

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**Психолого-педагогічний факультет**  
**Кафедра практичної психології**

**ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ**  
**АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ**

Кваліфікаційна робота студентки  
групи ЗППм-24  
ступінь вищої освіти магістр  
спеціальності 053 Психологія  
Толопіло Марини Петрівни

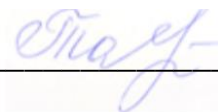
Керівник кандидат психологічних наук,  
доцент Шаповал І. М.

## ЗАПЕВНЕННЯ

Я, **Толопіло Марина Петрівна**, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно і не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

Толопіло М. П. \_\_\_\_\_



## ЗМІСТ

ВСТУП .....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ .....	7
1.1. Психологічні особливості підліткового віку .....	7
1.2. Психологічна феноменологія понять «агресія» та «агресивність» .....	15
1.3. Зміст та особливості підліткової агресивності та агресивної поведінки .	20
Висновки до розділу 1 .....	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ .....	26
2.1. Організація та процедура дослідження .....	26
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження .....	30
Висновки до розділу 2 .....	38
РОЗДІЛ 3. ЗМІСТ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОКРЕКЦІЇ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ .....	39
3.1. Обґрунтування програми психологічної корекції агресивної поведінки підлітків .....	39
3.2. Оцінка ефективності психокорекційної роботи .....	42
Висновки до розділу 3 .....	47
ВИСНОВКИ .....	48
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....	50
ДОДАТКИ .....	57

## ВСТУП

**Актуальність теми.** В сучасних умовах життя українців, ускладнених негативними наслідками війни, реформуванням державних стандартів щодо системи освітніх інститутів відповідно до європейських стандартів актуалізується багато суспільно-інформаційних, соціально-організаційних та соціально-психологічних чинників, які спричиняють підвищення рівня агресивності громадян. Особливо вразливим до цього є молоде покоління, яке тільки розпочинає свій життєвий шлях, перебуває на стадії формування соціальної та особистісної ідентичності, самовизначення.

Зважаючи на проблемність підліткового віку щодо зазначених проблем, зауважимо ще на специфічних ускладненнях цього віку, пов'язаних із закономірностями фізіологічного, психоемоційного, особистісного, соціального розвитку. Тому підлітки вважаються групою ризику щодо виникнення агресивної поведінки та формування агресивності як властивості особистості і потребують спеціальних заходів як соціального супроводу, так і психологічної допомоги.

Актуальність зазначених питань зумовила вибір теми нашої кваліфікаційної роботи.

Проблематика щодо психологічної сутності агресивності та механізмів агресивної поведінки досліджувалася багатьма зарубіжними (Л. Берковіц, К. Лоренц, С. А. Anderson, А. Bandura, В. J. Bushman, А. Н. Buss, J. Dollard, D. Neupane, А. Lourdusamy та ін.) та українськими (А. Бабич, Н. Єзерська, О. Замашкіна, М. Замятіна, Р. Попелюшко, В Рябокони, І. Федух, С. Шевченко та ін.) науковцями.

Підліткову специфічність агресивності та агресивної поведінки досліджували О. Босак, О. Вовченко, О. Ворощук, О. Луц, Н Макарчук, М. Мельничук, О. Орос, В. Павелків, Н. Разумейко, С. Сеага, В. Ямницький, F. A. Fauzi, С. М. Kokkinos, I. Voulgaridou та ін.

Практичні шляхи і методи психологічної допомоги агресивних підлітків розроблені такими психологами-практиками: І. Бабарикіна, І. Гайдамашко, О. Замашкіна, О. Казаннікова, М. Кузнецов, О. Мойсеєва, К. Сергеева та ін.

**Метою дослідження** є теоретичне та практичне вивчення сутності та причин підліткової агресивності.

**Завдання дослідження:**

1. Визначити специфіку розвитку підлітковому віці щодо чинників виникнення агресивних реакцій та агресивності.
2. Проаналізувати психологічну сутність агресії та агресивності підлітків.
3. На основі результатів теоретичного аналізу емпірично дослідити параметри підліткової агресивності.
4. Розробити та впровадити програму психологічної корекції агресивної поведінки підлітків.

**Об'єкт дослідження** – агресивність та агресивна поведінка підлітків.

**Предмет дослідження** – сутність та способи психологічної корекції агресивної поведінки підлітків.

**Методи дослідження.** Для досягнення мети й розв'язання поставлених задач дослідження був застосований комплекс методів, до якого увійшли:

*теоретичні* – аналіз, синтез, систематизація, узагальнення та зіставлення теоретичних фактів щодо сутності підліткової агресивності;

*емпіричні* – комплекс стандартизованих методик: Тест виміру агресії (Л. Почебут), Опитувальник рівня агресивності Басса-Перрі (Bass-Perry Aggression Questionnaire, BPAQ, A. Bass&M. Perry), Шкала соціально-ситуативної тривожності О. Кондаша (модифікована версія А. Прихожан), Методика «Визначення рівня своєї самооцінки» (Г. Казанцева), Шкала самоповаги М. Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale, M. Rosenberg).

*методи математичної статистики* – коефіцієнт лінійної кореляції  $r_{xy}$ -Пірсона для визначення кореляційних зв'язків діагностованих параметрів,  $H$ -критерій Крускала-Волліса (для порівняння трьох груп),  $U$ -критерію Манна-

Вітні критерій (для порівняння двох груп),  $T$  Вілкоксона для зіставлення емпіричних даних констатувальної та підсумкової діагностик.

**Практична значущість** роботи полягає в тому, що розроблена й апробована програма психологічної корекції агресивної поведінки підлітків може бути використана у психологічній практиці.

**Структура роботи.** Робота має вступ, три розділи, висновки, список літератури і додатки. Список використаних джерел налічує 54 найменування. Загальний обсяг роботи становить 66 сторінок. Робота містить 9 таблиць та 13 рисунків, вміщує 3 додатки.

## РОЗДІЛ 1.

### ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

#### 1.1. Психологічні особливості підліткового віку

Підлітковий вік визначається «перехідним характером» (переходом від дитинства до дорослості). Відповідно саме цей аспект є ключовим для виокремлення його меж. Як зазначає Р. Павелків [28], вікові межі підліткового віку мають історичну і соціальну обумовленість»: зміст, форми і тривалість системи загального навчання та професійної підготовки. Тому у багатьох країнах існує тенденція до збільшення тривалості підліткового етапу життя, який наразі сягає періоду від 10 до 19 років. Але автор наголошує, що індивідуальна тривалість підліткового віку залежить від соціального становища, від рівня якого залежить тривалість освіти та початок трудової діяльності. У психології підлітковий вік умовно поділяють на власне підлітковий період (10-15 років) та ранній юнацький період (16-19 років). Зважаючи на специфічні особливості психічного розвитку, у власне підлітковому періоді виокремлюються три стадії: перша стадія триває від 10 до 11 років, друга – від 12 до 13 років, третя – від 14 до 15 років.

Отже, підлітковий вік в онтогенетичному розвитку людини визначається тим, це етап початку її дорослішання. Його головною особливістю є «перехід від дитинства до зрілості», який визначається специфічними «якісними і кількісними змінами у біологічній, психологічній, особистісній і соціальній сферах людини» (М. Савчин, Л. Василенко [38, С. 191]). Значні зміни відбуваються на фізіологічному рівні і пов'язані з перебудовою організму: інтенсивний та нерівномірний і ріст випереджає функціонально-морфологічний розвиток внутрішніх органів; інтенсивне статеве дозрівання зумовлює виникнення статевого потягу. Саме тому підлітковий вік називають пубертатним періодом та віком пубертатної кризи (Н. Токарева [43]).

В організмі підлітка активуються складні взаємозв'язки ендокринної системи, через що підвищуються секреція гормонів росту і статевих гормонів, а це зумовлює інтенсивні фізичний і фізіологічний розвиток. Збільшуються зріст і вага, причому у хлопчиків в середньому такі процеси відбуваються приблизно на два роки пізніше, ніж у дівчат. Типовим для підлітків є майже постійно посилена секреція надниркових залоз, що зазвичай є реакцією на стресову ситуацію як засіб мобілізації захисних сил організму. Такий стан призводить до того, що підлітки нібито весь час перебувають у стані стресу, а це, у свою чергу, спричиняє емоційні труднощі та ускладнення у саморегуляції діяльності і поведінки (О. Вовченко [6]).

Нерівномірний ріст скелета впливає на зміни пропорцій тіла: спочатку ростуть кістки черепа, кистей та ступнів, потім подовжують рости руки, ноги, тулуб. Інтенсивний ріст скелета та недорозвиненість мускулатури, розвиток якої відбувається повільніше та пізніше, призводить до певної непропорційності тіла та підліткової незграбності, що зумовлює зниження самооцінки через невдоволення своїм тілом та зовнішнім виглядом і, відповідно, впливає на процеси розвитку самосвідомості, зокрема на формування образу фізичного «Я» (Н. Токарева [43]).

Швидкий фізичний розвиток скелету призводить до труднощів у роботі внутрішніх органів, які забезпечують кровопостачання головного мозку, через що можуть виникати перепади судинного і м'язового тону. Тому для підлітків є характерними різкі зміни фізичного стану, загальної працездатності й афектації. Це виявляється у тому, що несподівано настає втома, знижується фізична активність, радикально змінюється настрій: бадьорість змінюється на відчуття розбитості, сум, пасивність (М. Савчин, Л. Василенко [38]). Отже, у підлітковому віці емоційна сфера стає нестабільною, що посилюється сексуальним збудженням, яке супроводжує процес статевого дозрівання.

У процесі статевого дозрівання яскраво виявляються індивідуальні відмінності як фізіологічного, так і особистісного розвитку. Темп статевого розвитку, закономірності формування вторинних статевих ознак впливає на самооцінку підлітка та на його образ фізичного «Я». Так, пізнє дозрівання



спричиняє певні фактори, що можуть затримувати чи ускладнювати особистісний розвиток. Натомість ранній фізичний розвиток (акселерація) є сприятливим чинником не тільки для розвитку Я-концепції і становлення особистісної ідентичності, але і для удосконалення інтелектуальних процесів, емоційно-вольової регуляції поведінки. Це стає дає можливість реалізовувати адекватні стосунки з оточенням, бути ефективним і результативним в різних видах діяльності і у спілкування (А. Семенова [40]).

Науковці відзначають у цьому аспекті також відмінності між дівчатами і хлопцями. Так, попри те, що на початку пубертатного періоду відмінності серед дівчат щодо темпу фізичного розвитку, статевого дозрівання та прояву вторинних статевих ознак не дуже помітні, у подальшому виникають явні індивідуальні відмінності. Дослідники констатують, що дівчата з раннім фізіологічним розвитком зазвичай демонструють більшу впевненість у собі, вищий рівень самоконтролю та здатність до встановлення соціальних стосунків з однолітками, зокрема протилежної статі (І. Булах [3]). Специфічну важливість терміни фізичного розвитку та статевого дозрівання мають для хлопців. Фізично розвинений хлопець – сильний, успішний у різних видах діяльності, особливо у спортивній. Він виглядає і сприймається однолітками як більш дорослий з-поміж інших підлітків, тому є популярним і впевненим у собі. Натомість хлопці з пізнім дозріванням відчувають ставлення оточуючих до себе, як до дитини, що викликає протест, роздратування, надмірну емоційну збудливість. Вони не популярні серед однолітків, тому намагаються привернути до себе увагу усіма способами, можуть поводитись неприродно, що не приймається оточенням та спричиняє невдоволеність собою, низьку самооцінку, ворожість, агресію (А. Семенова [40]). На наступних етапах підліткового віку статеві ідентифікація особистості сягає більш високого рівня як орієнтування і засвоєння моделей чоловічої та жіночої поведінки, а також гендерних еталонів особистісних властивостей (М. Савчин, Л. Василенко [20]).

У підлітковому віці пришвидшується розвиток пізнавальних здібностей. Особливого значення набуває формування теоретичного рефлексивного

мислення, тобто здатності усвідомлювати хід своїх думок та за необхідністю його коригувати. На основі розумових операцій, сформованих у молодшому шкільному віці, підлітки набувають здатності оперувати формально логічними операціями. Абстрагуючись від представленого наочно конкретного змісту, узагальнюючи його у вигляді понять і категорій, представляючи їх у вербально-символічній формі, підлітки здатні міркувати гіпотетико-дедуктивно, тобто на основі загальних посилок вибудовувати та перевіряти гіпотези (М. Савчин, Л. Василенко [38]). Надалі формується здатність застосовувати системний пошук рішень щодо інтелектуальних та практичних завдань, що полягає у знаходженні способів застосування засвоєних абстрактних правил і закономірностей для розв'язання класу подібних проблемних задач (Н. Токарева [43]). Такі інтелектуальні можливості потенційно сприяють формуванню й вдосконаленню вмінь щодо планування та передбачення наслідків подій. Отже у підлітковому віці відбувається накопичення кількісних інтелектуальних змін, як-от опанування різноманітними знаковими системами презентації інформації (вербально-логічними, соціально-психологічними, науковими тощо) та якісних змін когнітивних компонентів обробки інформації. Ці два процеси взаємно доповнюють один одного, підвищуючи ефективність розв'язання проблемних ситуацій за рахунок збільшення запасу інформації, якою підліток вже володіє і якою він здатен оволодіти (Р. Павелків [28]).

Відбуваються також зміни перцептивної та мнемічної діяльності в плані їхньої усвідомленості. Ускладнення змісту та збільшення обсягу навчального матеріалу, яким має оволодіти підліток, призводить до вдосконалення цілісності, структурності та категорійності сприймання, а також оволодіння навичками логічного запам'ятовування та створення власних мнемотехнічних прийомів (Н. Макарчук [19]).

Отже процес розвитку в підлітковому віці відбувається у напрямку до дорослих форм функціонування організму та дорослих способів психічного відображення. Така спрямованість визначається соціальною ситуацією

розвитку, реалізується у провідній діяльності та втілюється у новоутвореннях підліткового віку.

Соціальна ситуація розвитку підлітка полягає в тому, що він залучається у нову систему взаємодії з дорослими й однолітками з новим змістом стосунків. При цьому він має можливість опанувати нові соціальні функції та розширити свій рольовий репертуар, що зумовлює нову автономну соціальну позицію щодо інших, яка «емансипує його від безпосереднього впливу дорослих» (М. Савчин, Л. Василенко [38, с. 195]).

Соціальна ситуація розвитку підлітка полягає в тому, що він залучається у нову систему взаємодії з дорослими й однолітками з новим змістом стосунків.. Причому ця взаємодія розгортається у спілкуванні з дорослими й однолітками та має різне психологічне значення у розвитку особистості підлітка. Так у спілкуванні з дорослими він засвоює просоціальні моделі поведінки, морально-етичні нормативи, способи оцінки навколишньої дійсності, а у спілкуванні з однолітками реалізує свої особистісні надбання. До того ж з дорослими підліток посідає позицію молодшого, підпорядкованого, а іноді – позбавленого права самостійного прийняття рішення. Тому деякі соціальні норми та обмеження викликають у нього неприйняття і спротив, можуть спричинити конфронтаційну поведінку. У спілкуванні ж з однолітками він може мати статус рівноправного, виявити свою самостійність і дорослість (І. Булах [3]).

Як зауважує М. Савчин, одна з основних суперечностей підліткового віку полягає в тому, що підліток є дуже сприятливим до засвоєння дорослих норм, цінностей і способів поведінки. При цьому він прагне реалізувати свою потребу в утвердженні позиції дорослої людини, однак не володіє для цього достатніми психічними можливостями. Саме таке протиріччя є рушійним та спрямовуючим фактором розвитку підлітків [38].

Самопізнання підлітками власних фізичних та особистісних якостей, співставлення за цими параметрами себе з іншими людьми зумовлює рефлексію своїх здібностей і досягнень у різних сферах життя. Для підлітків на перший план виступають зовнішні оціночні впливи від оточення щодо нього,

оскільки важливим є не стільки знання про себе, скільки думка інших про нього. Це знаходить відображення у Я-концепції особистості підлітка, зокрема в її когнітивному компоненті, який включає оціночний та поведінковий аспекти (А. Семенова [40]).

Підлітки прагнуть до близьких стосунків, в яких можуть реалізувати весь спектр своєї дорослої особистості, а також отримати зворотній зв'язок щодо підтвердження своєї індивідуальності. Саме тому *інтимно-особистісне спілкування з однолітками* є провідною діяльністю підліткового віку, яка забезпечує апробацію оновленого репертуару дорослої поведінки та самоствердження дорослої Я-концепції. Отже, новоутвореннями підліткового віку є *почуття дорослості та потреба у самоствердженні* (М. Савчин, Л. Василенко [38]).

Формування почуття дорослості у підлітковому віці має поетапну закономірність. Для молодших підлітків характерним є актуалізація тенденції до дорослості, тобто прагнення здаватися для інших і почуватися суб'єктивно дорослим, причому воно посилюється, якщо не знаходить зворотного підтвердження. Така особистісна тенденція у різних підлітків може мати систематичний характер, а може виявлятися епізодично в несприятливому контексті окремих ситуацій, пов'язаних із обмеженням їхньої самостійності (А. Семенова [40]). На ранніх етапах підліткового віку тенденція до дорослості пов'язана із застосуванням зовнішніх ознак дорослої поведінки: одяг, манера спілкування тощо. Поступово разом з цим змінюється і самоствердження підлітка, основою якого стає не просто відчуття та усвідомлення себе дорослою людиною, а людиною, яка має нести відповідальність за свої рішення та дії. Саме цей суб'єктивний бік дорослості вважається центральним новоутворенням підліткового віку (Н. Токарева [43]).

У спілкуванні з дорослими підліток прагне відстоювати свою автономію, він вимагає від них рівноправності у відносинах і навіть йде на конфлікти, відстоюючи свою дорослу позицію та захищаючи деякі аспекти свого життя від їхнього втручання. Це стосується зовнішнього вигляду, захоплень, відносин з друзями. При цьому підлітки намагаються

дистанціюватися від дорослих (батьків та вчителів), відхиляють не тільки контроль з їхнього боку, але і допомогу. Часто способом досягнення самостійності є конфронтаційна поведінка щодо дорослих, яка може виявлятися в агресивних діях (Р. Павелків [28]).

Як ми вже зазначали, у стосунках з дорослими у підлітка формуються уявлення про морально-етичні норми поведінки. Однак його суб'єктивні критерії відповідають так званому моральному кодексу однолітків, який регламентує стиль взаємодії з однолітками, характер дружніх стосунків між собою, визнання одне одного як дорослого. Іноді ці вимоги не відповідають соціальним нормам і правилам, тоді підлітки, перебуваючи у стані внутрішнього конфлікту відчувають тривожність і можуть реагувати агресивно (О. Орос [25]).

Важливими чинниками характеру самостійності підлітків є такі:

1) сфери життя, в яких намагається утвердитися підліток – відносини з однолітками чи дорослими, навчальна діяльність чи проведення вільного часу, соціальна активність чи саморозвиток тощо);

2) який саме бік самостійності його задовольняє – зовнішній (формальна самостійність) чи внутрішній (реальна самостійність, які відповідає усвідомленню можливостей і відповідальності дорослої поведінки);

3) характер відносин підлітка – визнання чи невизнання його дорослості та самостійності оточуючими дорослими та однолітками (М. Савчин, Л. Василенко [38]).

Отже, підліток, хоча й інтенсивно дорослішає, все ж таки ще не є цілісною та зрілою особистістю. Перебуваючи у стані особистісної та емоційної нестабільності, він постійно шукає себе, узгоджує різні Я-образи, диференціює відповідні до них самооцінки та інтегрує все в єдину систему. Нестабільність у підлітковому віці виявляється:

– на афективному рівні (емоційна лабільність) як часта зміна настрою, вибухове реагування);

– на морально-етичному рівні (моральна нестійкість) – соціальні норми і правила сприймаються як зовнішні обмеження, яким треба слідувати з метою

виправдати групові експетації та зберегти з оточуючими позитивні відносини, отримати від них схвалення і підтримку;

– на особистісному рівні (самооцінна нестійкість) – чутливість підлітка до різноманітних оцінних впливів, зокрема з боку значущих інших;

– на соціально-психологічному рівні (суперечливість соціального підтвердження, до якого прагне підліток) – прагнення бути визнаним та шанованим разом із показною незалежністю, акцентуванням на своїх недоліках: прагнення бути таким, як усі, разом із бажанням видітися з-поміж оточення, буди індивідуальністю (Н. Токарева [43]).

Суперечливість підлітків, нестійкість їхньої поведінки і залежність від зовнішніх впливів часто призводить до серйозних соціальних проблем, званих підлітковими (алкоголізація, токсикоманія, протиправна поведінка, самогубства). Їх причина часто криється в бажанні утвердитися і виділитися за всяку ціну (В. Трофімчук [44]).

Приблизно до 15-16 років у підлітків формується Я-концепція як система внутрішньо узгоджених уявлень про себе та самооцінка стає більш адекватною і диференційованою. Визначальним моментом підліткової Я-концепції є також проблема невідповідності образів Я-реального та Я-ідеального яка загострюються у випадках високого рівня домагань та недостатнього усвідомлення своїх можливостей. Такий розрив між реальним Я-образом та ідеальним критеріями призводить до внутрішньої особистісної вразливості (невпевненості у собі, тривожності, негативної афектації), що у зовнішньому плані виявляється в агресивній поведінці. Натомість, коли ідеальний Я-образ усвідомлюється як досяжний, уявлення про нього стають спонукальними до саморозвитку, зважаючи на можливості, які виникають завдяки вдосконаленню регулятивних психічних механізмів у підлітковому віці та формуванню здатності до самоконтролю (А. Семенова [40]).

## 1.2. Психологічна феноменологія понять «агресія» та «агресивність»

Поняття «агресія» та «агресивність» у психології є взаємопов'язаними, але не тотожними. Існують різноманітні їх трактування, які визначаються теоретичним змістом основних положень того наукового напрямку, в якому вони реалізуються. Також слід зауважити, що не у всіх наукових розвідках дослідниками диференціюється категоріальний зміст цих феноменів. Здійснений нами теоретико-методологічний аналіз наукових джерел дозволив визначити специфічність сутності агресії як дії певного змісту та агресивності як властивості особистості (Л. Берковіц [1], А. Н. Buss [49], J. Dollard [50], К. Лоренц [48]).

Агресія – це конкретний прояв деструктивної поведінки індивіда, спрямованої на предметне і соціальне оточення, або на самого себе (аутоагресія). Такі дії мають ситуативно-реактивний характер, тобто є відповідями на дію актуальних загрозливих чи травмуючих впливів. Агресивний характер поведінки визначається за її наслідками, а саме: завдання шкоди чи внутрішній мотиваційний намір її завдати.

Агресивність – це стійке психічне утворення, що характеризує властивість особистості як стабільну готовність до агресивної поведінки, яка може бути реалізована у різних ситуаціях за змістом та значенням для індивіда. Таким чином, агресивність – це схильність до агресії.

У психології розроблені та описані моделі походження агресії, які ґрунтуються на відповідних поясненнях її природи: психоенергетична модель, гомеостатична модель, біхевіоральна модель (С. Шевченко [46]).

Психоенергетична модель походження агресії ґрунтується на основоположному змісті психоаналізу, згідно з яким агресія є як реакцією людини на зовнішні обставини, так і вродженою особливістю людини. Причому агресія має значний вплив на психіку людини, оскільки вроджені інстинктивні імпульси Id впливають на поведінку, яка без контролю Ego та Super-Ego може набути деструктивною та супроводжуватися афектами злості

й ненависті [33]. З розумінням агресії як вродженого інстинкту погоджується К. Лоренц [48], однак надає йому іншого значення. Автор зауважував на тому, що агресія має еволюційне значення щодо виживання та адаптації людини та виходить із вродженого інстинкту боротьби за виживання.

У гомеостатичній моделі, на відміну від попередньої, походження агресії пояснюється не в еволюційному, а у ситуативному ракурсі. Так, згідно з фрустраційною теорією J. Dollard [50], агресія завжди виникає через фрустрацію, тобто тоді, коли виникають перешкоди для задоволення актуальних потреб та здійснення бажаних дій. Автор зауважує, що сита фрустрації зумовлюється ступенем напруження через незадоволення потреби або силою мотивації до бажаних дій, а також тим, яке значення для індивіда мають перешкоди на шляху до мети і тим, скільки спроб він здійснив, щоб її досягти.

Основоположними засадами біхевіоральної моделі походження агресії є теорія соціального навчіння А. Bandura [48]. Тут агресія трактується як поведінка, яка була засвоєна у процесі соціалізації індивіда через спостереження зразків поведінки інших значущих людей (насамперед, це батьки у процесі первинної соціалізації) та її соціальне підкріплення цими людьми. Автор вказує на існування таких форм соціального підкріплення:

- позитивне підкріплення може бути впливом будь-якого стимулу, який діє безпосередньо за агресивною дією та підтримує або посилює її;
- негативне підкріплення – це стимул, який при його усуненні посилює агресивну дію.

При постійному позитивному підкріпленні агресивних актів особистості спричиняє формування у неї звички агресивного реагування на типові подразники. А якщо таке підкріплення відбувається у різних за змістом ситуаціях, то це може призвести до формування агресивності к особистісної властивості.

А. Н. Buss [49] уточнив сутнісні особливості чинників, що спричиняють гомеостатичне порушення. Він ввів поняття атаки як такого впливу, дія якого протилежна фрустрації: якщо фрустрація здійснює блокування процесу



поведінки, то атака навпаки активізує організм ворожими стимулами. Відтак фрустрація є чинником слабкої агресивної реакції, а атака – сильної. Також автором було виокремлено фактори, що зумовлюють силу агресивної звички особистості:

- частота повторювання та інтенсивність проблематичності ситуацій, в яких відбувалася фрустрація індивіда;
- систематичність успішного розв'язання проблемних ситуацій засобами агресії; причому автор виокремлює внутрішній успіх, тобто ослаблення негативної афектації, та зовнішній успіх у вигляді усуненої перешкоди або досягнутої винагороди;
- засвоєні індивідом нормативні соціальної культури та субкультури, більш близької та значущої для індивіда, які можуть виправдати агресію і, тим самим, спричинити закріплення агресивної звички і розвиток агресивності.

А. Н. Buss [49] також зауважує на тому, агресивна звичка, яка характеризується як тенденція до атаки, впливає на унеможливлення здатності особистості диференціювати умови і ситуації щодо того, чи провокують або не провокують вони агресію. Тобто людина, в якій є агресивність як внутрішня установка на агресивну поведінку, за будь-яких буде її реалізовувати.

Агресивність характеризується в якісному та кількісному аспектах, тобто має різний ступінь вираженості. Абсолютна відсутність агресивності призводить до того, що особистість у діяльності та стосунках стає пасивною, підпорядкованою, конформною. Надмірна агресивність спричиняє конфліктність особистості, її нездатність до кооперативної взаємодії та організації спільної діяльності. Отже, як зазначає Л. Берковіц [1], агресивність не робить людину небезпечною, якщо акт агресії не набирає цілеспрямованих, свідомо небезпечних і соціально несхвалюваних форм, тобто, її активність не є зловмисною. Зловмисною поведінка стає за наявності агресивного мотиву. Виходячи з цього, визначаються два типи агресії: мотиваційна (ворожа) агресія як самоцінність (мотивується негативними емоціями і наміром заподіяти зло) та інструментальна агресія як засіб (спрямована на досягнення суб'єктивної мети, не пов'язаної із заподіянням шкоди) (А. Н. Buss [49]).

P. Fonagy et. al. [25] визначають такі види агресії:

- 1) реактивну, яка є відповіддю на уявну або реальну загрозу, та реалізується як імпульсивно-емоційна відповідь на провокацію;
- 2) проактивна агресія мотивована на задоволення власних потреб і часто спрямована на більш слабку людину, реалізується як залякування та примус; проактивну агресію розрізняють на ворожу (спрямована на випадкову людину як помста за власні невдачі та проблеми) та інструментальну (свідомо запланована та спрямована на здобуття бажаного об'єкта, статусу або іншої вигоди).

A. H. Buss визначив трикомпонентну структуру агресії, покладену в основу психометрії агресії:

- 1) інструментальний компонент (фізична агресія) реалізується як послідовність агресивних дій;
- 2) афективний компонент (гнів) як фізіологічне збудження, що супроводжує агресивні дії;
- 3) когнітивний компонент (ворожість) як реакція на негативні оцінки людей і подій [49].

На основі узагальнення наукових публікацій, можна виокремити такі фактори формування агресивності особистості.

1. Біологічні фактори підвищують збудливість, імпульсивність. Згідно з концептуальними твердженнями К. Лоренца [18], агресивність трактується як природжена інстинктивна властивість людини, вона є природним еволюційно сформованим механізмом самозахисту. Схильність до агресивної поведінки може бути зумовлена такими біологічними особливостями індивіда:

– особливості нервової системи (зокрема, люди із сильними неврівноваженими типами вищої нервової діяльності частіше вдаються до агресивно-деструктивних реакцій);

– гормональний фон організму (зокрема, підвищений рівень тестостерону або знижений рівень серотоніну може зумовлювати імпульсивні відповіді індивіда та тривалу схильність до агресивної поведінки)

2. Психологічні фактори індивідуальної специфічності властивостей психіки та особистості людини формують внутрішню готовність до агресії:

- низький рівень емоційної саморегуляції зумовлює імпульсивне реагування на зовнішні подразники, яке може мати агресивний характер (О. Вовченко [6]);

- низький рівень самооцінки особистості може спричиняти відчуття безсилля і неспроможності впоратися з утрудненнями та проблемами, що, у свою чергу, зумовлює агресивні дії як спосіб самоствердження (С. Шевченко [46]);

- наявність внутрішнього особистісного конфлікту може бути передумовою підвищеної тривожності і трансформуватися у стійке вороже ставлення як до інших людей, так і до самої себе (М. Замятіна [13]);

- фрустрація внаслідок неможливості реалізації значущих для особистості цілей і задоволення її потреб зумовлюють виникнення психічної напруги, яка може реалізовуватися в агресивних діях (Dollard J. et al. [4]).

Згідно з теорією J. Dollard [50], у випадках, коли об'єкт, який став причиною фрустрації і не може бути безпосередньо атакований суб'єктом, виникає переміщення агресії. При цьому агресивна поведінка спрямовується не на джерело фрустрації, а на інший об'єкт, не такий небезпечний для суб'єкта.

3. Соціальні фактори закріплюють моделі агресивної поведінки:

- агресивність як характеристика поведінки що формується в наслідок соціального навчання (наслідування моделі), тобто через тривале спостереження соціальних зразків агресивного змісту (в родині, у засобах масової інформації, в широкому суспільному оточенні), заохочення власної агресії соціумом, що призводить до особистісної установки щодо схвалення результатів агресивної поведінки (А. Bandura [48]);

- культурно закріплені суспільні норми агресивної поведінки, згідно з якими агресія може бути прийнятною або навіть заохочуваною (Neupane D. & Lourdusamy A. [53]);

- особливості родинних стосунків, зокрема ставлення батьків до дитини: дефіцит прихильності, байдужість, жорсткі покарання, надмірна суворість, насильство, приниження, байдужість (Neupane D. & Lourdasamy A. [53]);

- соціальна несправедливість, етнічна або гендерна дискримінація викликають стабільну образу і спричиняють агресивну поведінку як прагнення відплати (Voulgaridou I. & Kokkinos C. M. [54]).

4. Ситуаційні чинники (тригери) тимчасово знижують самоконтроль і провокують агресію (Р. Попелюшко, А. Бабич [33]):

- провокації, образи, несправедливе ставлення в конкретній ситуації взаємодії;

- особливості фізичного стану (перевтома, стрес, больові відчуття) можуть спричинити підвищену емоційну уразливість та нестабільність, зниження самоконтролю, через що реалізується агресивна реакція;

- вплив на стан свідомості та рівень самоконтролю психоактивних речовин.

Отже, агресія – це комплексне явище, яке включає в себе акти самозахисту та акти, спрямовані на завдання шкоди іншій особі або об'єкту. Людська схильність до прояву агресії складається в соціальному контексті, який реалізує зворотній зв'язок та демонструє схвалення або несхвалення тієї чи іншої агресивної реакції.

### **1.3. Зміст та особливості підліткової агресивності та агресивної поведінки**

Агресивні дії починають виявлятися ще у дитячому віці як конкретно-ситуативні реакції на зовнішні обставини. Такі дії дітей ще не умисними, а обумовлені актуальними спонуканнями, характеризуються відсутністю розуміння та урахування їхнього морального змісту. Однак при неодноразовому повторенні агресивної поведінки, яка з боку дорослих не

отримує належної оцінки як неприйнятної, за відсутність необхідних виховних впливів, у дітей формується стійка установка на агресію, що поступово трансформується в рису особистості (О. Кононко [16]).

Науковці однак не розуміють того, що агресія на ранніх етапах онтогенезу дитини найбільш актуалізується у критичні періоди. Так, С. Сеага зазначає, що підліткова агресія визначається такими специфічними особливостями:

- у цьому віці вона має демонстративний характер (прагнення привернути увагу до себе),
- посилюється труднощами пубертатного розвитку організму,
- виявляється через сепарацію підлітка від дорослих та його переорієнтацію на спільноту ровесників.

Автор зауважує, що у підлітковому віці епізодичні агресивні дії є не просто нормальними, але певним чином необхідними для становлення автономності, тобто захисними. З цієї точки зору агресивна поведінка трактується як ознака внутрішнього емоційного неблагополуччя підлітків та відсутності у нього адекватних соціально-психологічних способів захисту [39, с 125].

В. Павелків [27] зазначає, що у підлітковому віці виявляються дві основні форми агресії:

- 1) недеструктивна неворожа, самозахисна агресивна поведінка, спрямована здебільшого на досягнення поставленої мети;
- 2) деструктивна ворожа, злостива, соціально неприйнятна агресивна поведінка, націлена на завдання шкоди і болю оточуючим.

Недеструктивна форма агресивної поведінки є для підлітків засобом самоствердження, досягнення перемоги перемогти в певній ситуації та удосконалення досвіду. Як зауважує автор, така агресія спряє формуванню мотивації до саморозвитку, особистісної самодостатності, упевненості у собі, а також забезпечує самозахист у взаємодії заточенням (задоволення потреб і особистих бажань, досягнення мети). Прагнення усунути негативні емоційні переживання, які у підлітковому віці є інтенсивними та майже стабільними,

можуть трансформувати недеструктивну на протилежну, спрямовану на завдання шкоди в оточенні тим людям чи об'єктам, що виступають для підлітка джерелом незадоволення, фрустрації та особистих проблем. Іноді підлітки з низькою самооцінкою вдаються до демонстративних агресивних дій з метою отримання негативної уваги, використовуючи при цьому соціально несхвалювані способи: вербальна агресія, брехливість і навіть злочинство.

Отже, зміст агресивних дій підлітка полягає у повідомленні про свої потреби, про намагання встановити свою позицію у взаємодії з оточенням, про обмеження з боку цього оточення для ствердження його «дорослих» особистісних властивостей. Тому підліток спрямовує агресію на своє безпосереднє оточення, насамперед на батьків, які намагаються її припинити. Якщо вони мають авторитарний вплив, то він буде намагатися не виявляти гнів у відкритій формі. Це, по-перше, посилює відчуття суб'єктивного неблагополуччя підлітка (через систематичне пригнічення невідреагованих емоцій), по-друге, формує звичку до реляційної агресивної поведінки (Ф. Смалько, В. Ямницький [42]). Такими формами можуть бути:

- непряма вербальна агресія – розпускання пліток, висміювання інших людей, принизливі коментарі щодо них;
- агресія без спрямованості, тобто спалах гніву не спрямовується на конкретну людину, а виявляється через крики, лайливі вигукування, биття по оточуючих предметах;
- пасивна агресія – уникання спілкування з тими, хто викликає агресію, саботаж, якщо ця людина має вищий соціальний статус (батьки, вчителі, однолітки-лідери) (С. Ворона [7]).

Агресивна поведінка в підлітковому віці може бути спровокована багатьма факторами (О. Мойсеєнко [24], В. Трофимчук [44], І. Федух [45]):

- індивідуальний фактор – психофізіологічні передумови асоціальної поведінки, що утруднюють соціальну адаптацію підлітка;
- психолого-педагогічний фактор – дефекти шкільного й сімейного виховання;

– соціально-психологічний фактор – несприятливі особливості взаємодії підлітка з безпосереднім оточенням (родина, друзі, навчально-виховний колектив);

– особистісний фактор – емоційний стан, здатність до емоційної та вольової саморегуляції, досвід конструктивних способів подолання труднощів та соціально прийнятних способі поведінки, зокрема конфліктної);

– суспільний фактор – політичні та економічні умови функціонування оточення, в якому перебуває підліток;

– інформаційний фактор – вплив комунікативно-інформаційного простору (зміст повідомлень, доступність інформації, закріплення агресивної поведінки як прояв сміливості і героїзму).

Дослідники феномену підліткової реляційної агресії I Voulgaridou & С. М. Kokkinos [54] визначають її зумовленість культурним контекстом та виокремлюють специфічні особливості, властиві для цього віку. Зважаючи на значущість стосунків підлітків з однолітками, автори зауважують, що здебільшого такі прояви мають місце у взаємодії з ровесниками і спрямовані на те, щоб завдати шкоди соціально-груповому статусу тих, кого вважають загрозою для себе. Також автори зазначають, що до реляційної форми агресії частіше вдаються дівчата, хоча таке трапляється і з-поміж хлопців. Це пояснюється більш ранньою соціалізацією дівчат і, відповідно, більшим та дієвим досвідом спілкування і взаємодії.

На гендерні відмінності агресивної поведінки в аспекті розрізнення самоствавлення та самооцінки на різних стадіях власне підліткового віку вказують Н. Різумейко, О Ткаченко, Ю.Дем'яненко [35]. Так, на стадії 10-11 років підлітки демонструють вельми критичне самоствавлення (майже третина хлопців і третина дівчат відзначають у себе переважання негативних рис, як-от грубість і жорстокість). При цьому дослідження виявляються вищі рівні фізичної та вербальної агресивності у порівнянні з негативізмом, та незначний рівень непрямой агресивності. На стадії 12-13 років підлітки виявляється посилення негативного самоствавлення (за показниками зниження самооцінки

та підвищення рівня тривожності), гендерні відмінності при цьому зберігаються. У прояві ж агресивності констатуються посилення негативізму, підвищення фізичної та вербальної агресії. На стадії 14-15 років підлітки заставляють свої особистісні властивості з нормативами та очікуваннями референтних для них груп, причому ця тенденція більш яскраво виражена у хлопців (що демонструє залежність їхньої самооцінки від зовнішньої). Найбільш високого рівня набуває вербальна агресивність, негативізм, фізична та непрямая агресивність зростають неістотно.

Гендерні відмінності у проявах агресії визначає М. Мельничук [20]:

- соціальні стереотипи щодо мускулінності виступають для хлопців як заохочувальні та посилюють їхні агресивні імпульси, а на дівчат соціальні стереотипи щодо фемінності діють протилежним чином – послаблюють їхню агресивність;
- хлопці демонструють більшу схильність до фізичної прямої агресивної поведінки, дівчата – до непрямой вербальної агресії;
- дівчата, які демонструються високий рівень агресивності, порівняно з агресивними хлопцями виявляють значну характерологічну дратівливість та уразливість до негативних факторів соціального оточення.

Специфічними у підлітковому віці є мотиви, які активізують агресивні дії. Як найбільш розповсюджені дослідники виявляють такі: прагнення помститися за свої негативні переживання, страхи і страждання; намагання отримати від оточення підтвердження своєї значущості та визнання своєї дорослої автономії; намір домогтися можливості контролювати своє життя; намагання усунути перешкоди, які заважають задоволенню потреб та бажань, досягненню мети; прагнення розв'язати внутрішні особистісні протиріччя (самооцінка, самоствердження) та соціально-психологічні конфлікти у взаємодії, насамперед з однолітками, а потім з дорослими; намір нашкодити своєму ворогові, конкуренту чи тому, хто є джерелом негативу (О. Босак [2]).

Аналізуючи агресивність як властивість особистості, дослідники визначали їхніх зв'язок з іншими властивостями особистості підлітків:



- агресія підлітків як захисний механізм відповіді на страх (Н. Гребінь & М. Федчун [10], М. Кузнецов & І. Бабарикіна [17], Т. Рябовол & К. Комарицька [37]);
- агресія підлітків як прояв низького рівня самооцінки (В. Папуша [30], І. Федух [45]);
- агресія підлітків як деструктивна реакція на високий рівень переживання тривожних станів (О. Ворощук & О. Луц [8], В. Павелків [26], О. Платонова & Т. Дрижак [32], І. Федух [45]);
- агресія підлітків як проєкція аутоагресії внаслідок дифузної ідентичності (суперечливість маргінальної Я-концепція) та негативного самоставлення (І. Федух [45], D. Neupane & A. Lourdusamy [53]).

### **Висновки до розділу 1**

Отже, специфічний характер вікового розвитку підлітків зумовлює їхні фізіологічні, психоемоційні, особистісні і соціальні проблеми. Все це спричиняє стабільний негативний емоційний фон функціонування в контексті різних життєвих ситуацій, в яких підліток прагне дорослої суб'єктності, але не володіє достатніми особистісними та поведінковими можливостями для її реалізації, а також стикається із зовнішніми обмеженнями з боку соціального оточення. Він постійно перебуває у стані емоційного напруження, відчуває невідповідність своїх актуальних психічних і особистісних властивостей своїм уявленням про те, якими вони мають бути, що виражається у протиріччях в структурі Я-концепції та ускладнює його самоідентифікацію. Як наслідок – низька самооцінка, тривожні стани, емоційна нестабільність, що реалізується в агресивній поведінці, яка при постійному повторенні через досягнення бажаного результату може перетворитися на агресивність як стабільну особистісну властивість.

## РОЗДІЛ 2.

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

#### 2.1. Організація та процедура дослідження

Метою емпіричного дослідження було визначення рівня агресивності і характеру агресивних поведінкових реакцій підлітків, а також їхньої тривожності, самооцінки, самоповаги як прояву самоствавлення.

Емпіричне дослідження проводилось на базі комунального закладу «Центр соціально-психологічної реабілітації дітей» Кам'янської міської ради Дніпропетровської області. Експериментальну вибірку склали 28 підлітків віком від 13 до 17 років.

Програма емпіричного дослідження передбачала такі етапи.

1. Визначення первинних параметрів агресивності та властивостей особистості підлітків (констатувальна діагностика).
2. Розробка та впровадження заходів психологічної корекції агресивних підлітків.
3. Визначення вторинних параметрів агресивності та властивостей особистості підлітків (підсумкова діагностика).

Відповідно до програми емпіричного дослідження було визначено такі завдання:

- обґрунтований добір валідного психодіагностичного інструментарію;
- визначення статистичних методів для здійснення кількісного аналізу емпіричних даних;
- якісний аналіз отриманих діагностичних даних та інтерпретація результатів емпіричного дослідження.

У психодіагностичному обстеженні досліджуваних було використано такий інструментарій.

1. *Тест виміру агресії (Л. Почебут)* [23] дозволяє оцінити рівень агресивної поведінки як форми дезадаптації та інтолерантності, визначити причини агресії (захисне реагування, стабільні психоемоційні стани чи агресивна спрямованість особистості) та типи. Опитувальник містить 5 шкал відповідно до типів агресії за формою проявів:

1) вербальна агресія (ВА) виявляється у словесно-символічному прояві агресивного ставлення до іншої людини;

2) фізична агресія (ФА) виявляється у прояві агресивного ставлення до інших із застосуванням фізичної сили;

3) предметна агресія (ПА) виявляється у формі непрямого прояву агресивного ставлення до людей через деструкцію. Спрямовану на оточуючі предмети;

4) емоційна агресія (ЕА) виявляється у формі афективного комунікативного відчуження з окремими чи багатьма людьми, супроводжується підозрілістю, ворожістю, неприязню або недоброзичливістю стосовно цих людей;

5) самоагресія (СА) виявляється у відсутності самоприйняття, в ослабленні психологічного захисту, внаслідок чого людина не відчуває себе у безпеці в її оточенні.

Стимульний матеріал містить 40 тверджень рефлексивного характеру, зокрема по 8 відповідно до типів агресії. Формат відповідей: п'ятибальна шкала Лайкерта з градаціями від «так» до «ні» відповідно до того, наскільки досліджуваний погоджується чи не погоджується щодо наявності у нього описаної у твердженні. Визначаються показники та рівень агресії та її типів.

2. *Опитувальник рівня агресивності Басса-Перрі (Bass-Perry Aggression Questionnaire, BPAQ, A. Bass & M. Perry)* [22] призначений для діагностики схильності до агресії як спрямованості особистості до деструктивної взаємодії у просторі соціальних відносин. Опитувальник є результатом перегляду та вдосконалення опитувальника рівня агресивності Басса-Даркі (Buss-Durkee Hostility Inventory, BDHI, A. Bass & A. Durkee) відповідно до критики

психометричної неспроможності останньої. Опитувальник Баса-Пері має трифакторну структуру, представлену у таких шкалах:

1) фізична агресія – екстеріоризовані агресивні дії, пов'язані з використанням фізичної сили, спрямовної на інших людей.

2) гнів – це негативне емоційне переживання, яке виникає через образи (на несправедливість від інших), фрустрації (через розчарування у собі чи в інших), стресові реакції (через зовнішні загрози);

3) ворожість – це внутрішній стан, який ґрунтується на комплексі негативних емоцій, пов'язаних з упередженими установками щодо оточення (воно агресивне, а інші люди чи групи погані і бажають зла), що призводить до власної готовності до реалізації агресивних дій (оборонятися чи нападати) та до висловлювання агресивних оцінок оточення (критика, висміювання, претензії тощо).

Стимульний матеріал містить 24 твердження рефлексивного характеру. Формат відповідей: п'ятибальна шкала Лайкерта з градаціями від «так» до «ні» відповідно до того, наскільки досліджуваний погоджується чи не погоджується щодо наявності у нього описаної у твердженні. Визначаються показники загального рівня агресивності, рівня фізичної агресії, гніву та ворожості.

*3. Шкала соціально-ситуативної тривожності О. Кондаша (модифікована версія А. Прихожан) [5]* призначено для вимірювання рівня тривожності у підлітків та юнаків на основі оцінки життєвих ситуацій, які викликають в них тривогу. Шкала дозволяє визначити як загальний рівень тривожності, так і її ситуативні джерела, які виявляють такі типи тривожності:

1) шкільна тривожність виникає у ситуаціях, пов'язаних зі школою та спілкуванням з учителями;

2) самооціночна тривожність зумовлена ситуаціями рефлексії, коли особистість актуалізує різноманітні образи «я» (уявлення про себе);

3) міжособистісна тривожність є результатом утрудненої взаємодії в ситуаціях спілкування з однолітками та дорослими.

Стимульний матеріал містить перелік з 30 різних життєвих ситуацій. Формат відповідей: п'ятибальна шкала Лайкерта з градаціями відповідно до того, які переживання викликає кожна ситуація, від «не викликає занепокоєння» до «вкрай неприємна, викликає сильний страх, волю її уникнути».

4. *Методика «Визначення рівня своєї самооцінки» (Г. Казанцева) [21]* – це монофакторний опитувальник, призначений для визначення рівня самооцінки особистості через виявлення її ставлення до себе в різних ситуаціях. Стимульний матеріал містить 20 тверджень рефлексивного характеру з описом поведінки та переживань у різних життєвих обставинах. Формат відповідей: чотирибальна шкала Лайкерта з градаціями від «цілком погоджуюсь» до «абсолютно не погоджуюсь». Обчислюється показник рівня самооцінки.

5. *Шкала самоповаги М. Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale, M. Rosenberg) [4]* – це особистісний опитувальник для вимірювання рівня особистісної самоповаги, яка автором розуміється таким чином: суб'єктивна самооцінка у сполученні позитивних чи негативних якостей; ступінь упевненості щодо своєї цінності, щодо свого права жити у комфорті та бути щасливим. Шкала є одномірним інструментом, хоча має внутрішню факторну структуру: наявність двох незалежних факторів – самозниження та самоповагу. Ці фактори демонструють обернений зв'язок: чим вище показники самозниження, тим нижче показники самоповаги, і навпаки. Підвищення рівня самозниження відбувається через депресивні стани, тривожність та може бути проявом психосоматичних симптомів. Фактор самоповаги трактується з точки зору причини і наслідків відповідно до рівня та характеру активності у спілкуванні, до можливості посідати лідерську позицію в референтних групах, до почуття міжособистісної безпеки.

Стимульний матеріал містить 10 тверджень, з яких 5 мають позитивну спрямованість (самоповага) та 5 тверджень – негативну (самозниження). Формат відповідей: чотирибальна шкала Лайкерта з градаціями від «цілком погоджуюсь» до «абсолютно не погоджуюсь». Сума отриманих балів є

показником рівня самоповаги, де більші числові показники свідчать про її вищий рівень.

Отже, було використано валідний діагностичний інструментарій, що забезпечить отримання надійних емпіричних даних.

## 2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження

Визначення взаємозв'язків між параметрами агресії та агресивності підлітків було здійснено на основі кореляційного аналізу з використанням  $r_{xy}$ -Пірсона [36] (табл. 2.1-2.3).

Можемо констатувати такі кореляційні тенденції зв'язку.

1. Існує сильний і помірно сильний додатний зв'язок між параметрами агресії та агресивності (табл. 2.1). Це підтверджує наші теоретичні положення про те, що агресивність є стійким особистісним утворенням, яке виникає внаслідок систематизації та підкріплення агресії як форм поведінки.

Таблиця 2.1.

### Кореляційні зв'язки між показниками агресії та агресивності

Агресія	Агресивність			
	Фізична агресія	Гнів	Ворожість	Загальний показник
Фізична агресія	0,85**	0,39*	0,41*	0,54**
Вербальна агресія	0,53**	0,41*	0,53**	0,74**
Предметна агресія	0,38*	0,34*	0,37*	0,44*
Емоційна агресія	-	0,37*	0,58**	0,40*
Аутоагресія	0,46*	0,41*	0,41**	0,63**
Загальний показник	0,63**	0,42*	0,60**	0,67**

Примітка: \* – на рівні значущості  $p < 0,05$ ; \*\* – на рівні значущості  $p < 0,01$

2. Сильний та помірно сильний додатний зв'язок між показниками параметрів агресії й агресивності та показниками параметрів тривожності (табл. 2.2) також відображає специфіку особистісного розвитку у підлітковому віці. Адже, підлітки стикаються з різними проблемами у різних життєвих ситуаціях, однак не мають достатнього досвіду для їхнього розв'язання, що

спричиняє високий рівень соціально-ситуативної тривожності та постійний прояв агресивної поведінки і, як наслідок особистісну агресивність).

3. Показники самооцінки і самоповаги сильно і помірно сильний від'ємно корелюють за показниками параметрів агресії й агресивності (табл. 2.2). Це ілюструє залежність агресивного реагування від особливостей самоставлення підлітка, що відображається у суперечливості Я-образів у структурі Я-концепції, яка перебуває у стані становлення та відбивається в ідентифікації себе як дорослого автономного суб'єкта поведінки і спілкування у стосунках з батьками, вчителями та однолітками. Отже, агресивні реакції можуть бути проявом аутоагресії, що спричинене негативним самоставленням.

Таблиця 2.2.

**Кореляційні зв'язки між показниками агресії й агресивності та соціально-ситуативної тривожності, самооцінки, самоповаги**

Параметри агресії та агресивності	Соціально-ситуативна тривожність				Самооцінка	Самоповага
	Шкільна тривожність	Само-оціночна тривожність	Міжособистісна тривожність	Загальний показник		
<i>Агресія</i>						
Фізична агресія	-	0,34*	0,43*	0,35*	-	-0,49**
Вербальна агресія	-	0,36*	0,44*	0,41*	-0,36*	-0,35*
Предметна агресія	-	0,46*	0,32*	0,43*	-0,40*	-
Емоційна агресія	-	0,67**	0,37*	0,54*	-0,33*	-0,34*
Аутоагресія	0,53**	0,50**	0,49**	0,61**	-0,44*	-0,41-
Загальний показник	0,34*	0,58**	0,54**	0,61**	-0,42*	-0,48**
<i>Агресивність</i>						
Фізична агресія	-	-	0,37*	-	-0,40*	-
Гнів	0,41*	0,35*	0,63**	0,56**	-0,33*	-0,48**
Ворожість	0,55**	0,55*	0,52**	0,66**	-0,39*	-0,33*
Загальний показник	0,34*	0,40*	0,56**	0,53**	-0,39*	-0,43*

Примітка: \* – на рівні значущості  $p < 0,05$ ; \*\* – на рівні значущості  $p < 0,01$

4. Сильний та помірно сильний додатний зв'язок між властивостями особистості (тривожність, самооцінка, самоповага) демонструє системність залежності агресивності підлітків від негативних і проблемних внутрішніх

переживань своєї особистісної невідповідності вимогами дорослості (табл. 2.3). Це підтверджує наші теоретичні висновки щодо зумовленості підліткової агресії особливостями вікових особистісних змін.

Таблиця 2.3.

**Матриця кореляційних зв'язків між показниками  
соціально-ситуативної тривожності, самооцінки та самоповаги**

Параметри	Шкільна тривожність	Самооціночна тривожність	Міжособистісна тривожність	Загальний показник соціально-ситуативної тривожності	Самооцінка	Самоповага
Шкільна тривожність						
Самооціночна тривожність	0,40*					
Міжособистісна тривожність	0,46**	0,62**				
Загальний показник	0,73**	0,85**	0,86**			
Самооцінка	-0,41*	-0,38*	-0,56**	-0,35*		
Самоповага	-0,38*	-0,33*	-0,49**	-0,42*	0,64**	

Примітка: \* – на рівні значущості  $p < 0,05$ ; \*\* – на рівні значущості  $p < 0,01$

Проаналізуємо структуру досліджуваної вибірки за демографічними критеріями віку і статі та психологічним критерієм рівня агресивності.

За віковим критерієм було виокремлено три групи (табл. 2.4, рис. 2.1), що відповідає періодам підліткового віку:

- 1) група досліджуваних 11-13 років (7 осіб, 25,0 %);
- 2) група досліджуваних 13-15 років (11 осіб, 39,3 %);
- 3) група досліджуваних 11-13 років (10 осіб, 35,7 %).

За демографічним критерієм статі було виокремлено дві групи (табл. 2.4, рис. 2.2):

- 1) група досліджуваних хлопців (12 осіб, 42,9 %);
- 2) група досліджуваних дівчат (16 осіб, 57,1 %).

За психологічним критерієм рівня агресивності було виокремлено три групи (табл. 2.4, рис. 2.3):



- 1) група досліджуваних з високим рівнем агресивності (8 осіб, 28,6 %);
- 2) група досліджуваних з середнім рівнем агресивності (13 осіб, 46,4 %);
- 3) група досліджуваних з низьким рівнем агресивності (7 осіб, 25,0 %).

Таблиця 2.4.

## Структура вибірки досліджуваних

Демографічні критерії		Рівень агресивності						Разом		Усього по вибірці	
Вік	Стать	високий		середній		низький		кіль-кість	%	кіль-кість	%
		кіль-кість	%	кіль-кість	%	кіль-кість	%				
11-13 років	хлопці	-	-	1	3,6	1	3,6	2	7,1	7	25,0
	дівчата	1	3,6	3	10,7	1	3,6	5	17,9		
13-15 років	хлопці	2	7,1	1	3,6	1	3,6	4	14,3	11	39,3
	дівчата	2	7,1	2	7,1	3	10,7	7	25,0		
15-17 років	хлопці	2	7,1	3	10,7	1	3,6	6	21,4	10	35,7
	дівчата	1	3,6	3	10,7	-	-	4	14,3		
Разом	хлопці	4	14,3	5	17,9	3	10,7	12	42,9	28	100,0
	дівч.	4	14,3	8	28,6	4	14,3	16	57,1		
Усього по вибірці		8	28,6	13	46,4	7	25,0	28	100,0		

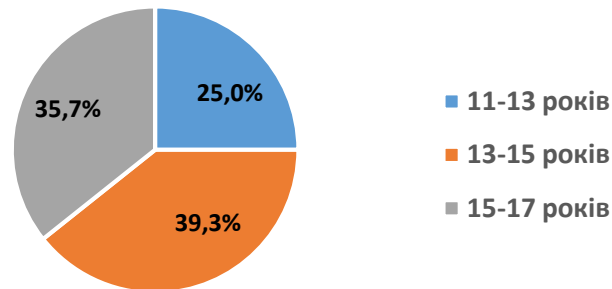


Рис. 2.1. Розподіл досліджуваних за віковим демографічним критерієм.

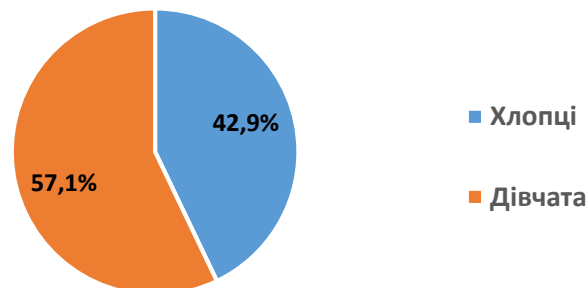


Рис. 2.2. Розподіл досліджуваних за демографічним критерієм статі.

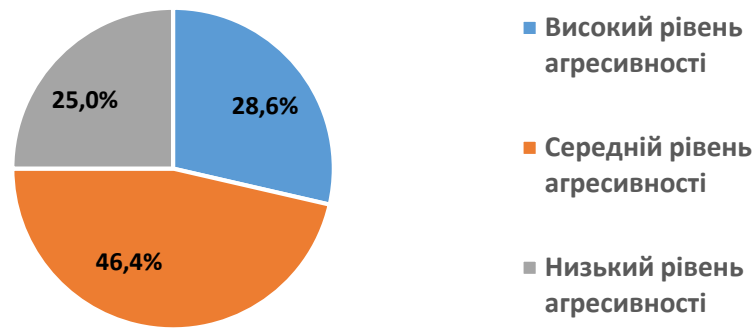


Рис. 2.3. Розподіл досліджуваних за рівнем агресивності

Відповідно до розподілу досліджуваних на групи ми провели порівняльний аналіз за усіма параметрами агресивності і особистісних властивостей з використанням *H*-критерію Крускала-Волліса (для порівняння трьох груп з віком і за рівнем агресивності,  $\chi^2_{0,05}=5,99$ ,  $\chi^2_{0,01}=9,21$ ) та *U*-критерію Манна-Вітні (для порівняння двох груп за статтю,  $U_{,05}=89$ ,  $U_{0,01}=71$ ).

Результати порівняння груп досліджуваних за демографічним критерієм статі не демонструють достовірних відмінностей за більшістю параметрів, окрім фізичної та вербальної агресії, гніву, самоповаги (табл. А.1. Додатку А). Аналізуючи усереднені групові показники, можемо констатувати певну тенденцію (рис. А.1-А5, Додатку А):

- так, хлопці демонструють вищий рівень гніву та фізичної агресії як форму його виявлення, а також вищі рівні предметної та емоційної агресії; на наш погляд, перша є проєктивним виявленням фізичної агресії у випадках, коли соціальні правила її обмежують, а друга свідчить про негативний фон емоційних переживань; у сполученні з більш високим ніж у дівчат, рівнем емоційної агресії, це свідчить про те, що у хлопців негативні емоції невідреаговані та відсутні навички емоційної стабілізації;

- натомість для дівчат характерний вищий рівень вербальної агресії та самоповаги; зважаючи на вищий рівень шкільної тривожності, можна визначити, що шкільні успіхи для них є критерієм і показником особистісної успішності;

– приблизно однаковий рівень у хлопців і дівчат спостерігаємо за рівнем агресії й агресивності, самооцінки, що демонструє загальну особливість вікового розвитку та зумовленість агресивних реакцій негативними переживаннями щодо своєї відповідності соціальним очікуванням та власним критеріям.

У порівнянні вікових груп досліджуваних ми не отримали достовірних відмінностей за усіма діагностованими параметрами (табл. .1 Додатку Б). Хоча, аналізуючи усереднені групові показники, можемо визначити такі особливості (рис. Б-1-Б.5 Додатку Б):

– рівні фізичної, предметної агресії та гніву тенденційно збільшуються, а вербальна агресія, аутоагресія та ворожість є найбільшими у періоді 15-17 років; це свідчить про формування у процесі дорослішання здатності підлітків диференціювати форми агресивних реакцій відповідно до умов ситуації;

– пікові підвищення емоційної та самооціночної тривожності спостерігаються у періоді 13-15 років; вочевидь, це є проявом динаміки формування Я-концепції підлітків та вдосконалення досвіду емоційної саморегуляції;

– нерівномірною є динаміка соціально-ситуативної тривожності (особливо в контексті міжособистісної взаємодії), самооцінки та аутоагресії – високий рівень у періоді 11-13 років, зниженні у 13-15 років, різке збільшення у 15-17 років; це відображає актуальність процесів соціальної ідентифікації у суспільстві дорослих у молодших та старших підлітків.

Порівняльний аналіз груп досліджуваних за критерієм рівня агресивності продемонстрував достовірні відмінності за усіма діагностованими параметрами (табл. 2.5), що підтверджує наші теоретичні висновки щодо зумовленості агресивності підлітків закономірностями їхнього вікового розвитку.

Таблиця 2.5.

**Порівняльний аналіз показників досліджуваних параметрів  
за рівнем агресивності**

Параметри	ВАП		САП		НАП		$H_{emp}$
	$\bar{X}$	$s_x$	$\bar{X}$	$s_x$	$\bar{X}$	$s_x$	
<i>Агресія</i>							
Фізична агресія	29,4	4,61	21,4	5,30	17,3	5,02	13,34**
Вербальна агресія	32,1	3,29	23,6	6,06	15,3	4,31	13,31**
Предметна агресія	27,4	3,95	24,3	4,23	14,4	2,82	16,40**
Емоційна агресія	29,6	2,88	21,8	5,55	19,1	5,64	11,48**
Аутоагресія	27,9	3,13	24,2	3,98	18,7	4,35	12,18**
<i>Загальний показник</i>	146,4	6,40	115,3	10,96	84,9	11,52	23,28**
<i>Агресивність</i>							
Фізична агресія	26,5	5,26	22,7	4,47	17,9	6,15	9,48**
Гнів	27,4	3,51	23,2	4,11	19,3	4,82	6,68*
Ворожість	26,9	6,47	23,1	3,97	18,3	3,64	9,32**
<i>Загальний показник</i>	83,9	13,16	69,0	11,11	55,4	9,24	12,17**
<i>Соціально-ситуативна тривожність</i>							
Шкільна тривожність	22,3	3,35	20,8	6,15	17,3	6,50	-
Самооціночна тривожність	30,0	2,58	22,6	6,86	19,4	7,48	11,43**
Міжособистісна тривожність	28,3	5,53	24,3	6,12	19,1	6,54	5,07
<i>Загальний показник</i>	80,3	8,10	67,7	15,69	55,9	15,67	10,12**
<i>Самооцінка</i>							
Самооцінка	8,7	3,64	9,0	2,89	11,3	1,98	-
<i>Самоповага</i>							
Самоповага	20,1	4,06	21,6	2,25	24,4	3,05	6,31*

За усередненими груповими показниками (рис. 2.4-2.8) констатуємо загальну тенденцію збільшення рівня і параметрів соціально-ситуативної тривожності, та зниження рівня самооцінки та самоповаги відповідно збільшення рівня агресивності підлітків. Це демонструє те, що протиріччя між особистісними Я-образами у структурі самооцінки спричиняє негативне самоствавлення. А у сполученні з недостатніми можливостями емоційної стабілізації та поведінкової саморегуляції, виникає підґрунтя для актуалізації агресивного реагування. Стабілізація та соціальне підкріплення агресивної поведінки призводить до формування агресивності як властивості особистості.

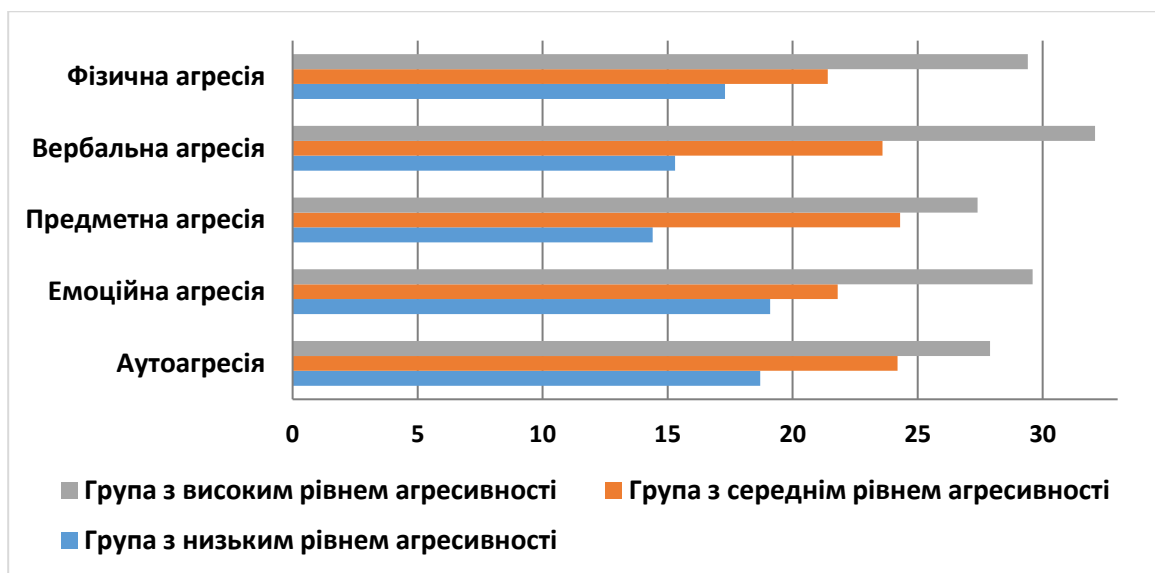


Рис. 2.4. Усереднені показники параметрів агресії

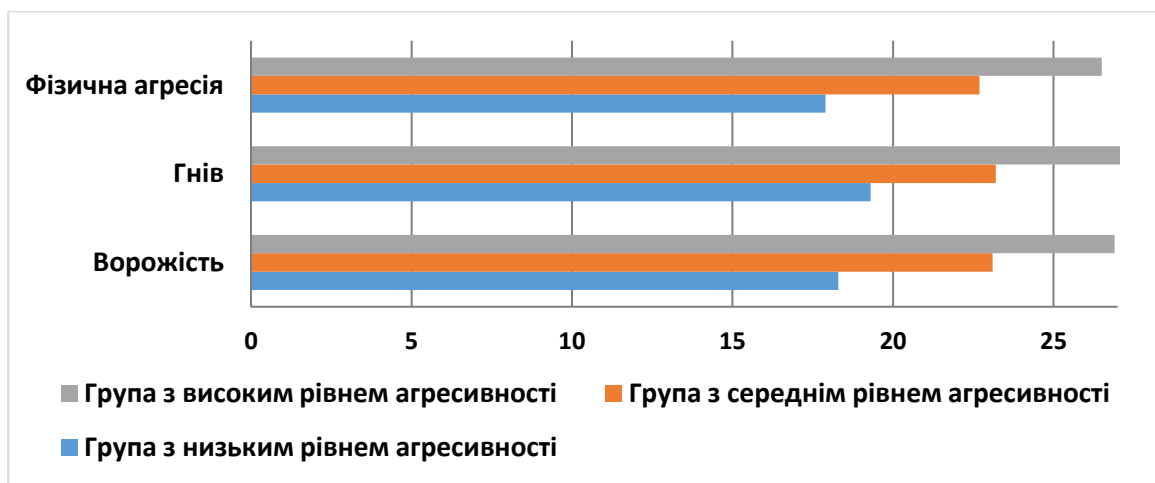


Рис. 2.5. Усереднені показники параметрів агресивності

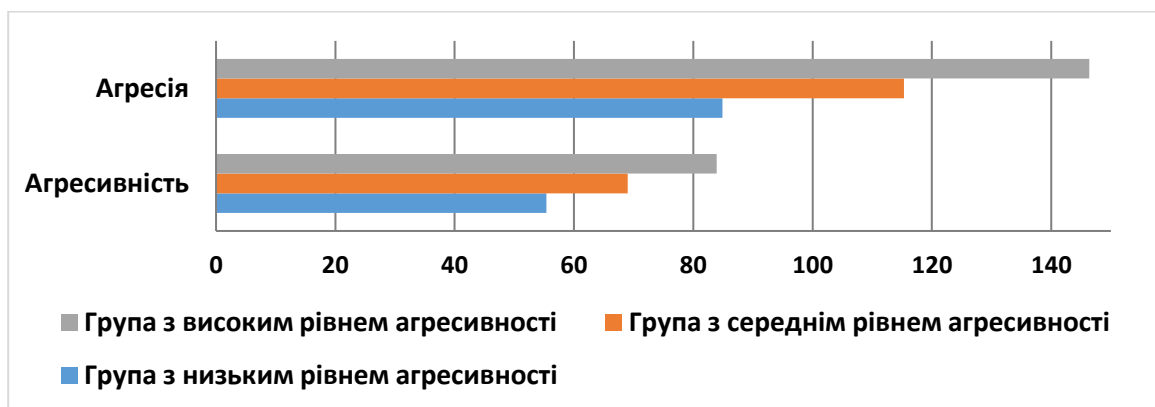


Рис. 2.6. Усереднені показники загальних показників агресії та агресивності

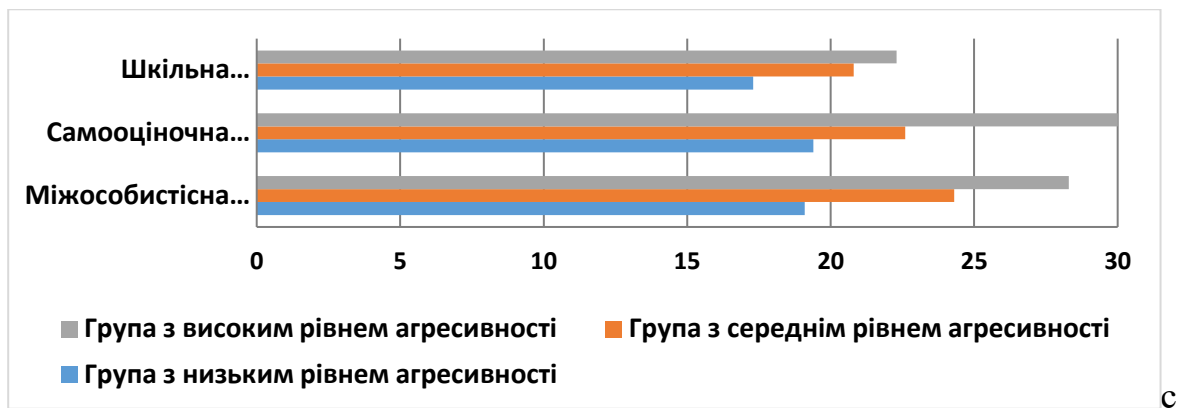


Рис. 2.7. Усереднені показники параметрів соціально-ситуативної тривожності

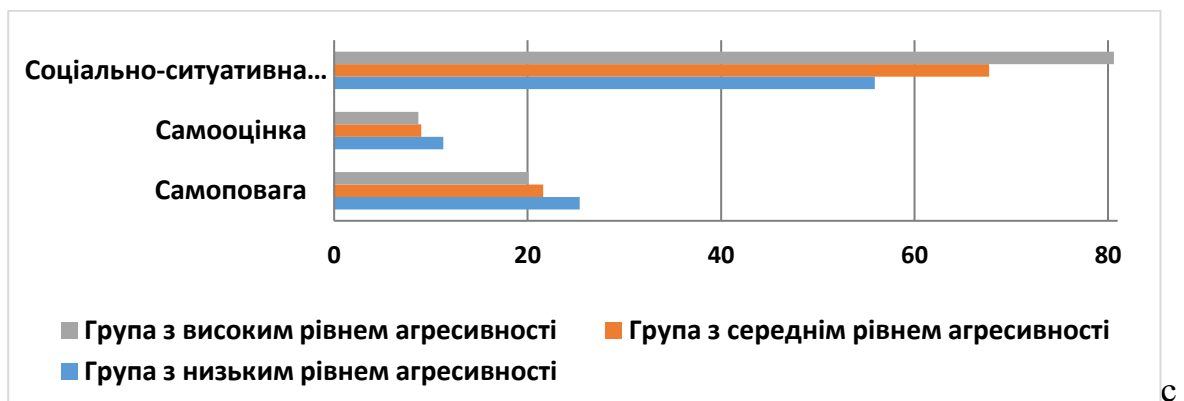


Рис. 2.8. Усереднені показники соціально-ситуативної тривожності, самооцінки і самоповаги

## Висновки до розділу 2

Результати емпіричного дослідження підтверджують теоретичні положення щодо зумовленості агресивності підлітків закономірностями розвитку у підліткову віці. Отримані достовірні залежності між показниками агресії як форми поведінкових реакцій та агресивності як особистісної властивості, також достовірно підтверджено залежність агресивності підлітків від їхньої тривожності у різних ситуаціях життєдіяльності і взаємодії, самооцінки та самоповаги як прояву самоствавлення.

### РОЗДІЛ 3.

## ЗМІСТ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ

# ПСИХОКРЕКЦІЇ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

### **3.1. Обґрунтування програми психологічної корекції агресивної поведінки підлітків**

Психологічна допомога агресивним підліткам полягає в тому, щоб сформувати у них установку на використання неагресивної моделі реагування та сформувати здатність до використання конструктивних способів розв'язання його проблем (О. Казаннікова [15]).

І Гайдамашко [9] визначає шляхи корекційної роботи з агресивними підлітками:

- постійний моніторинг психічного розвитку та емоційного стану агресивних підлітків, їхніх соціальних контактів;
- застосування інтерактивних методів корекційного впливу, спрямованих на зниження рівня агресивності;
- формування навичок конструктивної поведінки та безконфліктним способам комунікації;
- розвиток здібностей адекватного самосприйняття, формування позитивного ставлення до себе та інших людей, формування позитивної самооцінки;
- емоційна стабілізація та формування навичок емоційного самоконтролю і саморегуляції;
- терапія життєвого простору агресивних підлітків (створення адекватних, позитивних стосунків з однолітками і дорослими, психологічна просвіта батьків і вчителів).

В. Панасюк [29] зауважує на ефективність застосування методів арттерапії, тілесно-орієнтованої та когнітивно-поведінкової терапії у процесі

корекційної роботи з агресивними підлітками. Методи і техніки арттерапії дозволяють розвивати внутрішні механізми саморегуляції підлітків через творче самовираження (зокрема своїх страхів, проблемних факторів і тривожних станів). Елементи тілесно-орієнтованої терапії ґрунтуються на включенні фізичних параметрів, усвідомленні тілесних відчуттів, зняття психоемоційного напруження через реалізацію рухової активності. У сполученні з арттерапевтичними методами тілесно-орієнтовані техніки набувають значного корекційного ефекту у роботі з агресивними підлітками. Так, зняття емоційної напруги впливає на характер пухової пластики, усвідомлення цих змін і закріплення відповідної емоційно-рухової системи сприяє закріпленню неагресивних моделей поведінки. Застосування когнітивно-поведінкових методів і технік сприятиме усвідомленню підлітками того, яким чином пов'язані їхні думки та агресивні реакції, формуванню у них уявлень про деструктивність агресії та закріпленню навичок неагресивної поведінки.

Корекція агресивної поведінки підлітків реалізується через комплексне поєднання як роботи з самими підлітками, так і з його безпосереднім оточенням (сім'я, однолітки, вчителі). Це дозволить створити для агресивного підлітка безпечний терапевтичний простір (К. Сергєєва [41]). На основі вивчення науково-практичної літератури з проблем корекції агресивності підлітків [9; 12; 14; 15; 17; 24; 29; 31; 40] ми визначили такі напрямки та їхній зміст.

Просвітницька та консультативна робота з батьками і педагогами, спрямована на зняття провокуючих чинників агресивної поведінки у дітей.

1. Заходи психологічної просвіти здійснювались у формах лекцій, семінарів, дискусій та передбачали інформування вчителів і батьків з таких питань:

- про особливості розвитку у підлітковому віці, специфіку підліткової агресивності;
- про способи діалогічного («ненасильницького») спілкування з підлітками;



- про способи переконання і заохочення у процесі спілкування з агресивними підлітками;
- вироблення та реалізації єдиних вимог і правил виховання в сім'ї та у навчанні.

2. Індивідуальне консультування щодо розпізнаванню власних негативних емоційних станів (зокрема у випадках спілкування з агресивними дітьми) та також ознайомлення з прийомам регуляції психічної рівноваги.

Робота з підлітками здійснювалась з урахуванням їхнього рівня агресивності. Так стан досліджуваних з низьким рівнем підлягав постійному моніторингу з метою профілактики виникнення агресивних тенденцій і звичок. Для них за запитом проводилось індивідуальне консультування. Досліджувані з середнім і високим рівнями агресивності були залучені до групової роботи, яка передбачала корекційне втручання (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

### Тематичний план роботи з психологічної корекції агресивної поведінки підлітків

Номер заняття	Мета
Заняття 1	знайомство, встановлення правил роботи і поведінки, створення атмосфери емоційного комфорту і довіри
Заняття 2	продовження знайомства і синхронізація групи; встановлення контактів між учасниками; зняття емоційної і тілесної напруги; розвиток навичок спільної діяльності
Заняття 3	відреагування негативних емоцій; усвідомленням неконструктивних способів вираження агресії
Заняття 4	усвідомлення агресивної поведінки і вираження свого ставлення до неї; навчання методам релаксації
Заняття 5	підвищення самооцінки підлітків, корекція образ
Заняття 6	відреагування накопичених негативних емоцій; визначення конструктивних способів розрядки гніву і агресії
Заняття 7	відпрацювання конструктивних форм поведінки, моделювання поведінки в ситуаціях, що сприяють прояву агресії
Заняття 8	формування навичок емоційної та поведінкової саморегуляції, конструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях
Заняття 9	підвищення самооцінки, визначення сильних якостей, безоціночне прийняття учасниками себе та інших, сприяння усвідомленню цінності та унікальності власної особистості, самоприйняття
Заняття 10	закріплення способів конструктивної поведінки, саморегуляції, навичок ефективного спілкування

Мета програми – зниження рівня агресивності та формування навичок конструктивної поведінки підлітків.

Завдання програми:

1. Зниження рівня особистісної тривожності
2. Розвиток позитивної самооцінки.
3. Емоційна стабілізація та формування навичок емоційної саморегуляції. Усвідомлення власних емоційних переживань, навчання відреагуванню негативних емоцій соціально прийнятним способом. (особливо негативних), а також почуттів інших людей, розвиток емпатії
4. Розширення спектру поведінкових реакцій в проблемній ситуації.
5. Трансформація деструктивних елементів у поведінці у конструктивні способи і форми.

Місце проведення: спеціально обладнане приміщення для проведення групової роботи.

Форма проведення: групові заняття, яким передували етап психологічної діагностики (за програмою емпіричного дослідження). Кожне заняття складається з трьох взаємопов'язаних блоків: вступна частина (організаційна), основна частина (робоча), завершення (підсумкова).

Таким чином, ми вважаємо що представлені нами зміст та організація програми корекційної здійснюватимуть вплив на зниження рівня агресивності підлітків.

### **3.2. Оцінка ефективності психокорекційної роботи**

Як ми вже зазначали вище, до корекційної роботи були залучені підлітки з середнім і високим рівнями агресивності (табл. 3.2). Для проведення групових занять ми їх розподілили на дві групи з постійним складом, враховуючи вік та стать. Перша група – 11 осіб усіх вікових категорій (6 хлопців і 5 дівчат), друга група – 10 осіб усіх вікових категорій (6 хлопців і 4 дівчини).

Таблиця 3.2

## Склад групи учасників навчально-розвивальної роботи

Соціально-демографічний критерій	Кількість учасників		
	За критерієм		Усього в групі
Стать	Хлопці	12	
	Дівчата	9	
Вік	11-13 років	5	21
	13-15 років	7	
	15-17 років	9	

Оцінку ефективності психокорекційного впливу визначимо за результатами підсумкової діагностики учасників групової роботи. В якості статистичного критерію для математичного обґрунтування застосовано непараметричний критерій  $T$  Вілкоксона [36]. Висновок робиться на основі критичних значень  $T$ -критерію (для нашого дослідження це  $T_{0,05}=67$ ,  $T_{0,01}=49$ ). Отримані результати щодо діагностованих параметрів агресивності та властивостей особистості досліджуваних підлітків параметрів представлені у таблиці 3.3. Відповідно до результатів статистичного обчислення можемо констатувати достовірні зсуви у напрямку зменшення майже усіх параметрів агресії та агресивності (окрім аутоагресії) та соціально-ситуативної тривожності (окрім самооціночної тривожності).

Таблиця 3.3

Показники критерію  $T$  Вілкоксона

Параметри	$T_{\text{емп}}$	Напрямок типового зсуву
<i>Агресія</i>		
Фізична агресія	51,5*	Зменшення
Вербальна агресія	58,0*	Зменшення
Предметна агресія	50,0*	Зменшення
Емоційна агресія	63,0*	Зменшення
Аутоагресія	-	-
<i>Загальний показник</i>	55,5*	Зменшення
<i>Агресивність</i>		
Фізична агресія	48,0*	Зменшення
Гнів	50,5*	Зменшення
Ворожість	55,0*	Зменшення
<i>Загальний показник</i>	65,5*	Зменшення

## Продовження таблиці 3.3

Параметри	$T_{\text{емп}}$	Напрямок типового зсуву
<i>Соціально-ситуативна тривожність</i>		
Шкільна тривожність	61,0*	Зменшення
Самооціночна тривожність	-	-
Міжособистісна тривожність	56,0*	Зменшення
<i>Загальний показник</i>	<i>41,5*</i>	<i>Зменшення</i>
<i>Самооцінка</i>		
Самооцінка	-	-
<i>Самоповага</i>		
Самоповага	-	-

Відсутність достовірних зрушень у показниках самооцінки, самоповаги, самооціночної тривожності і аутоагресії має комплексний характер, оскільки стосується аспекту самоставлення підлітків, формування цілісної Я-концепції на основі зняття протиріч та узагальнення Я-образів, що є одним із механізмів формування особистісної ідентичності підлітка. Відсутність змін у цьому аспекті можна пояснити, по-перше, складністю процесів самоідентифікації, по-друге, зумовленістю не тільки внутрішніми психологічними, але і зовнішніми соціальними чинниками, які доволі часто не узгоджують а загострюють протиріччя між прагненнями підлітків до автономності та дорослих стосунків та обмеженнями з боку оточення.

Не зважаючи на статистичну недостовірність, на основі аналізу усереднених показників можемо констатувати необхідну тенденцію до змін показників після здійснення корекційного впливу (табл. 3.4, рис. 3.1-3.5).

Таблиця 3.4

## Усереднені показники досліджуваних параметрів

Параметри	Констатувальна діагностика		Підсумкова діагностика	
	$\bar{X}$	$s_x$	$\bar{X}$	$s_x$
<i>Агресія</i>				
Фізична агресія	24,6	6,45	23,8	5,41
Вербальна агресія	26,2	6,74	24,8	4,97
Предметна агресія	25,5	4,21	24,6	3,25
Емоційна агресія	24,6	5,88	24,1	2,06
Аутоагресія	24,7	4,12	25,3	3,04
<i>Загальний показник</i>	<i>126,3</i>	<i>7,32</i>	<i>122,2</i>	<i>13,94</i>

## Продовження таблиці 3.4

Параметри	Констатувальна діагностика		Підсумкова діагностика	
	$\bar{X}$	$s_x$	$\bar{X}$	$s_x$
<i>Агресія</i>				
<i>Агресивність</i>				
Фізична агресія	25,3	7,32	24,2	5,84
Гнів	24,3	4,54	3,2	3,35
Ворожість	24,5	5,06	24,9	4,09
<i>Загальний показник</i>	74,2	13,27	72,3	10,22
<i>Соціально-ситуативна тривожність</i>				
Шкільна тривожність	21,5	5,22	20,4	3,87
Самоцінчна тривожність	25,7	6,70	24,0	5,48
Міжособистісна тривожність	25,4	6,11	24,2	5,09
<i>Загальний показник</i>	72,4	14,34	68,9	11,25
<i>Самооцінка</i>				
Самооцінка	9,2	3,37	9,5	2,24
<i>Самоповага</i>				
Самоповага	21,3	3,54	21,9	2,68

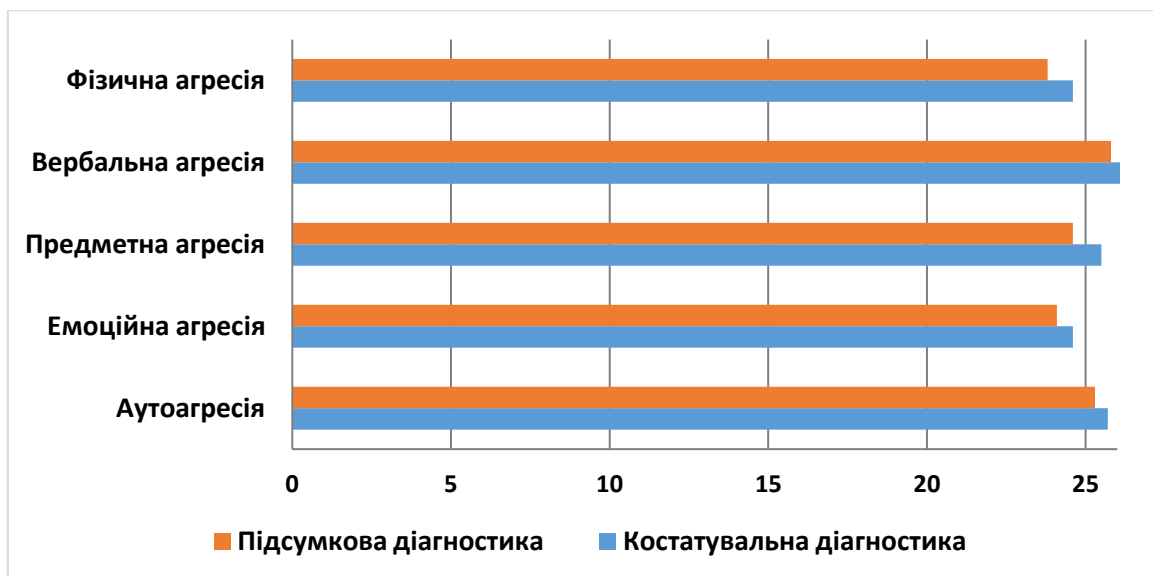


Рис. 3.1. Усереднені показники параметрів агресії за результатами констатувальної та підсумкової діагностики

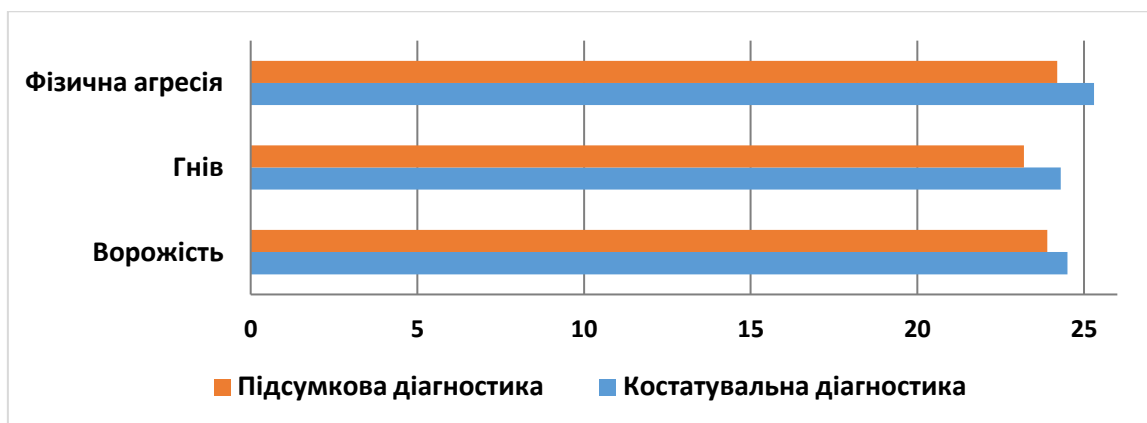


Рис. 3.2 Усереднені показники параметрів агресивності за результатами констатувальної та підсумкової діагностики

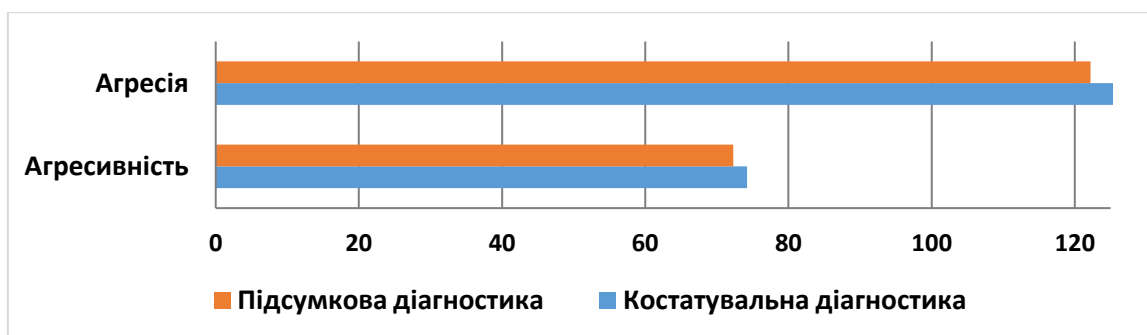


Рис. 3.3. Усереднені показники параметрів агресії та агресивності за результатами констатувальної та підсумкової діагностики

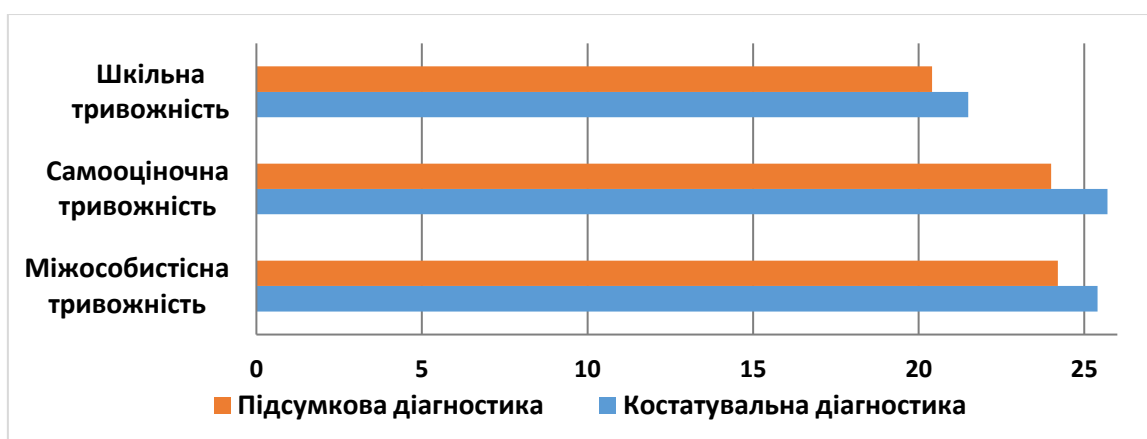


Рис. 3.4 Усереднені показники параметрів соціально-ситуативної тривожності за результатами констатувальної та підсумкової діагностики

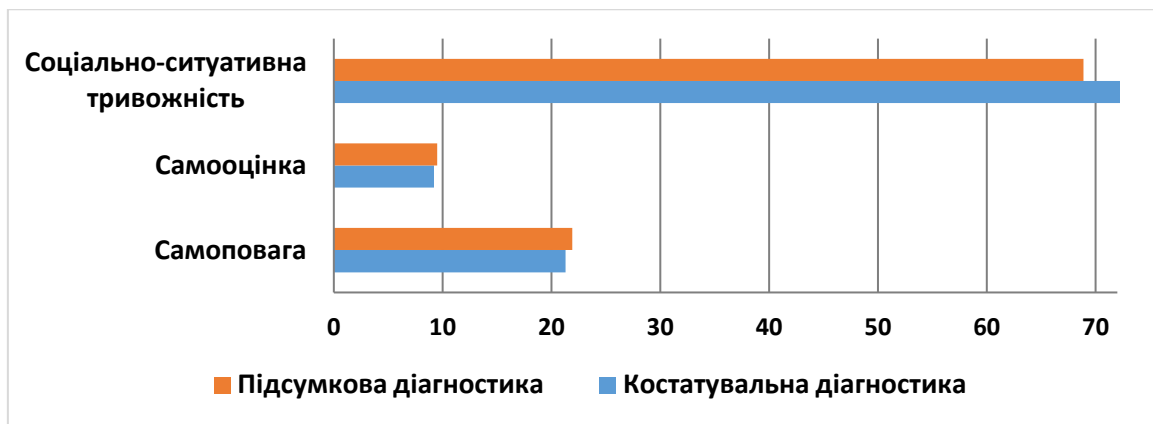


Рис. 3.5. Усереднені показники параметрів соціально-ситуативної тривожності, самооцінки і самоповаги за результатами констатувальної та підсумкової діагностики

Отже, можемо бачити, що в результаті корекційного впливу показники самооціночної тривожності та аутоагресії знизились, натомість показники самооцінки і самоповаги підвищились. Відповідно, впроваджена програма психологічної корекції агресивності підлітків є результативною та ефективною.

### Висновки до розділу 3

Розроблена й апробована нами програма психологічної корекції агресивності підлітків ґрунтувалась на теоретичних положеннях про особливості розвитку у підлітковому віці, про специфіку підліткової агресивної поведінки. Відповідно психокорекція була спрямована на формування позитивного самоствлення та підвищення самооцінки агресивних підлітків, розвиток навичок емоційної саморегуляції та конструктивних способів взаємодії.

Результати підсумкового психодіагностичного дослідження підтверджують ефективність та практичну спроможність нашої корекційної роботи.

## ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі наведено теоретичне обґрунтування і практичні шляхи психологічної корекції агресивної поведінки підлітків.

Підлітковий вік в онтогенетичному розвитку людини визначається як початок дорослішання, що супроводжується якісними і кількісними змінами у біологічній, психологічній, особистісній і соціальній сферах. Це вік розвитку Я-концепції і становлення особистісної ідентичності, потенційного удосконалення інтелектуальних процесів, емоційно-вольової регуляції поведінки. Однак, підліток опиняється у новій для нього системі взаємодії з дорослими й однолітками. Суперечливість підліткового віку полягає у тому, що підліток є дуже сприятливим до засвоєння дорослих норм, цінностей і способів поведінки, прагне реалізувати свою потребу в утвердженні позиції дорослої людини, однак не володіє для цього достатніми психічними можливостями а тільки здійснює апробації оновленого репертуару дорослої поведінки та самоствердження дорослої Я-концепції. Підліток відстоює свою автономність, вимагає від оточуючих її визнання, навіть вдається до конфліктів і протистояння з ними, застосовуючи агресивні способи реагування.

У психології феномени агресії та агресивності пов'язані, але не тотожні. Агресія визначається як ситуативно-реактивний прояв деструктивної поведінки індивіда, спрямованої на предметне і соціальне оточення або на самого себе у відповідь на дію загрозливих чи травмуючих впливів. Агресивність трактується як стійке властивість особистості, як стабільну готовність до агресивної поведінки, що може бути реалізована у різних ситуаціях за змістом та значенням для індивіда.

Специфіка підліткової агресії полягає в тому, що посилюється труднощами пубертатного розвитку організму, виявляється через сепарацію підлітка від дорослих та його переорієнтацію на спільноту ровесників та має демонстративний характер та виявляє прагнення підлітка привернути до себе



увагу. Отже, у підлітковому віці епізодичні агресивні дії є нормальними і навіть необхідними для становлення автономності. Якщо такі дії закріплюються у свідомості як надійний спосіб досягнення мети, то формується агресивність як особистісна властивість, що набуває не просто захисного, а деструктивного характеру.

Факторами, які спричиняють актуалізацію агресивних реакцій підлітка та закріплюють агресивність у структурі його особистісних властивостей виступають передумови психофізіологічного розвитку, насильницькі методи шкільного й сімейного виховання, несприятливі особливості взаємодії підлітка з безпосереднім оточенням, стабільність негативних емоційних станів, низька здатність до емоційної та вольової саморегуляції, обмежений досвід конструктивних способів подолання труднощів та соціально прийнятних способів поведінки, інформаційні, політичні та економічні умови оточення, в якому перебуває підліток.

Агресія підлітків пов'язана та зумовлюється такими особистісними особливостями підлітків як переживання страхів, низький рівень самооцінки, тривожність, протиріччя особистісної ідентифікації, негативне самоствавлення.

Нами було розроблена й апробована програма психологічної корекції агресивної поведінки підлітків. Ми виходили з теоретичних положень щодо особливостей розвитку у підлітковому віці, щодо специфіки підліткової агресії. Відповідно корекційний вплив був спрямований на формування позитивного самоствавлення та підвищення самооцінки агресивних підлітків, на розвиток навичок емоційної саморегуляції та конструктивних способів взаємодії.

Аналіз ефективності програми психологічної корекції агресивної поведінки підлітків підтверджує доцільність її використання у практиці.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Берковіц Л. Агресія: причини, наслідки та контроль. *ПСИХОЛОГІС: Енциклопедія практичної психології*. URL: [http://psychologis.com.ua/leonard\\_berkovic\\_agressiya\\_dvoe\\_zn\\_prichinyzpt\\_po\\_sledstviya\\_i\\_kontrol.htm](http://psychologis.com.ua/leonard_berkovic_agressiya_dvoe_zn_prichinyzpt_po_sledstviya_i_kontrol.htm)
2. Босак О. С. Агресивна поведінка у підлітковому віці як соціальна проблема. *Наукові праці МАУП*. 2016. Вип. 49 (2). С. 189-197. URL: <https://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/1386/1866>
3. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи: монографія– Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с. URL: <https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/b509242b-f5ff-4ce6-b23d-08b64c2dfb13/content>
4. Вельдбрехт О., Зінченко Н., Тавровецька Н. Шкала самооцінки Розенберга: українська адаптація та психометричні властивості. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2025. № 13. С. 142-172. DOI: <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-13-7>
5. Виявлення рівня тривожності у підлітків. *Видавнича група «Основа». Психологія*. URL: [https://osnova.com.ua/viyavlennya-shkali-rivnya-trivojnosti-u-pidlitkiv/?srsrtid=AfmBOop2YtP2Na1FUNR\\_fczu4zG7sbf7ctBtTOaaByEODoKXrbBrQQIF](https://osnova.com.ua/viyavlennya-shkali-rivnya-trivojnosti-u-pidlitkiv/?srsrtid=AfmBOop2YtP2Na1FUNR_fczu4zG7sbf7ctBtTOaaByEODoKXrbBrQQIF)
6. Вовченко О. Вплив емоційного інтелекту на саморегуляцію агресивної поведінки підлітків із порушеннями розумового розвитку. *Проблеми сучасної психології*. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. 2020. Вип. 49. С. 11-35. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2020-49.11-36>
7. Ворона С. В. Феномен агресивної поведінки в підлітковому віці. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного*

виховання персоналу системи МВС України. Харків, 2019. С. 294-296. URL: [https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/05\\_04\\_2019/pdf/93.pdf](https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/05_04_2019/pdf/93.pdf)

8. Ворощук О. Д., Луц О. В. Вплив тривожності на агресивну поведінку старших підлітків. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. № 66. Т. 1. С. 103-107. DOI: <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2019.66-1.21>

9. Гайдамашко І. А. Подолання агресії як соціально-педагогічна проблема. *Педагогічний дискурс: зб. наук. праць / гол. ред. А. Й. Сиротенко*. Хмельницький: ХГПА, 2008. Вип. 3. С. 53-55. URL: <https://www.ojs.kgpa.km.ua/index.php/peddiscourse/issue/view/7/PD%2003>

10. Гребінь Н. В., Федчун М. Ю. Особливості агресивної поведінки підлітків із підвищеним рівнем переживання страхів. *ГАБІТУС*. Випуск 15. 2020. С. 119-124. DOI: <https://doi.org/10.32843/26635208.2020.15.19>

11. Єзерська Н. В., Рябоконт В. В. 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. DOI: [https://doi.org/10.54929/conf\\_21\\_11\\_2023-18-02](https://doi.org/10.54929/conf_21_11_2023-18-02)

12. Замашкіна О. Д. Система роботи фахівця соціономічної сфери щодо профілактики агресивної поведінки підлітків. *Інноваційна педагогіка*. Випуск 33. Т. 2. 2021. С. 92-96. DOI: <https://doi.org/10.32843/26636085/2021/33-2.18>

13. Замятіна М. В. Психологічна структура агресивності студентів ВНЗ. *Проблеми та перспективи формування національної гуманітарнотехнічної еліти: зб. наук. праць / за ред. Л. Л. ТОВАЖНЯНСЬКОГО, О. Г. РОМАНОВСЬКОГО*. Вип. 30-31 (34-35). Харків: НТУ «ХПІ», 2012. С. 385-392. URL: <https://library.kpi.kharkov.ua/files/JUR/30.pdf>

14. Заняття психолога з підлітками / Упоряд. Т. Гончаренко. Київ: Видавничий дім «Шкільний світ»: Видавництво Л. Галіцина, 2006. 120 с.

15. Казаннікова О. В. Психологічний супровід агресивної дитини. *Проблеми сучасної педагогічної освіти*. Серія Педагогіка і психологія. 2013. Вип. 39(3). С. 157-162.
16. Кононко О. Дитяча агресія: специфіка, причини виникнення, виховання вміння її долати. *Нова педагогічна думка*. 2020. Т. 99. № 3. С. 80-85. DOI: <https://doi.org/10.37026/2520-6427-2019-99-3-80-86>
17. Кузнєцов М. А., Бабарикіна І. В. Шкільні страхи: Види, умови прояву та шляхи подолання. Харків: ХНПУ, 2012. 227 с. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/83261d5e-c31e-4ef8-aae6-28f76801dd10/content>
18. Лоренц К. Так зване зло. До витоків агресії: пер. з нім. Київ: Знання, 2011. 351 с.
19. Макарчук Н. О. Агресія та агресивна поведінка як психічний засіб особистісної саморегуляції підлітків із порушеннями розумового розвитку *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2014. Вип. 25. С. 215-227. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/158924/158168>
20. Мельничук М. М Статеві відмінності агресивної поведінки дітей підліткового віку. *Молодий вчений*. 2021. № 4 (92) С. 171-174. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2021-4-92-35>
21. Методика «Визначення рівня своєї самооцінки» (розроблена Г. М. Казанцевою). *ВСЕОСВІТА*: національна освітня платформа. URL: <https://vseosvita.ua/library/metodika-viznacenna-rivna-svoei-samoocinki-rozroblena-gm-kazancevou-123320.html>
22. Методика діагностики рівня агресивності Басса-Перрі. *ВСЕОСВІТА*: національна освітня платформа. URL: <https://vseosvita.ua/library/metodyka-diahnostyky-rivnia-ahresyvnosti-bassa-perri-862734.html>
23. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують Типову програму для кривдників: Збірник практичних матеріалів / автори-упорядники

О. Степанюк, О. Мельниченко. ОБСЄ. Міністерство соціальної політики України. Київ, 2020. 132 с. URL: <https://www.osce.org/files/f/documents/9/6/471033.pdf>

24. Мойсеева О. Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. *Юридична психологія*. 2015. № 2. С. 139-148. URL: <https://elar.navs.edu.ua/server/api/core/bitstreams/6b67c77c-983c-4ffd-8fdc-6ada89abcaf3/content>

25. Орос О. Б. Агресивна та насильницька поведінка серед дітей підліткового віку. *Вісник НТТУ «КПІ»*. Серія Політологія. Соціологія. Право. 2018. Вип. 2 (38). С. 90-96. DOI: [https://doi.org/10.20535/2308-5053.2018.2\(38\).152925](https://doi.org/10.20535/2308-5053.2018.2(38).152925)

26. Павелків В. Р. Психологічні особливості та детермінанти агресивної поведінки підлітків. *Проблеми сучасної психології*: Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. 2010. Вип. 9. С. 213-223. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-9.%p>

27. Павелків В. Р. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми сучасної психології*: Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. 2015. Випуск 30. С. 483-494. URL: [http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/9660/1/Павелків%20В.Р.\\_Специфіка%20прояву%20агресії.pdf](http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/9660/1/Павелків%20В.Р._Специфіка%20прояву%20агресії.pdf)

28. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник: вид. 2-ге, стер. Київ: Кондор, 2015. 469 с.

29. Панасюк В. М. Корекція агресивних поведінкових конструкцій у підлітковому віці: теоретичний аспект. *Психологія: реальність і перспективи*: Збірник наукових праць РДГУ. 2018. Вип. 10. С. 127-134. DOI: [https://doi.org/10.35619/prap\\_rv.vi10.105](https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi10.105)

30. Папуша В. В. Агресивна поведінка підлітків як фактор віктимізації. *Психологічні перспективи*. Луцьк, 2012. Вип. 19. С. 190-198.

31. Парфанович І., Калаур С., Турчин-Кукаріна І. Діагностика агресивної поведінки підлітків у контексті профілактично-корекційного соціально-педагогічного впливу. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2022. № 6 (120). С. 26-39. URL: <https://pedscience.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2023/09/парфанович-калаур-1.pdf>
32. Платонова О. Г., Дрижак Т. І. Причини виникнення і форми прояву агресивної поведінки у підлітків в умовах воєнного стану. *Тринадцяті Сіверянські соціально-психологічні читання: Матеріали Міжнар. наук. онлайн-конференції (25 листопада 2022 р., м. Чернігів) / За наук. ред. Л. М. Завацької*. Чернігів: НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2023. Т. 2. С. 140-145. URL: <https://epub.chnpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/9128/1/Причини%20виникнення%20і%20форми%20прояву%20агресивної%20поведінки%20у%20підлітків%20в%20умовах%20воєнного%20стану.pdf>
33. Попелюшко Р., Бабич А. Теоретичний аналіз впливу життєвих обставин на прояви агресивної поведінки. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 12. Психологічні науки. 2023. Випуск 21 (66). С. 61-69. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2023.21\(66\).06](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2023.21(66).06)
34. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О. М. Степанов. Київ: Акдемвидав, 2006. 424 с.
35. Разумейко Н. С., Ткаченко О. Г., Дем'яненко Ю. О. Вікові та статеві особливості вияву агресії в поведінці сучасних підлітків. *Науковий вісник Сіверщини*. Серія: Освіта. Соціальні та поведінкові науки. 2020. № 1(4). С. 95-105. DOI: <https://doi.org/10.32755/sjeducation.2020.01.095>
36. Руденко В. М., Руденко Н. М. Математичні методи в психології: підручник. Київ: Академвидав, 2009. 384 с.
37. Рябовол Т. А., Комарицька К. Д. Дослідження особливостей актуальних страхів сучасних підлітків. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2016. Т. XI: Психологія особистості. Психологічна допомога

- особистості. Вип. 14. С. 140-151. URL:  
<http://appsychology.org.ua/data/jrn/v11/i14/16.pdf>
38. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: Навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2005. 360 с.
39. Сеага С. Зміст і особливості підліткової агресії та характеристика причин її розвитку *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 78. С. 125-129. DOI:  
<https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.78.21>
40. Семенова А. Особливості формування я-концепції підлітків. *Науковий журнал «Психологічні травелогі»*. 2021. № 2 С. 191-198. DOI:  
<https://doi.org/10.31891/PT-2021-2-17>
41. Сергеева К. В. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації: автореф. дис ... канд. пед. наук: спец. 13.00.05 «Соціальна педагогіка». Київ, 2016. 20 с. URL:  
[https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/14989/1/Автореферат\\_Сергеева%20К.В.pdf](https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/14989/1/Автореферат_Сергеева%20К.В.pdf)
42. Смалько Ф. В. Ямницький В. М. Сучасні аспекти вивчення поведінкової та вербальної агресії. *Психологія: реальність і перспективи*: Збірник наукових праць РДГУ. 2014. № 3. С. 138-140. URL:  
[https://prap.rv.ua/index.php/prap\\_rv/issue/view/4/3](https://prap.rv.ua/index.php/prap_rv/issue/view/4/3)
43. Токарева Н. М. Лабіринти дорослішання: психічний розвиток особистості підлітково-юнацького віку: монографія. Кривий Ріг: ТОВ «НВП «Інтерсервіс»», 2021. 216 с. URL:  
[https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/6084/3/Віражі%20дорослішання\\_compressed.pdf](https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/6084/3/Віражі%20дорослішання_compressed.pdf)
44. Трофимчук В. В. Соціально-психологічні чинники агресивності підлітків з адиктивною поведінкою *Проблеми сучасної психології*: Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. № 2 (18), 2020. С. 154-161. DOI:  
<https://doi.org/10.26661/2310-4368/2020-2-16>

45. Федух І. С. Психологічні особливості проявів агресивності в ранньому юнацькому віці: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Київ, 2007. 21 с.
46. Шевченко С. В. Психологічні особливості виникнення агресії. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 5. С. 180-183. URL: [http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5\\_2018/37.pdf](http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2018/37.pdf)
47. Anderson C. A. & Bushman B. J. Human aggression. *Annual Review of Psychology*. 2002. Vol. 53. Issue 1. PP. 27-51. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135231>
48. Bandura A. Aggression: a social learning analysis. New Jersey: Prentice Hall, 1973. 230 p URL: <https://archive.org/details/aggressionsocial0000band/page/n5/mode/2up>
49. Buss A. H. The psychology of aggression. John Wiley & Sons, 1961. DOI: <https://doi.org/10.1037/11160-000>
50. Dollard J. et al. Frustration and Aggression. New Haven: Yale University Press. 1989. URL: <https://archive.org/details/frustrationaggre00doll/page/n3/mode/2up>
51. Fauzi F. A. et. al. Psychosocial Predictors of Adolescent Aggression *Pertanika Journal of Science & Technology*. 2019. 27 (4). PP. 1485-1508. URL: [http://www.pertanika.upm.edu.my/resources/files/Pertanika%20PAPERS/JST%20Vol.%2027%20\(4\)%20Oct.%202019/02%20JST-1273-2018.pdf](http://www.pertanika.upm.edu.my/resources/files/Pertanika%20PAPERS/JST%20Vol.%2027%20(4)%20Oct.%202019/02%20JST-1273-2018.pdf)
52. Fonagy P., Moran G. S., Target M. Aggression and the psychological self. *The international journal of psychoanalysis*. 1993. Pt. 3. PP. 471-485. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8344768/>
53. Neupane D., Lourdusamy A. Bibliometric insights into anger and aggression research. *NPRC Journal of Multidisciplinary Research*. 2024. Vol. 1. No. 4. PP. 77-95. DOI: <https://doi.org/10.3126/nprcjmr.v1i4.70948>
54. Voulgaridou I. & Kokkinos C. M. Relational aggression in adolescents across different cultural contexts: a systematic review of the literature. *Adolescent Research Review*. 2023. No. 8. PP. 457-480. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40894-023-00207-x>



## ДОДАТКИ

## Додаток А

Таблиця А. 1

**Порівняльний аналіз показників досліджуваних параметрів  
за критерієм статі**

Параметри	Хлопці		Дівчата		$U_{emp}$
	$\bar{X}$	$s_x$	$\bar{X}$	$s_x$	
<i>Агресія</i>					
Фізична агресія	23,5	5,08	22,0	8,87	81,0*
Вербальна агресія	20,6	7,22	25,6	7,73	57,0**
Предметна агресія	24,3	6,37	21,5	5,83	119,5
Емоційна агресія	24,8	6,79	22,0	5,62	125,0
Аутоагресія	24,0	4,11	23,9	5,92	91,0
<i>Загальний показник</i>	117,8	24,58	116,4	25,08	91,5
<i>Агресивність</i>					
Фізична агресія	24,5	7,29	22,7	8,36	83,0*
Гнів	24,8	4,05	21,8	5,46	62,0*
Ворожість	22,9	5,23	23,0	5,74	94,5
<i>Загальний показник</i>	69,8	13,55	69,3	16,01	94,5
<i>Соціально-ситуативна тривожність</i>					
Шкільна тривожність	20,3	5,89	20,6	5,82	96,5
Самооціночна тривожність	24,9	6,60	23,2	7,88	99,5
Міжособистісна тривожність	24,3	6,92	23,5	6,72	104,5
<i>Загальний показник</i>	69,4	14,16	97,4	17,86	95,5
<i>Самооцінка</i>					
Самооцінка	9,7	3,63	9,8	2,93	95,0
<i>Самоповага</i>					
Самоповага	21,6	4,42	22,9	3,36	85,5*

Примітка: \* – на рівні значущості  $p < 0,05$ ; \*\* – на рівні значущості  $p < 0,01$ ;  $U_{0,05}=89$ ,  $U_{0,01}=71$

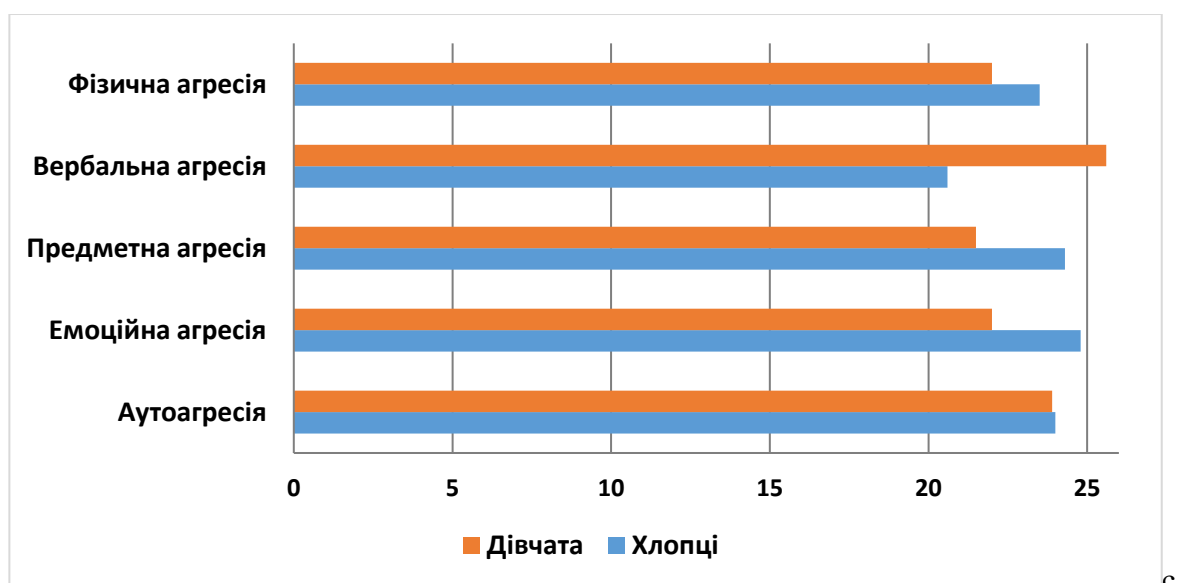


Рис. А.1. Усереднені показники параметрів агресії за демографічним критерієм статі

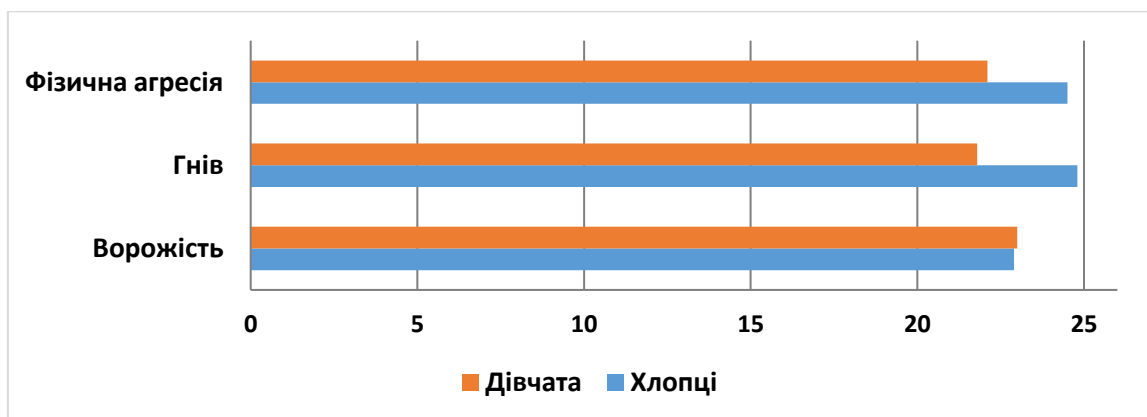


Рис. А.2. Усереднені показники параметрів агресивності за демографічним критерієм статі

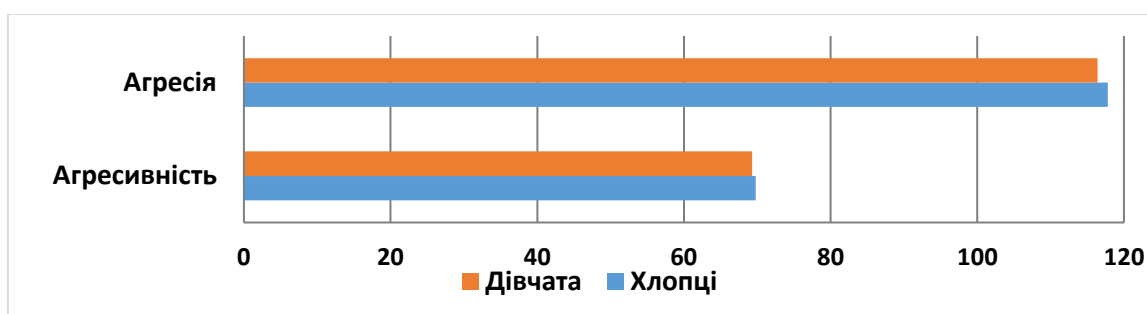


Рис. А.3. Усереднені показники агресії та агресивності за демографічним критерієм статі

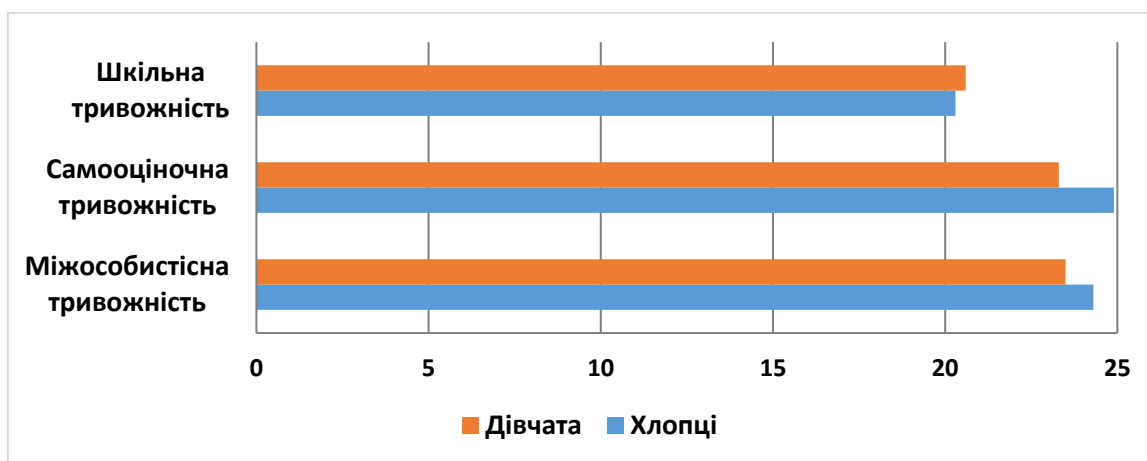


Рис. А.4. Усереднені показники параметрів соціально-ситуативної тривожності за демографічним критерієм статі

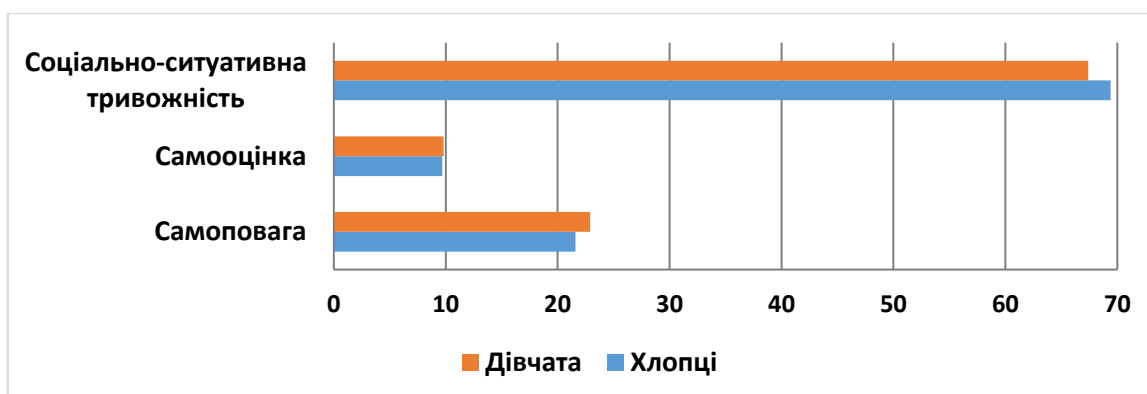


Рис. А.5. Усереднені показники соціально-ситуативної тривожності, самооцінки і самоповаги за демографічним критерієм статі

## Додаток Б

Таблиця Б. 1

**Порівняльний аналіз показників досліджуваних параметрів  
за критерієм віку**

Параметри	11-13		13-15		15-17		$H_{emn}$
	$\bar{X}$	$s_x$	$\bar{X}$	$s_x$	$\bar{X}$	$s_x$	
<i>Агресія</i>							
Фізична агресія	22,6	4,61	22,6	4,03	23,8	7,39	0,94
Вербальна агресія	24,1	8,63	22,9	8,29	23,6	7,47	0,04
Предметна агресія	20,7	4,61	22,2	8,06	21,7	4,67	2,05
Емоційна агресія	22,3	4,35	24,7	6,48	22,2	7,16	1,17
Аутоагресія	25,9	5,27	22,2	5,36	24,6	4,62	1,63
<i>Загальний показник</i>	113,0	21,75	115,6	29,51	118,9	22,08	0,39
<i>Агресивність</i>							
Фізична агресія	21,5	9,47	24,0	8,01	24,3	6,45	0,48
Гнів	22,1	4,30	2,4	6,15	23,4	4,28	0,41
Ворожість	24,1	4,98	21,9	6,17	23,3	5,19	0,55
<i>Загальний показник</i>	67,7	15,66	69,3	17,17	71,0	12,55	0,48
<i>Соціально-ситуативна тривожність</i>							
Шкільна тривожність	22,6	5,26	18,2	5,78	21,4	5,71	3,52
Самооціночна тривожність	22,7	6,50	24,9	7,91	23,9	7,67	1,29
Міжособистісна тривожність	25,1	5,84	22,7	7,17	24,1	7,17	0,79
<i>Загальний показник</i>	70,4	14,65	65,8	18,00	69,4	16,26	0,14
<i>Самооцінка</i>							
Самооцінка	10,7	3,50	8,9	3,08	10,0	3,16	1,55
<i>Самоповага</i>							
Самоповага	23,7	3,55	21,8	3,87	21,9	4,12	0,97

Примітка: \* – на рівні значущості  $p < 0,05$ ; \*\* – на рівні значущості  $p < 0,01$ ;  $H_{0,05} = 5,99$ ,  $H_{0,01} = 9,21$

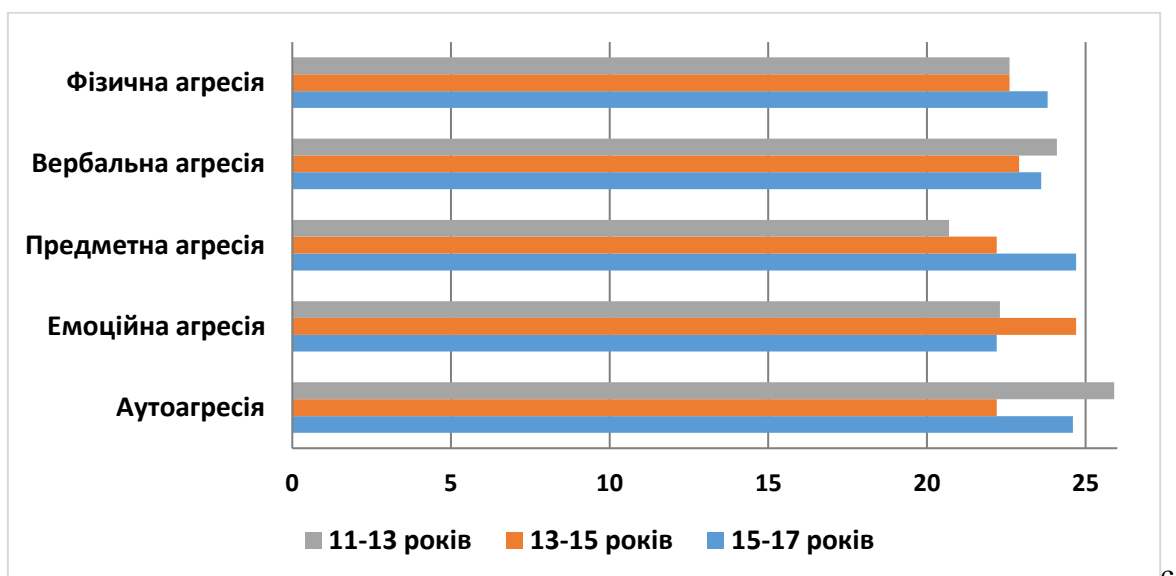


Рис. Б.1. Усереднені показники параметрів агресії за демографічним критерієм віку

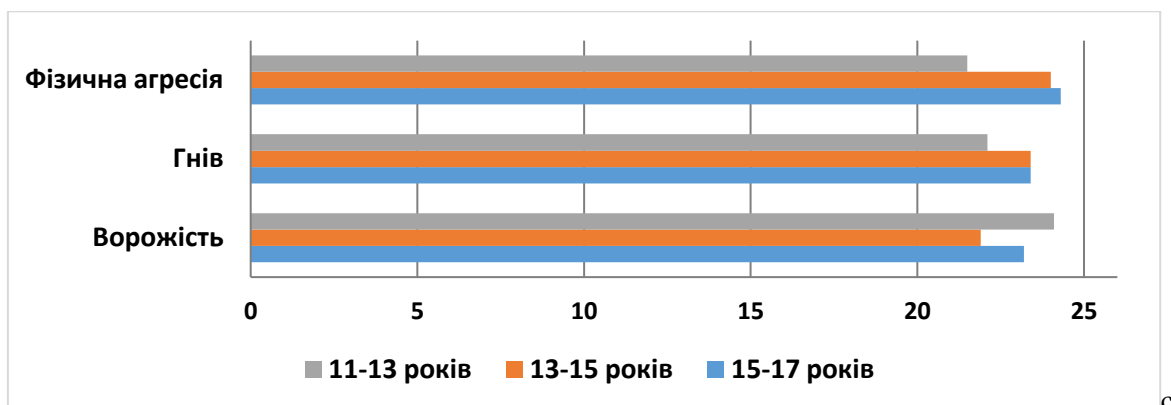


Рис. Б.2. Усереднені показники параметрів агресивності за демографічним критерієм віку

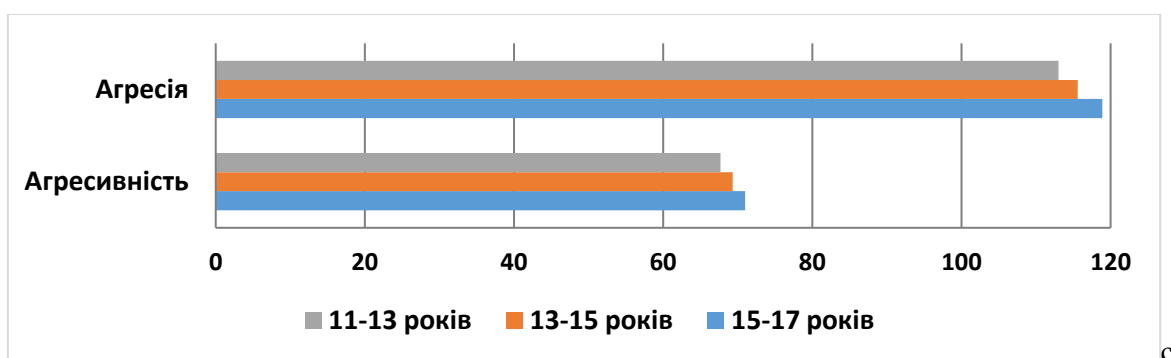


Рис. Б.3. Усереднені показники агресії та агресивності за демографічним критерієм віку

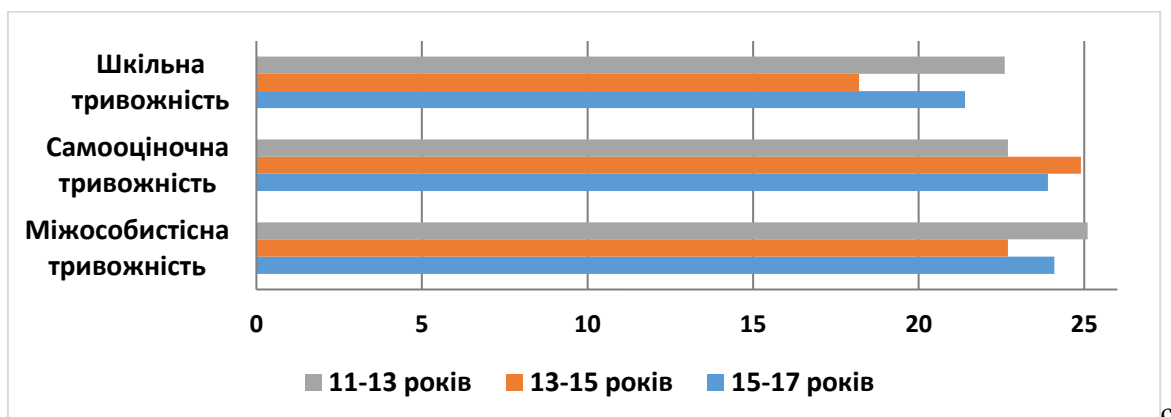


Рис. Б.4. Усереднені показники параметрів соціально-ситуативної тривожності за демографічним критерієм статі

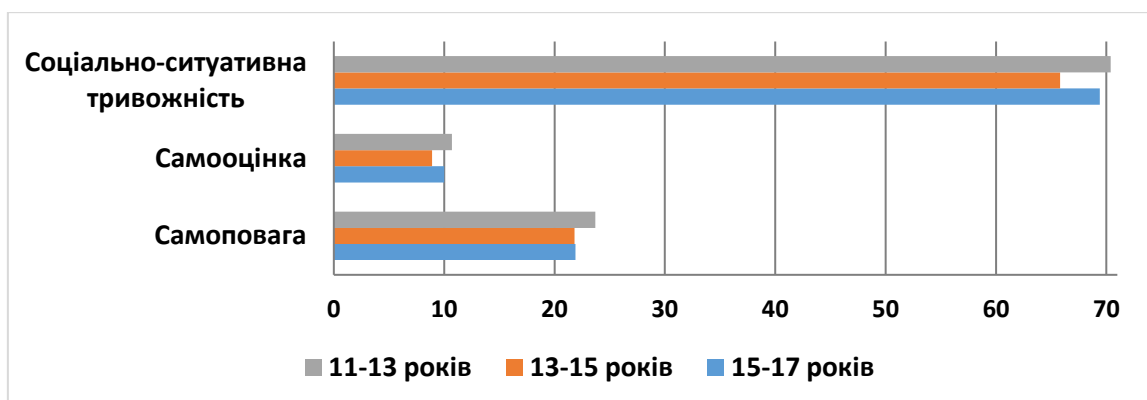


Рис. Б.5. Усереднені показники соціально-ситуативної тривожності, самооцінки і самоповаги за демографічним критерієм віку

## Додаток В

### Програма групових занять з психологічної корекції агресивної поведінки підлітків

#### Заняття 1

*Мета заняття:* знайомство, встановлення правил роботи і поведінки, створення атмосфери емоційного комфорту і довіри.

1. *Представлення учасників, визначення правил роботи групи* (15 хвилин).

Психолог розповідає про цілі занять, пропонує прийняти певні правила. Кожне правило обговорюється.

#### Правила

Дивитися на того, до кого ти звертаєшся.

Висловлювати свою думку, починати словом «Я»: я вважаю, я відчуваю, я думаю.

Уважно слухати, коли говорять інші. поважати чужу думку.

Говорити щиро.

Якщо не згоден, пояснити чому.

Говорити по одному.

Не хочеш говорити або виконувати завдання – не роби цього, але повідом про це.

2. *Розминка «Імена-якості»* (10 хвилин)

Психолог і всі учасники по колу називають свої імена і дві будь-яких своїх якості, що починаються з тієї ж букви, що й ім'я. Якості можуть бути як позитивні, так і негативні.

3. *Вправа «Людина-машина»* (25 хвилин)

Мета: усвідомлення підлітками власних соціально-психологічних можливостей

Психолог. Виберіть собі транспортний засіб, краще щоб він був фантастичний, неіснуючий. Уявіть себе ним. Якими можливостями ви володієте? В якому середовищі ви мешкаєте? Хто вами керує?

4. *Підсумки* (10 хвилин)

5. *Рефлексія свого стану та визначання набутих знань і навичок.*

#### Заняття 2.

*Цілі заняття:* продовження знайомства і синхронізація групи; встановлення контактів між учасниками; зняття емоційної і тілесної напруги; розвиток навичок спільної діяльності.

1. *Вправа «Погане і хороше»* (20 хвилин)

Мета: формування позитивного і активного самоставлення, підвищення самооцінки.

Учасники оцінюють свої основні риси характеру, називаючи, наприклад, 5 хороших своїх рис і 5 поганих.

Потрібно визначити, які з рис залежать від самої людини і можуть управлятися змінюватися самою людиною. Якими рисами, емоціями людина може управляти сама.

2. *Розминка «Номерки»* (10 хвилин)

Учасники стають у коло. Психолог надає кожному учаснику номер та фіксує його на комірці одягу (не за порядком). Учасники мають якнайшвидше вишикуватися від першого номера до останнього, при цьому дотримуючись важливого правила – не вимовляти нічого вголос. Свій номер знімати і дивитися не можна.

3. *Вправа «Чарівний магазин»* (25 хвилин)

Мета: формування свідомого розуміння власних індивідуальних особливостей.

Психолог. Уявіть, що ви потрапили в чарівний магазин, де можете придбати все, чого вам не вистачає, будь-які якості характеру, будь-які духовні цінності: за принципом «бери, все що хочеш, але плати». Так як магазин незвичайний, то і платити доведеться своїми якостями. З учасників обираються продавець, він продаються якості. Час роботи магазину обмежений, вирішувати треба швидко.

Обговорення: як складно було розлучатися зі своїми якостями? Чому необхідні ті чи інші якості? Чому комусь важко наполягати на покупці?

4. Підсумки (5 хвилин)

5. Рефлексія свого стану та визначання набутих знань і навичок.

### Заняття 3

*Мета заняття:* взаємодія; відреагування почуттів; усвідомленням неконструктивних способів вираження агресії.

1. Вправа «Що робити з агресією і гнівом» (40 хвилин)

Мета: усвідомлення деструктивності агресивної поведінки, виявлення причин власної агресивності.

В ході вправи підлітки можуть визначити в тому, що вони називають агресивною поведінкою, усвідомити свою агресивну поведінку і навчитися і аналізувати агресивну поведінку інших людей.

Матеріали: папір, олівці.

Психолог. В кожній людині від природи закладена агресивність. Однак люди використовують її по-різному. Одні, щоб бачити, і тоді агресію можна назвати конструктивною. Інші, щоб знищувати або руйнувати, і тоді агресія деструктивна. Конструктивна агресія це активність. Прагнення до досягнень, захисту себе та інших, завоювання свободи і незалежності. Деструктивна агресія це насильство, жорстокість, ненависть, недоброзичливість, злість. Тому, щоб розуміти, що з нами відбувається, дуже важливо розпізнавати свої агресивні імпульси і направити їх в бажане русло, не завдаючи шкоди оточуючим. А тепер візьміть аркуш паперу і запишіть на ньому все, що робить людина, про яку можна сказати: «Так, він дійсно агресивний». Випишіть невеликий рецепт, завдяки якому можна створити агресивну дитину, а також намалюйте портрет такої дитини.

Потім підлітки зачитують свої рецепти і зображують агресивну дитини (як вона ходить, як говорить, як дивиться, що робить).

Психолог. Що вам подобається і не подобається в агресивній дитині? Що б ви хотіли змінити в такій дитині? Подумайте про те, коли і як ви проявляли агресію? Яким чином ви можуть викликати агресію інших людей по відношенню до себе? Візьміть аркуш паперу і розділіть його на 2 частини: ліву і праву. Зліва напишіть, як оточуючі протягом навчального дня ви проявляли агресію по відношенню до інших.

2. Обговорення-підсумки (10 хвилин)

Чому люди бувають агресивними? Чи завжди варто вдаватися до агресії в складній ситуації або можна іноді вирішувати проблему іншим способом (наприклад яким?): м'яти і рвати папір; бити по якихось предметах; топати ногами; голосно кричати; написати на папері усі слова, які хочеться сказати, зім'яти і викинути папір.

### Заняття 4

*Мета заняття:* усвідомлення агресивної поведінки і вираження свого ставлення до нього; навчання методам релаксації.

1. Вправа «Малюємо сварку» (20 хвилин)

Мета: усвідомлення гніву через сенсорні канали.

Психолог ставить питання:

1. Що таке сварка?
2. Як виникає сварка, з чого вона починається?
3. Чи був вашому житті хоча б один момент, коли сварку ви почали самі? І що ви при цьому зробили?
4. Що вам подобається в сварці?
5. Що не подобається в сварках?

Потім учасникам пропонується намалювати ситуацію, в якій у них сталася сварка.

2. *Розминка «Прогулянка по казковому лісу»* (5 хвилин)

Мета: розрядка агресивних почуттів.

Учасники перевтілюються в агресивних тварин: собак, тигрів, ведмедів.

3. *Навчання методам релаксації* (20 хвилин)

Психолог. Сядьте зручно. Уявіть ситуацію, яка злить, яка викликає гнів. Відзначте, в яких частинах тіла при цьому виникає найбільша напруга.

Після того, як всі ділянки тіла будуть визначені, приступити до вправи по м'язовому розслабленню в наступній послідовності: руки (кисть, передпліччя, плече); шия; живіт; ноги; голова, в основному лицьова частина (рот, ніс, лоб).

Техніка релаксації. Зробіть глибокий вдих. На затримці дихання сильно напружте м'язи тієї ділянки тіла, з якою ви працюєте. Уявіть ту людину, на яку розсердилися. На видиху у вигляді хмарки видихайте свій гнів (відпускайте його). Потім якийсь час відпочивайте. Вправу з кожною ділянкою тіла слід повторити-2 рази.

4. *Підсумки* (5 хвилин)

5. *Рефлексія свого стану та визначання набутих знань і навичок.*

### *Заняття 5*

*Мета заняття:* підвищення самооцінки дітей, психологічна корекція дитячих образ.

1. *Вправа «Мої хороші вчинки»* (25 хвилин)

Мета: підвищення самооцінки.

Учасники отримують картки з описом різних хороших вчинків (швидко зробити домашнє завдання, допомогти товаришеві тощо). Пропонується пригадати і описати випадок, коли добре зробили саме те, що написано на картці.

2. *Розминка «Штовханина»* (5 хвилин)

Мета: формування умінь висловлювати агресію через гру і позитивний рух.

Психолог. Розбийтеся на пари. Встаньте на відстані прстягнутої руки один від одного. Обіпріться долонями про долоні свого партнера. За сигналом почніть штовхати одне одного долонями, намагайтеся зрушити партнера з місця. Якщо ж ваш партнер зрушить вас назад, постарайтеся повернутися на своє місце. Будьте уважні, ніхто нікому не винен заподіяти біль.

3. *Вправа «Безмовний крик»* (15 хвилин)

Мета: навчитися позбуватися емоційної напруги.

Психолог. Уявіть собі, що ви йдете в тихе і приємне місце, де ніхто вам не завадить. Згадайте про кого-небудь, хто діє вам на нерви заподіює яке-небудь зло. Відчуйте своє роздратування, посильте його. Потім можете закричати щосили, але так, щоб цього ніхто не почув тут. Тобто кричати треба про себе. Закричіть про себе так голосно, як тільки зможете. У вашому потаємному місці ви самі, там ніхто не може почути вас. Закричіть ще раз, і в цей раз кричить ще голосніше. Ну, ось тепер добре!

А тепер згадайте про людину, яка ускладнює вам життя. Придумайте в своїй уяві, як ти зможеш зробити так, щоб вона більше вас не мучила. Відкрийте очі, розкажіть про те, що ви пережили. Що придумали, щоб зупинити цю людину?

4. Вправа «Я сильний – я слабкий» (10 хвилин)

Мета: підвищення самооцінки, зняття тривожності, формування упевненості у собі.

Психолог. Я пропоную вам перевірити, як слова і думки впливають на стан людини.

Психолог звертається до одного з учасників. Витягни, будь ласка, вперед руку. Я буду опускати твою руку вниз, натискаючи на неї зверху. Ти повинен утримати руку, кажучи при цьому голосно і рішуче: «Я сильний!» Тепер робимо те ж саме, але ти повинен говорити: «Я слабкий», вимовляючи це з відповідною інтонацією, тобто тихо, сумно ...

Обговорення: висновок про те, що упевненість у собі і установка на успішний результат сприяють ефективній діяльності і хорошим стосункам з іншими.

4. Підсумки (5 хвилин)

5. Рефлексія свого стану та визначання набутих знань і навичок.

*Заняття 6*

Мета заняття: відреагування накопичених негативних емоцій; визначення конструктивних способів розрядки гніву і агресії.

1. Вправа «Я реальне і Я-ідеальне» (25 хвилин)

Мета: виявлення мотивів, що призводять до психологічного дискомфорту, прийняття себе.

Техніка: учасники лист паперу ділять на 3 колонки, де вписують свої недоліки у першу колонку (Я-реальне), в другу – риси, які хотілося б придбати, висловлюючи це таким чином: «Я..., а в ідеалі хочу...», і в третій колонці відповісти на питання «А навіщо мені це?».

2. Вправа «Тілесна пластика гніву» (20 хвилин)

Мета: відреагування гніву через рух.

Психолог. Прийміть довільну позу (або зручно сядьте). Подумайте про ту ситуацію (людину), яка викликає у них найбільше гніву. Встаньте (якщо сиділи), і почніть здійснювати рухи таким чином, щоб максимально виразити ваші негативні відчуття. Причому найбільший повинен виходити з тієї частини тіла, де негативні відчуття найбільш сильні. При цьому не потрібно контролювати свої рухи. Важливо висловити свої почуття.

Обговорення. Що відчували під час виконання вправи? Чи змінився ваш стан після виконання вправи?

3. Вправа «Позбавлення від тривожності» (10 хвилин)

Мета: зняття тривоги, неспокою, підготовка до очікуваної стресової ситуації.

Психолог. Розслабтеся і уявіть, що ви сидите на чудовій зеленій галявині в ясный сонячний день. На небі веселка. Сонечко м'яко і ласкаво пригріває вашу голову, тепло проникає в тіло, розливається по ньому. Ви наповнюєтеся сонячним світлом, в якому розчиняються ваші засмучення і тривоги, всі негативні почуття, усі страхи. Їх уносить вітер. Вам стає світло і радісно!

4. Підсумки (5 хвилин)

5. Рефлексія свого стану та визначання набутих знань і навичок.

*Заняття 7*

Мета заняття: відпрацювання конструктивних форм поведінки, моделювання поведінки в ситуаціях, що сприяють прояву агресії

1. Вправа «Небеса і скло» (20 хвилин)

Матеріали: олівці і папір.



Психолог. Час від часу кожен з нас в розмові з кимось має іншу точку зору і хоче довести свою правоту в щось будь-яку ціну. Іноді в такому супереччі немає нічого поганого, але часом перетворюється в відкриту боротьбу. Ви можете пригадати такий випадок? Можливо, ви були настільки збудженими, що готові були почати бійку. Але не почали. Опишіть такий випадок. Як ви себе при цьому відчував. Як вдалося уникнути бійки.

Обговорення. Що ти можеш зробити, щоб суперечка не перетворювалась на бійку? Що ти робиш, коли хто-небудь хоче в тебе щось відібрати? Що ти робиш, коли хто-небудь ображає тебе словами? Чи бувають випадки, коли ти змушений битися?

Обговорення спрямоване на формулювання правил поведінки у суперечках.

1. Перш ніж перейдеш до дії, скажи собі «СТОП». Можна намалювати значок «стоп» у вигляді кола з облямівкою з картону і покласти його в кишеню. Кожного разу, коли захочеться вдарити чи штовхнути кого-небудь або проявити активну вербальну агресію, потрібно доторкнутися до кишені зі знаком «стоп» або представити його.

2. Перш ніж перейдеш до дії, глибоко вдихни і порухай до 10.

3. «Не бійкою, а словами» (переведення агресивних дій з фізичного на вербальний план).

Висновок: Перш, ніж перейдеш до дії, зупинись і подумай, що ти хочеш зробити.

2. *Розминка «Обережок рук» (5 хвилин)*

Мета: формування позитивного ставлення до інших людей, зняття напруженості при контакті.

Учасники стають у коло, закривають очі і за сигналом психолога починають сходитися до центру, витягнувши руки перед собою. Задача – схопити і утримати якомога більшу кількість рук, не відкриваючи очей і не дивлячись, чий це руки.

3. *Вправа «Комікс» (30 хвилин)*

Мета: від реагування негативних переживань, формування способів конструктивної поведінки.

Малювання реальних ситуацій, про які згадували у вправі «Небеса і пекло». Зображення цієї ситуації у вигляді коміксу. Потім створити другий комікс з можливим конструктивним вирішенням конфлікту.

4. *Підсумки (5 хвилин)*

5. *Рефлексія свого стану та визначання набутих знань і навичок.*

### Заняття 8

Мета заняття: формування навичок саморегуляції, конструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях.

1. *Рольові ігри з провокуванням гніву і агресії (55 хвилин)*

Розігруються реальні ситуації, в яких перебували усі учасники

Учасники аналізують власні переживання у подібній ситуації за питаннями: Що ти відчував і про що думав у цій ситуації? Що тобі хотілося зробити? Що ти зробив насправді?

Обговорення спрямоване на аналіз конструктивних способів поведінки, у стримуванні агресивних реакцій, у переведенні агресії у дружність та гумор.

2. *Підсумки (5 хвилин)*

3. *Рефлексія свого стану та визначання набутих знань і навичок.*

### *Заняття 9*

*Мета заняття:* підвищення самооцінки, визначення сильних якостей, безоціночне прийняття учасниками себе та інших, сприяння усвідомленню цінності та унікальності власної особистості, самоприйняття.

*1. Вправа «Пожалій іншого» (10 хвилин)*

Мета: формування уважного ставлення до інших, навичок доброзичливого спілкування.

Виконується у колі. Психолог дає завдання учасникам уявити, що людині, що поруч сидить, погано, вона засмучена. Необхідно виявити до неї співчуття, висловити слова розради.

Обговорення спрямоване на рефлексію переживань, аналіз висловів.

*2. Колаж «Я, мої бажання і можливості» (40 хвилин)*

Мета: усвідомлення власних бажань, їх ієрархізація і зіставлення зі своїми актуальними і перспективними можливостями, виявлення суперечливих емоцій, почуттів, думок.

Процедура: на форматі листа А3 учасникам треба зробити колаж, де необхідно зобразити себе, свої бажання і відповідні можливості, використовуючи газети, журнали, олівці, фломастери. Надалі йде обговорення, розбір кожного колажу.

*3. Вправа «Коробка неприємних переживань» (5 хвилин)*

Мета: зняття напруги, зниження тривожності.

Психолог. Ось коробка наших неприємних переживань. Пропоную відправити її по колу, щоб зібрати їх. Ви можете сказати про це пошепки, але обов'язково в цю коробку. Потім я її заклею і викину на смітник, а разом з нею нехай зникнуть і ваші неприємні переживання.

*4. Підсумки (5 хвилин)*

*5. Рефлексія свого стану та визначання набутих знань і навичок.*

### *Заняття 10*

*Мета заняття:* закріплення способів конструктивної поведінки, саморегуляції, навичок ефективного спілкування.

*1. Вправа «Чого я досяг» (15 хвилин)*

Учасники малюють малюнок «Мої досягнення».

Обговорення спрямоване на фіксацію позитивних змін в учасників, на тому, як вони змінилися, що нового узнали, чому навчилися.

*2. Вправа «Валіза в дорогу» (30 хвилин)*

Один їх учасників виходить. А решта починають в дорогу йому збирати валізу. В який набирається те, що на думку групи стане в нагоді йому для спілкування з людьми. Всі побажання записуються і вручаються на пам'ять.

*4. Підведення підсумків роботи (15 хвилин).*