважним до інших; виховання співчуття і терпимості.

Перелік ігор та вправ: «Привітання», «Баланс», «Кульки спокою», «Скульптура настрою (стану)», «Толерантність у спілкуванні», «Обладунки (костюм)», «Контраст», казка про чайника Арчі, «Яка твоя вага», «Опануй себе», «Перекличка», «Рефлексія зустрічі».

12. Заняття та тему «Команда»

Мета: позитивне закріплення спроможності розв'язувати проблеми соціально-адаптованими методами; закріплення гуманних почуттів, розвиток навичок взаємодопомоги та взаємоповаги; формування емпатійного спілкування, доброзичливості, довіри до людей; отримання зворотного зв'язку.

Перелік ігор та вправ: «Асоціації», «Карта мого життя», «Скарбничка порад», «Якби я був...», «Чарівна зірка», «П'ять добрих слів», «Міміка», «Зобрази тварину», «Повір мені», «Скарбничка успіхів», «Рефлексія зустрічі».

Висновки до розділу 3

У третьому розділі магістерської роботи було здійснено теоретико-практичне обґрунтування та розроблено комплексну програму профілактики агресивної поведінки підлітків, яка ґрунтується на врахуванні психологічних особливостей вікового розвитку. Аналіз сучасних наукових підходів дозволив зробити висновок, що ефективна профілактика не може бути зведеною до окремих заходів, а має будуватися на системному, багаторівневому та інтегрованому підході. Такий підхід передбачає одночасну роботу з різними учасниками освітнього процесу – самими підлітками, їхніми батьками, педагогами та іншими соціальними інституціями, формуючи таким чином єдине корекційно-профілактичне середовище.

Детальний аналіз показав, що агресивна поведінка підлітків потребує активного та кваліфікованого втручання, оскільки пасивність, ігнорування проблеми або жорсткі каральні заходи часто дають зворотний ефект, посилюючи девіантні тенденції. Доведено, що суто біхевіоральний підхід, орієнтований лише на зміну зовнішніх форм поведінки, виявляє недостатню ефективність. Найкращі результати досягаються при його поєднанні з розвитком емоційного інтелекту, соціальних навичок, здорової самооцінки та навичок самоконтролю.

Відповідно до цього, розроблена комплексна програма профілактики структурована за трьома основними напрямками роботи: з підлітками, з батьками та з педагогічним колективом. Кожен з цих напрямів має чітку методичну структуру, визначені етапи реалізації та специфічний набір психокорекційних технік, що дозволяє враховувати потреби кожної цільової групи.

Серцевину практичної реалізації програми становить соціально-психологічний тренінг (СПТ) для підлітків, що включає 10–15 тематичних занять. Цей тренінг орієнтований не лише на зниження рівня агресії, але й на активний розвиток навичок саморегуляції, емоційного інтелекту та конструктивної комунікації. В рамках СПТ застосовується широкий спектр сучасних методів і технік, серед яких рольові ігри, розбір кейсів, аутотренінг, а також арт-терапевтичні та когнітивно-поведінкові вправи. Таке поєднання дозволяє формувати в підлітків стійкі адаптивні стратегії поведінки в соціальних взаємодіях.

Значна увага в програмі приділена роботі з батьками, оскільки сімейне середовище є ключовим чинником у формуванні поведінкових моделей. Залучення батьків спрямоване на створення єдиного виховного простору та досягнення узгодженості дій усіх дорослих у подоланні проявів дитячої агресії.

Окремим важливим компонентом є психологічна робота з педагогами, мета якої – підвищити їхню психологічну компетентність, навчити конструктивним стратегіям взаємодії з підлітками, що демонструють агресію, а також запобігти емоційному вигоранню самих педагогів.

В основу програми покладено ключові принципи профілактичної діяльності: доступність, неперервність, системність, адресність, своєчасність та інтегративність. У сукупності розроблена програма є ефективною моделлю цілісної психопрофілактики, яка може бути успішно адаптована та впроваджена в закладах освіти для стабільного зниження рівня підліткової агресії та суттєвого покращення соціально-психологічного клімату в учнівських колективах.

ВИСНОВКИ

У роботі представлено теоретичне узагальнення й нове вирішення проблеми формування та особливостей функціонування емоційно зрілої особистості. У результаті проведеної роботи дійшли таких висновків:

1. Поняття емоційної зрілості особистості є концептуально розмитим і трактується в психології як емоційна компетентність, емоційна гнучкість, емоційний інтелект, особистісна зрілість тощо. На основі людиноцентрованого підходу К. Роджерса створено структурну модель емоційної зрілості особистості, яка включає такі компоненти: рефлексію емоцій, емоційну саморегуляцію, емпатію, емоційну експресивність та прийняття власних емоцій – й орієнтує на створення психодіагностичного інструментарію й програми психологічної корекції.

2. Розроблено опитувальник діагностики емоційної зрілості, який оцінює як вираженість окремих структурних компонентів (за 5-ма шкалами), так і її загальний рівень. Створено психометричний паспорт опитувальника, який включає такі психометричні показники, як змістовна та конкурентна валідність, факторно-дісперсійна та внутрішньотестова надійність, дискримінативність і ефективність завдань, стандартизація (за шкалою стенов). Усі психометричні показники мають високий рівень значущості, що забезпечує психометричну обґрунтованість опитувальника.

3. Виявлено феномен модальної трансформації емоцій у емоційно незрілих особистостей – високі показники негативних стеновних (гнів, відраза, агресивність) й астенічних (горе, страх, сором, провина, тривожність) емоцій. Визначено структурні особливості організації емоційної сфери емоційно незрілої особистості, а саме феномени «злипання» негативних емоцій, що створює неможливість виділення самотійної емоції, «генералізації» механізму реципрокності в негативній емоційності, «інфляції» механізму негативної емоційності.

4. Емоційна зрілість особистості є проявом загальної особистісної зрілості на рівнях характерологічних рис, соціально-психологічної адаптації й механізмів психологічного захисту.

Високому рівню емоційної зрілості більш властиві такі особистісні риси, як просоціальність і толерантність, які входять до переліку ознак зрілої особистості.

Емоційно зрілі особистості виявляють більш високу здатність до соціально-психологічної адаптації (як показника зрілості особистості) за наступними параметрами: адаптації, прийняття себе, прийняття інших, емоційного комфорту, інтернальності та домінування. В емоційно зрілої особистості спостерігається більша значущість таких факторів, як «адаптація» та «внутрішній локус контролю й оцінки», а в емоційно незрілої особистості – факторів «імпульсивність» та «соціальна залежність».

При низькому рівні емоційної зрілості переважають примітивні, протективні механізми психологічного захисту (заперечення, витіснення, регресія, проекція, заміщення, реактивне утворення тощо), що перешкоджають доведенню травматичної інформації до свідомості. Емоційно незрілій особистості властива висока напруженість «Его»-захистів, що робить їх недостатньо ефективними. Висока вираженість протективних механізмів пов'язана з інтенсивністю негативних емоцій.

5. Емоційна зрілість особистості є проявом загальної особистісної зрілості на рівні психосемантичних особливостей «Его»-системи. Система «Его» зрілої особистості характеризується широтою репертуару сфер реалізації, залученістю «Его» у Теперішнє й Майбутнє, конотованістю структури «Его» позитивними переживаннями (любов'ю, щастям, радістю, свободою). Такі психосемантичні прояви «Его»-системи свідчать про включеність особистості до широкого соціального контексту. «Его» в емоційно зрілої особистості пов'язане з ідеальним «Я», що є проявом більш зрілих механізмів регуляції «Его» та конгруентності.

6. Розроблено програму психологічної корекції, яка спрямована на підвищення рівня емоційної зрілості особистості, мішенями якої є рефлексія емоцій, емоційна саморегуляція, емпатія, емоційна експресивність та прийняття власних емоцій. Програма включає 18 занять. У програмі

реалізовано групову форму роботи, яка побудована на принципах клієнтцентованого підходу та містить психогімнастичні методи, техніки когнітивної, тілесно-орієнтованої, гештальт-терапії, арт-терапії й роботу з метафоричними картами. Доведено ефективність створеної програми.

Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленні уявлень щодо структурної організації та механізмів функціонування емоційно зрілої особистості, вивченні онтогенезу та гендерних особливостей емоційної зрілості особистості.

Проведене дослідження індивідуально-психологічних чинників агресивної поведінки підлітків, а також розробка профілактичної програми на його основі дозволяють сформулювати низку узагальнених теоретичних і практичних висновків.

Передусім, теоретичне підґрунтя дослідження засвідчило, що агресивність підлітків є багатовимірним феноменом, який формується під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників: біологічних, психологічних та соціальних. Встановлено суттєву відмінність між агресією як ситуативною реакцією — окремим актом поведінки, і агресивністю як стабільною особистісною характеристикою, що передбачає індивідуальну схильність до певних моделей реагування. Це, у свою чергу, вимагає диференційованого підходу до профілактичної діяльності.

Результати емпіричного етапу дослідження засвідчили високий рівень поширення агресивних проявів серед підлітків: понад половина опитаних демонструють значні показники агресивності. Виявлено низку чітких гендерних та індивідуально-психологічних закономірностей. Так, хлопці частіше вдаються до прямої фізичної агресії, що, як правило, супроводжується заниженою самооцінкою. Дівчата, своєю чергою, демонструють переважно вербальні та непрямі форми агресії, які корелюють із підвищеною емоційною чутливістю й нестабільністю. Окрему увагу приділено зв'язку між типами акцентуацій характеру (особливо збудливого,

демонстративного та застрягаючого типів) та інтенсивністю агресивних реакцій.

На основі аналізу теоретичних і практичних даних розроблено комплексну програму профілактики агресивної поведінки підлітків. Її структура охоплює три ключові напрями, що взаємодоповнюють один одного: по-перше, соціально-психологічний тренінг, спрямований на самопізнання, розвиток емоційного інтелекту, формування навичок регуляції емоцій і конструктивної комунікації в підлітковому середовищі; по-друге, робота з батьками, яка передбачає психологічний супровід з метою формування єдиного виховного середовища та налагодження ефективної взаємодії з дитиною; по-третє, просвітницька діяльність серед педагогів, спрямована на підвищення їхньої психологічної обізнаності та формування конструктивних підходів до спілкування з учнями з проявами агресивності.

Наукова новизна та прикладне значення дослідження полягає у кількох аспектах. По-перше, було встановлено специфічні взаємозв'язки між типами акцентуацій характеру, рівнем самооцінки та формами агресивної поведінки з урахуванням гендерних відмінностей. По-друге, запропоновано інтегровану модель профілактики, яка поєднує психокорекційну роботу з підлітками та підтримку їхнього найближчого соціального оточення. По-третє, адаптовано психодіагностичний інструментарій для комплексної оцінки чинників, що зумовлюють агресивну поведінку.

Впровадження зазначеної програми в умовах сучасного освітнього закладу дозволить не лише знизити рівень агресивних проявів серед підлітків, а й створити сприятливий соціально-психологічний клімат у шкільному середовищі, сформувати в учнів навички конструктивної комунікації, емоційного самоконтролю та позитивної взаємодії з оточенням.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід : методичний посібник. К. : ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 132 с.
2. Асєєва Ю.О. Психологічні засади кіберадикцій в підлітковому та юнацькому віці : дис. ... д. психол. наук: 19.00.07 / ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Одеса, 2021. 532 с.
3. Власова О.І. Педагогічна психологія: навчальний посібник. Київ : Либідь, 2005. 400 с.
4. Безпалько О.В. Організація соціально-педагогічної роботи з дітьми та молоддю у територіальній громаді: теоретико-методологічні основи: монографія. Київ : Наук. світ, 2006. 363 с.
5. Бернацька І. Школа без агресії. Формування ненасильницького простору в НУШ // Соціальний педагог. 2019. № 5. С. 22–24.
6. Бовть О.Б. Причини агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку // Педагогіка і психологія. 1997. № 1. С. 94–100.
7. Дроздов О.Ю., Скок М.А. Проблеми агресивної поведінки особистості : навч. посібник. Чернігів : ЧДПУ імені Т. Г. Шевченка, 2000. 156 с.
8. Єзерська Н.В. Психологічні особливості розвитку особистості підліткового віку // Молодий вчений. Серія: Психологічні науки. 2015. № 7 (22), ч. 2. С. 108.
9. Єзерська Н.В. Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя підлітків в умовах спеціалізованої школи-інтернату : дис. ... к. психол. наук: 19.00.07 / Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, 2017. 247 с.
10. Заброцький М.М. Основи вікової психології : навч. посіб. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2001. 112 с.
11. Кікінежді О.М., Василькевич Я.З., Шульга І.М. Егалітарність батьківсько-підліткової взаємодії як чинник попередження девіантної поведінки

зростаючої особистості // Теорія та практика профілактичної роботи з дітьми, схильними до девіантної поведінки : монографія. Тернопіль : Осадца Ю.В., 2018. С. 182–192.

12. Кіричевська Є. Насильство в загальноосвітніх навчальних закладах: стратегії подолання // Практична психологія і соціальна робота. 2010. № 8. С. 4–10.

13. Корольчук М.С. Психодіагностика. Київ : Ельга-Ніка, 2007. 400 с.

14. Літвінова О.В. Методичні вказівки щодо практичних занять і самостійної роботи з навчальної дисципліни «Соціально-психологічний тренінг» для студентів спеціальності 053 – «Психологія», освітнього ступеня «бакалавр». Кременчук, 2018. 63 с.

15. Лобанова А.С., Калашникова Л.В. Соціально-психологічні аспекти роботи з підлітками, схильними до девіації : навч. посіб. Кропивницький : Каравелла, 2012. 368 с.

16. Марценківський І., Марценківська І. Дитяча агресивність // Дошкільне виховання. 1997. № 8. С. 18–19.

17. Меленчук Н., Прокопенко К. Психологічний захист осіб із різним рівнем агресивності // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. 2021. № 1. С. 25–31.

18. Мелоян А.Є. Психологічний аналіз агресивної поведінки в підлітковому віці // Вісник ХДПУ ім. Г. С. Сковороди. 2002. Вип. 9. С. 179–184.

19. Методика дослідження акцентуації характеру (Х. Шмішек). URL: <https://psy.kpi.ua/wp-content/uploads/2018/09/...>

20. Михальська Ю.А., Ренке С.О. Особливості механізмів психологічного захисту особистості // Проблеми сучасної психології. 2015. № 30. С. 417–427.

21. Мойсеева О.Є. Соціально-психологічні чинники агресії підлітків // Актуальні проблеми психології. 2015. № 5. С. 309–317.

22. Павелків В.Р. Психогенеза агресивної та деструктивної поведінки у підліткових субкультурах : дис. ... д. психол. наук: 19.00.07 / Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2019. 475 с.

23. Показники та соціальний контекст формування здоров'я підлітків : монографія / О.М. Балакірева та ін. ; за ред. О.М. Балакіревої. К. : ЮНІСЕФ, 2014. 156 с.
24. Превенція агресивності та насилля в освітньому середовищі : метод. рекомендації / Дроздов О.Ю. та ін. ; за ред. Я.В. Сухенко. Полтава : ПОППО, 2010. 79 с.
25. Проблеми агресивної поведінки особистості : навч. посіб. Чернігів : ЧДПУ імені Т. Г. Шевченка, 2000. 156 с.
26. Професійне самовизначення учнівської молоді в умовах освітнього округу : монографія / Л.А. Гуцан та ін. Харків : Друкарня Мадрид, 2018. 220 с.
27. Психологічний довідник учителя : у 4 кн., кн. 1 / упоряд. В. Андрієвська ; наук. ред. С. Максименко. К. : Главник, 2005. 96 с.
28. Психологу для роботи. Діагностичні методики : зб. / уклад.: М.В. Лемак, В.П. Петрище. Ужгород : Видавництво Олександра Гаркуші, 2011. 616 с.
29. Сергєєва К.В. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05. Київ, 2016. 368 с.
30. Сергєєва Н.В. Соціально-педагогічні умови профілактики комп'ютерної адикції підлітків : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05. К., 2010. 208 с.
31. Соціально-психологічна робота з підлітками, схильними до агресії : метод. посіб. Хмельницький : Відділ освіти, молоді та спорту Хмельницької РДА, 2014. URL: <https://hm-rmk.ucoz.ru/pedvustavka/11.pdf>
32. Степанюк О., Мельниченко О. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників : зб. практичних матеріалів. Київ, 2020. 132 с.
33. Тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк). URL: http://e-pidruchniki.com/content/898_45_Test_Samoocinka_psihichnih_staniv_G_Aizenk.html
34. Титаренко Т.М. Кризове психологічне консультування. К. : Главник, 2004. 96 с.

35. Федорчук В.М. Тренінг особистісного зростання : навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2014. 250 с.
36. Федух І.С. Психологічні особливості проявів агресивності в ранньому юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук. К., 2007. 21 с.
37. Фройд З. По той бік принципу задоволення. Я і Воно. Київ : Мультимедійне видавництво Стрельбицького, 2020. 288 с.
38. Христук О.Л. Психологія девіантної поведінки : навч.-метод. посіб. Львів : ЛьвДУВС, 2014. 192 с.
39. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник : словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с.
40. Шебанова В.І. Проблематика механізмів психологічного захисту // Психологічні науки. 2012. № 37 (61). С. 246–249.
41. Шевченко С.В. Психологічні особливості виникнення агресії особистості // Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 5. С. 180–183.
42. Яковлева О.В. Причини агресивної поведінки молодших школярів // Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка. 2015. № 1 (290). С. 296–302.
43. Bandura A., Walters R.H. Adolescent Aggression: A Study of the Influence of Child-Training Practices and Family Interrelationships. New York : The Ronald Press Company, 1959. 475 p.
44. Berkowitz L. Aggression: Its causes, consequences, and control. New York : McGraw-Hill, 1993. 485 p.
45. Dollard J., Miller N.E. Personality and psychotherapy. New York : McGraw-Hill, 1950. 179 p.
46. Elliott G.R. Capturing the adolescent experience / G.R. Elliott, S.S. Feldman ; In S.S. Feldman & G.R. Elliot (Eds.). 1990.
47. Plutchik's Wheel of Emotions. URL : https://www.researchgate.net/publication/333489781_Summarizing_Emotions_from_Text_Using_Plutchik's_Wheel_of_Emotions (дата звернення: 12.11.2023)

48. Escortell-Vilà R., et al. Personality Traits and Aggression as Explanatory Factors for Cyberbullying Among Adolescents: Empirical Study. *Journal of Adolescence*. 2020. 38 c.
49. Le D.T., Nguyen H.N., et al. Personality traits and aggressive behavior in adolescents. *Psychology Research and Behavior Management*. 2023. 29 c.
50. Shatri S., Thaçi B. Research on the Influence of Social Networks on the Manifestation of Aggression in Adolescents. *Insight Journal*. 2024. 18 c.
51. Hu Y., et al. The relationship between self-esteem and aggressive behavior in adolescents. *Frontiers in Psychology*. 2023. 25 c.
52. Penado-Abilleira M., et al. Personality characteristics of a sample of violent adolescents. *SpringerOpen Journal*. 2019. 33 c.
53. Martin S., et al. Examining the relationships between impulsivity, self-control and aggression in juvenile samples. *Aggression and Violent Behavior*. 2019. 40 c.
54. Castillo-Eito L., et al. How can adolescent aggression be reduced? A multi-level systematic review. *Aggression and Violent Behavior*. 2020. 36 c.
55. Durbin C.E., et al. Personality trait change across late childhood to young adulthood: longitudinal study. *Developmental Psychology*. 2015. 44 c.
56. Jiménez E.E.T., et al. Aggressive behavior in adolescence as a predictor of personal, school and family maladjustment. *Psicothema*. 2018. 27 c.
57. Basto-Pereira M., et al. Developmental predictors of offending and persistence in antisocial behavior: longitudinal analysis. *Aggression and Violent Behavior*. 2022. 31 c.
58. Eisner M., et al. Childhood Risk Factors for Violent Ideations in Late Adolescence and Early Adulthood: A Cohort Study. *Journal of Youth and Adolescence*. 2025. 35 c.
59. Fauzi F.A., et al. Aggression and antisocial behavior in children and adolescents: cross-sectional study in school context. *International Journal of Adolescence and Youth*. 2023. 28 c.

60. Павелків В.Р. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці // Науковий журнал. 2010. 30 с.
61. Кордунова Н.О. Особливості прояву агресивної поведінки в підлітковому віці: психолого-педагогічний аналіз : кваліфікац. робота. 2019. 50 с.
62. Вальчук Ю.В. Психологія агресивної поведінки сучасних підлітків: діагностично-корекційний аспект : дипломна робота. 2022. 44 с.
63. Михайлишин У.Б. Вплив акцентуацій характеру на агресивну поведінку підлітків // Науковий журнал. 2021. 36 с.
64. Стаття «Психологічні особливості проявів агресивної поведінки підлітків». 2024. 30 с.
65. Shcherban T. Особливості проявів агресивної поведінки у підлітковому віці (шкільне середовище) // Соціальна та педагогічна психологія. 2022. С. 22.
66. Бакалаврська робота «Особливості проявів агресивної поведінки підлітків та юнаків». Херсон, 2020. 55 с.
67. Огляд «Adolescent Personality Disorders Associated With Violence and Criminal Behavior During Adolescence and Early Adulthood». Psychiatry Online. 2025. 42 с.