Уманський національний університет
Факультет соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра психології

ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

освітній ступінь бакалавр

«ПОВЕДІНКОВІ ПРОЯВИ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКІВ»

Виконала: студентка 4 курсу, П42групи
спеціальності 053 «Психологія»
Освітня програма «Психологія»
Пацюк А.В.
Керівник: доктор філософії, викладач
Горенко М.В.
Рецензент:
_____

Умань− 2026

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКІВ	5
1.1. Теоретичні основи поведінкових проявів агресії у підлітків	5
1.2. Причини та чинники виникнення агресивної поведінки	10
1.3. Характеристика видів та форм агресії	19
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ	34
2.1. Методика та організація дослідження агресивних проявів	34
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження поведінкових проявів агресії	38
2.3. Шляхи та методи корекції агресивної поведінки	45
ВИСНОВКИ	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	57
ДОДАТКИ	62

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасних умовах розвитку суспільства проблема агресивної поведінки підлітків набуває особливої значущості. Підлітковий вік є періодом інтенсивного формування особистості, становлення самосвідомості, ціннісних орієнтацій та соціальних ролей. Саме у цей час відбувається активний пошук власного місця у світі, що часто супроводжується емоційною нестабільністю, конфліктністю та схильністю до ризикованих форм поведінки.

Агресія у підлітків проявляється як у вербальній (образи, погрози, сарказм), так і у фізичній (бійки, руйнування предметів) формах. Вона може бути спрямована як на однолітків, так і на дорослих чи самих себе. Особливе занепокоєння викликає той факт, що агресивна поведінка часто стає способом самоствердження та реакцією на труднощі соціалізації. З огляду на збільшення рівня агресії серед школярів і підлітків, ця проблема потребує глибокого наукового аналізу та пошуку ефективних методів корекції.

Актуальність теми зумовлюється також тим, що агресивна поведінка негативно впливає на навчальний процес, міжособистісні стосунки, розвиток особистості та подальшу соціальну адаптацію. Дослідження чинників, що викликають агресію, дозволить зрозуміти її природу та визначити шляхи профілактики й подолання. Важливим є також розроблення психолого-педагогічних програм, які допоможуть підліткам навчитися конструктивним способам подолання конфліктів і вираження емоцій.

Мета дослідження – виявити особливості поведінкових проявів агресії у підлітків та визначити шляхи її корекції.

Об’єкт дослідження – агресивна поведінка підлітків.

Предмет дослідження – особливості поведінкових проявів агресії у підлітковому віці, їхні причини та можливості корекції.

Відповідно до теми та мети визначено такі **завдання дослідження:**

1. Розкрити теоретичні основи вивчення поведінкових проявів агресії у підлітків.

2. Проаналізувати причини та чинники виникнення агресивної поведінки.

3. Визначити основні види та форми агресії у підлітковому віці.

4. Провести емпіричне дослідження агресивної поведінки серед підлітків.

5. Проаналізувати та інтерпретувати отримані результати.

6. Запропонувати ефективні шляхи та методи психолого-педагогічної корекції агресивної поведінки.

Методи дослідження. У роботі використано комплекс методів:

теоретичні – аналіз, узагальнення й систематизація наукової літератури з проблеми агресії та поведінкових проявів у підлітків;

емпіричні – психодіагностичні методики для визначення рівня та типів агресивності, анкетування, бесіди, спостереження;

методи обробки даних – кількісний та якісний аналіз результатів, порівняльний аналіз.

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося серед учнів закладу загальної середньої освіти (Новофедорівський ліцей Коблівської сільської ради Миколаївської області). У ньому взяли участь підлітки віком від 12 до 15 років.

Теоретична значущість полягає в уточненні уявлень про сутність та структуру агресії у підлітковому віці, що сприяє поглибленню знань про соціально-психологічні механізми її виникнення та прояву.

Практична значущість визначається можливістю використання результатів дослідження у практичній діяльності психологів, педагогів та соціальних працівників для профілактики та корекції агресивної поведінки у підлітків.

Публікації. Пацюк А. В. Психологічні чинники агресії у підлітків: аналіз сучасних теоретичних підходів. Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів : матеріали IX Всеукраїнських психологічних читань. (м. Умань, 14 трав. 2026 р.). Умань. 2026.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКІВ

1.1. Теоретичні основи поведінкових проявів агресії у підлітків

Проблема агресивної поведінки особистості належить до числа найбільш актуальних у сучасній психологічній науці, що зумовлено зростанням соціальної напруженості, міжособистісних конфліктів, інформаційного тиску та психоемоційних перевантажень, особливо серед підліткового віку. Агресія як феномен людської поведінки має складну багаторівневу природу і розглядається в межах різних психологічних підходів, кожен з яких по-своєму пояснює її походження, механізми прояву та функції.

У найзагальнішому розумінні агресія трактується як форма поведінки, спрямована на заподіяння шкоди іншій людині, групі людей або самому собі, яка може проявлятися як у відкритих фізичних діях, так і у вербальних, емоційних або прихованих формах. У психологічній літературі агресія часто розглядається не лише як деструктивне явище, а й як спосіб реагування особистості на фрустрацію, загрозу, стрес або порушення значущих потреб [26, с. 118].

Важливо розрізняти поняття «агресія» та «агресивність». Агресія характеризує конкретні дії або поведінкові акти, тоді як агресивність визначається як відносно стійка особистісна риса, що виражає схильність індивіда до агресивних реакцій у різних життєвих ситуаціях. Таким чином, агресивна поведінка може мати ситуативний характер, тоді як агресивність формується під впливом тривалих соціально-психологічних чинників [5, с. 9].

Поведінкові прояви агресії у підлітків є складним багатофакторним феноменом, який розглядається в межах кількох провідних психологічних теорій. Ці теорії намагаються пояснити джерела агресії, механізми її виникнення та форми прояву в підлітковому віці [7, с. 120].

Біологічні та психодинамічні теорії агресії займають центральне місце в психологічному осмисленні природи агресивної поведінки, оскільки дозволяють розкрити її глибинні, внутрішньо зумовлені механізми. У межах класичного психоаналізу, заснованого З. Фройдом, агресія постає як вроджена складова людської психіки, нерозривно пов'язана з існуванням інстинкту смерті – Танатосу. За фройдівською концепцією, Танатос спрямований на знищення, руйнування та повернення організму до первинного, неорганічного стану. Первісно ця деструктивна енергія спрямована на саму особистість, однак за рахунок функціонування психологічних захисних механізмів вона часто набуває зовнішнього вектора й проявляється у вигляді агресії, спрямованої на інших людей або об'єкти навколишнього світу. Таким чином, агресивна поведінка розглядається як своєрідний спосіб розрядки внутрішньої психічної напруги, зниження рівня тривоги та подолання глибинних внутрішніх конфліктів [39, с. 90].

Особливо актуальною ця концепція є для пояснення агресивних проявів у підлітковому віці, коли внутрішні протиріччя посилюються через інтенсивні процеси формування ідентичності, перебудову системи цінностей, загострення емоційної вразливості та нестабільність самооцінки. Підліток часто стикається з конфліктами між власними бажаннями та соціальними нормами, між прагненням до самостійності та залежністю від дорослих, між ідеалізованим образом «Я» і реальними можливостями. Якщо ці конфлікти не знаходять конструктивного розв'язання, внутрішня напруга може трансформуватися в різні форми агресії – вербальну, фізичну, непряму або аутоагресивну. У цьому контексті агресія виконує компенсаторну функцію, дозволяючи знижувати рівень внутрішньої фрустрації, хоча й у соціально неприйнятний спосіб [42, с. 88].

Етологічний підхід, представлений насамперед працями К. Лоренц, розглядає агресію як вроджений інстинкт виживання, що сформувався в процесі еволюційного розвитку людського виду. Згідно з цією теорією, агресивна поведінка має адаптивний характер і виконує важливі біологічні

функції, пов’язані з самозбереженням, захистом території, підтриманням ієрархії в групі, конкуренцією за ресурси та статевий добір. Агресія, таким чином, не є відхиленням чи патологією, а природним механізмом, який у нормальних умовах регулюється соціальними нормами, культурними обмеженнями та інстинктивними «гальмами» [24, с. 1].

У підлітковому віці, коли особистість перебуває у стані активного соціального й психологічного становлення, агресивні прояви часто посилюються через зіткнення з численними зовнішніми тригерами – конкуренцією в групі однолітків, боротьбою за статус, переживанням несправедливості, загрозою соціальному престижу або відчуттям приниження. З точки зору етології, ці фактори активують вроджені програми агресивного реагування, що можуть проявлятися у формі демонстративної зухвалості, фізичних конфліктів, вербальної агресії або прагнення домінувати над іншими. Водночас у сучасному соціальному середовищі природні механізми «стримування» агресії часто виявляються ослабленими, що підвищує ризик її деструктивних форм [23, с. 16].

Біологічний підхід доповнює психоаналітичну та етологічну перспективи, акцентуючи увагу на нейрофізіологічних і біохімічних передумовах агресивної поведінки. Сучасні дослідження свідчать, що агресія тісно пов’язана з функціонуванням центральної нервової системи, роботою нейромедіаторних систем і гормональним балансом організму. Зокрема, знижений рівень серотоніну в головному мозку асоціюється з ослабленням механізмів самоконтролю, підвищеною імпульсивністю та схильністю до агресивних реакцій. Натомість підвищений рівень норадреналіну й дофаміну може сприяти зростанню збудження, емоційної напруженості та готовності до ризикової поведінки [12, с. 30].

Особливе значення в підлітковому віці має гормональний фактор. Період пубертату супроводжується різким зростанням рівня статевих гормонів, насамперед тестостерону, який пов’язують із підвищенням агресивності, прагненням до домінування та конкурентної поведінки.

Біологічні моделі також підкреслюють роль нерівномірного дозрівання структур головного мозку: лімбічна система, зокрема амігдала, що відповідає за емоційні реакції гніву та страху, дозріває раніше, ніж префронтальна кора, відповідальна за контроль поведінки, планування та прогнозування наслідків. У результаті підлітки можуть гостро переживати емоційні стимули, але ще не володіють достатніми когнітивними ресурсами для повноцінної регуляції власних реакцій, що підвищує ймовірність імпульсивних агресивних дій [21, с. 447].

Таким чином, у межах біологічних і психодинамічних теорій агресія постає як багатовимірне явище, зумовлене взаємодією вроджених інстинктів, внутрішніх психічних конфліктів та фізіологічних механізмів. Агресивна поведінка підлітків у цьому контексті розглядається не лише як результат негативного впливу соціального середовища, а як складний процес, у якому переплітаються біологічні передумови, психодинамічні фактори та вікові особливості розвитку. Усвідомлення цих механізмів має важливе значення для подальшої розробки ефективних психологічних програм профілактики та корекції агресивної поведінки, орієнтованих не лише на зовнішні прояви, а й на глибинні причини цього феномена.

Фрустраційно-агресивні теорії займають важливе місце у психологічному поясненні агресивної поведінки, оскільки акцентують увагу на ролі зовнішніх перешкод і суб'єктивно пережитих труднощів у виникненні агресії. Найвідомішою в цьому напрямі є теорія фрустрації–агресії, сформульована Л. Х'юсманном та його прибічниками, відповідно до якої агресія розглядається як неминучий наслідок фрустрації, тобто ситуації, коли діяльність індивіда блокується або ускладнюється на шляху до досягнення значущої мети. Згідно з первинною версією теорії, кожен акт фрустрації породжує тенденцію до агресивної відповіді, а кожний прояв агресії має своє джерело у фрустрації [38, с. 18].

Фрустрація виникає внаслідок розриву між очікуваннями особистості та реальними можливостями їх реалізації. Вона супроводжується негативними

емоційними станами, зокрема відчуттям роздратування, безсилля, злості, образи або несправедливості. Чим більш значущою є заблокована потреба і чим сильніше усвідомлюється неможливість її задоволення, тим вищою є ймовірність виникнення агресивних реакцій. Агресія у цьому контексті виконує функцію емоційної розрядки та спрямована на зниження внутрішньої напруги [1, с. 1].

Подальший розвиток фрустраційно-агресивної концепції пов'язаний з іменем О. Орос, який суттєво уточнив і доповнив початкові положення теорії. Він підкреслював, що фрустрація не завжди автоматично призводить до агресії, а лише створює певну психологічну готовність або схильність до неї. Реалізація агресивної поведінки, за Берковіцем, залежить від наявності зовнішніх агресивних стимулів або тригерів, які активізують відповідні асоціації та емоційні реакції. Такими тригерами можуть виступати агресивні слова, образи, поведінка інших людей, ситуації загрози або попередній досвід агресивних взаємодій. Таким чином, агресія є результатом взаємодії внутрішнього стану фрустрованості та зовнішніх умов, що сприяють вибору агресивної моделі реагування [33, с. 140].

Особливого значення фрустраційно-агресивний підхід набуває в контексті аналізу агресивної поведінки підлітків. Підлітковий вік характеризується високою чутливістю до соціальних обмежень, оцінок і вимог оточення, а також посиленням потреб у самоствердженні, автономії, визнанні та належності до значущих груп. Неможливість реалізувати ці потреби – через контроль з боку дорослих, навчальні невдачі, соціальну нерівність, конфлікти з однолітками або відсутність підтримки – часто стає потужним джерелом фрустрації. У таких умовах агресивна поведінка може виступати як реакція на переживане психологічне напруження та як спроба відновити відчуття контролю над ситуацією [40, с. 121].

Характерною особливістю підліткової агресії в межах цієї теорії є її імпульсивність та емоційна насиченість. Нерідко агресія спрямовується не безпосередньо на джерело фрустрації, а на більш доступні або безпечні

об’єкти, що зумовлює появу зміщеної агресії. Вона може проявлятися у формі вербальних нападів, зухвалої поведінки, протестних дій, демонстративного порушення правил або міжособистісних конфліктів. У деяких випадках фрустрація може призводити до аутоагресивних проявів, що свідчить про внутрішню спрямованість негативних емоцій [28, с. 1].

Таким чином, фрустраційно-агресивні теорії дозволяють розглядати агресивну поведінку не лише як результат вроджених біологічних імпульсів або стабільних особистісних рис, а як динамічну реакцію на труднощі, обмеження та соціально значущі перешкоди. У практичному вимірі цей підхід підкреслює важливість створення для підлітків умов, що зменшують рівень хронічної фрустрації, забезпечують можливості для самореалізації, підтримки та конструктивного подолання труднощів. Усвідомлення ролі фрустрації як передумови агресії є важливим для розроблення ефективних профілактичних і корекційних програм, спрямованих на зниження агресивних проявів у підлітковому середовищі.

Когнітивно-поведінкові та соціально-психологічні теорії агресії розглядають агресивну поведінку як результат активної взаємодії особистості із соціальним середовищем, наголошуючи на ролі навчання, мислення, інтерпретації подій та свідомої регуляції поведінки. На відміну від біологічних і психодинамічних підходів, у центрі уваги цих теорій перебуває не вроджена природа агресії, а ті соціальні, когнітивні та поведінкові механізми, через які агресивні реакції формуються, закріплюються й підтримуються в процесі життєдіяльності підлітка [35, с. 141].

Однією з найвпливовіших у цьому напрямі є теорія соціального навчання С. Куліда, відповідно до якої агресія не є виключно інстинктивною чи біологічно зумовленою, а формується у процесі засвоєння соціального досвіду. Центральним механізмом тут виступає спостереження за поведінкою значущих моделей. Підлітки засвоюють агресивні форми реагування, спостерігаючи за батьками, однолітками, авторитетними дорослими, а також персонажами засобів масової інформації, комп’ютерних ігор і соціальних

мереж. Якщо агресивна поведінка демонструється моделлю як ефективний або соціально схвалюваний спосіб досягнення мети, вона стає привабливою для наслідування [22, с. 1].

Важливу роль у закріпленні агресивної поведінки відіграє підкріплення. Якщо агресивні дії приносять бажаний результат – перемогу в конфлікті, здобуття статусу серед однолітків, уникнення покарання або увагу з боку оточення – ймовірність повторення такої поведінки значно зростає. Особливу небезпеку становлять випадки, коли агресія підлітка залишається без негативних наслідків або навіть опосередковано заохочується, що формує стійкі агресивні патерни поведінки. Водночас відсутність чітких соціальних санкцій за агресивні вчинки призводить до зниження внутрішніх обмежень і контролю [7, с. 25].

На відміну від класичних біхевіористичних концепцій, М. Козак підкреслював роль саморегуляції та свідомості. Підлітки не лише копіюють поведінку інших, а й активно оцінюють її з позиції власних моральних норм і переконань. Разом із тим у процесі формування агресивної поведінки можуть задіюватися механізми так званого морального відключення, коли індивід виправдовує власну агресію, мінімізує шкоду від своїх дій або перекладає відповідальність на жертву. Це може проявлятися у дегуманізації опонента, раціоналізації насильства або знеціненні наслідків агресивних вчинків [19, с. 101].

Когнітивно-оцінювальна теорія М. Денисова акцентує увагу на проміжній ланці між зовнішнім стимулом і поведінковою реакцією – когнітивних процесах інтерпретації ситуації. Згідно з цією концепцією, агресивна поведінка виникає не стільки внаслідок самого факту фрустрації чи негативної події, скільки через те, як підліток осмислює та оцінює соціальну взаємодію. Ключовим чинником тут виступають когнітивні схеми та установки, що формуються на основі життєвого досвіду [13, с. 48].

Агресивні підлітки часто характеризуються наявністю ворожих атрибутивних упереджень, тобто схильністю приписувати іншим людям

негативні наміри навіть у ситуаціях, які є нейтральними або двозначними. За такої інтерпретації будь-яка дія з боку оточення може сприйматися як загроза, образа чи провокація, що автоматично активізує агресивну реакцію як спосіб самозахисту. Подібні когнітивні викривлення особливо часто виникають у підлітків із негативним соціальним досвідом, низьким рівнем довіри до оточення або тривалим перебуванням у конфліктному середовищі [3, с. 1].

Таким чином, у межах когнітивно-поведінкових і соціально-психологічних теорій агресія розглядається як результат набутих моделей поведінки, когнітивних інтерпретацій та соціального досвіду. Агресивна поведінка постає не фатально зумовленою, а такою, що може змінюватися за умови корекції мисленнєвих установок, розвитку навичок саморегуляції, соціальної компетентності та формування альтернативних, конструктивних способів реагування на складні життєві ситуації. Це робить зазначені теорії особливо значущими для психологічної профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків у освітньому середовищі.

Соціально-рольові теорії агресії зосереджуються на впливі групового контексту, соціальних ролей та ситуаційних чинників на поведінку особистості. Однією з найбільш відомих і концептуально значущих у цьому напрямі є теорія деіндивідуалізації, запропонована С. Ворона. Згідно з цією теорією, перебування індивіда в умовах групи, особливо великої, анонімної або емоційно збудженої, може призводити до зниження рівня особистісної самосвідомості, самоконтролю та відчуття персональної відповідальності за власні вчинки [9, с. 295].

У стані деіндивідуалізації увага підлітка зміщується з внутрішніх моральних норм і цінностей на зовнішні стимули та імпульси групи. Відчуття анонімності, «розчинення» у масі, а також усвідомлення того, що відповідальність за поведінку розподіляється між усіма членами групи, знижують внутрішні психологічні бар’єри, які зазвичай стримують агресивні імпульси. У таких умовах підлітки можуть дозволяти собі дії, що суперечать

їхнім звичним уявленням про допустиме, зокрема прояви фізичної або вербальної агресії, жорстокості, вандалізму чи цькування [10, с. 17].

Особливо яскраво механізми деіндивідуалізації проявляються у підліткових групах з високим рівнем емоційного напруження або чіткою ієрархічною структурою, таких як неформальні угрупування, компанії з девіантною спрямованістю, масові заходи чи конфліктні ситуації в освітньому середовищі. Прагнення бути прийнятим групою, страх виключення або бажання підвищити власний статус всередині колективу спонукають підлітка підлаштовувати свою поведінку під домінантні норми групи, навіть якщо вони мають агресивний характер [2, с. 175].

Важливу роль у цьому процесі відіграє соціальна роль, яку підліток виконує в межах групи. Ототожнення себе з певною роллю – «лідера», «сильного», «захисника», «бунтаря» – може сприяти закріпленню агресивних моделей поведінки як очікуваних і соціально схвалених у конкретному мікросоціальному середовищі. У таких випадках агресія перестає сприйматися як особистий вибір і починає розглядатися як вимога ролі чи умова приналежності до групи [18, с. 56].

З точки зору теорії деіндивідуалізації, агресивна поведінка підлітків зумовлюється не стільки стійкими особистісними рисами, скільки впливом ситуаційних і соціально-психологічних чинників. Це пояснює, чому в індивідуальних умовах той самий підліток може демонструвати адекватну, соціально прийнятну поведінку, тоді як у групі – проявляти високий рівень агресивності та імпульсивності [30, с. 142].

У практичному аспекті соціально-рольові теорії, зокрема концепція деіндивідуалізації, підкреслюють важливість профілактики агресії шляхом формування у підлітків відповідального ставлення до власних вчинків, розвитку самосвідомості, навичок рефлексії та усвідомлення наслідків колективної поведінки. В освітньому середовищі це вимагає цілеспрямованої роботи з груповою динамікою, формування позитивних соціальних ролей та

створення таких умов, за яких особистість не втрачає відчуття індивідуальної значущості й відповідальності навіть у межах групи [37, с. 64].

Таким чином, узагальнення наукових підходів дозволяє стверджувати, що агресія є складним психологічним феноменом, який має різні джерела та форми прояву. Для підліткового віку агресивна поведінка часто є способом емоційного самовираження, реагування на внутрішні та зовнішні конфлікти, а також формою взаємодії із соціальним середовищем. Усвідомлення теоретичних основ агресії створює методологічне підґрунтя для аналізу її видів, форм і механізмів прояву, що буде розглянуто в наступному підрозділі.

1.2. Причини та чинники виникнення агресивної поведінки

Агресивна поведінка особистості формується і проявляється під впливом складної системи взаємопов’язаних чинників, серед яких важливу роль відіграють біологічні, психологічні та соціальні умови розвитку індивіда. У сучасній психологічній науці агресія не розглядається як результат дії лише одного фактора; навпаки, вона трактуються як багатовимірне явище, зумовлене поєднанням особистісних характеристик та впливів соціального середовища.

Однією з груп чинників виникнення агресивної поведінки є біологічні та психофізіологічні особливості особистості. До них належать спадкові передумови, тип нервової системи, рівень збудливості, імпульсивність, особливості гормонального фону. Особливо вираженим вплив цих чинників стає у підлітковому віці, коли відбувається гормональна перебудова організму, що супроводжується підвищеною емоційною реактивністю, зниженням здатності до самоконтролю та частими перепадами настрою. У таких умовах навіть незначні зовнішні подразники можуть провокувати агресивні реакції [36, с. 138].

Значний вплив на формування агресивної поведінки мають психологічні чинники, пов’язані з особливостями внутрішнього світу особистості. До них

належать низька самооцінка, підвищена тривожність, емоційна нестабільність, фрустрація базових потреб (у визнанні, безпеці, прийнятті), а також недостатній розвиток навичок емоційної саморегуляції. Агресія в таких випадках виступає як спосіб психологічного захисту або як форма компенсації внутрішніх переживань, невпевненості у собі, почуття несправедливості чи безсилля [20, с. 22].

Важливе місце у виникненні агресивної поведінки займають сімейні чинники. Стиль сімейного виховання, характер взаємин між батьками та дитиною, емоційний клімат у сім'ї мають безпосередній вплив на формування моделей поведінки. Авторитарний або, навпаки, надмірно ліберальний стиль виховання, жорстокість, емоційне відчуження, відсутність чітких меж і правил, часті конфлікти між дорослими можуть сприяти формуванню агресивних форм реагування. Діти і підлітки часто копіюють поведінку значущих дорослих, засвоюючи агресію як допустимий або ефективний спосіб взаємодії [29, с. 237].

Не менш значущими є соціальні чинники, зумовлені впливом ширшого соціального середовища. До них належать взаємини з однолітками, статус у групі, досвід соціального відкидання або булінгу, тиск групових норм. Агресивна поведінка може виникати як спосіб самоствердження, боротьби за авторитет або реакція на приниження й соціальну несправедливість. У підлітковому середовищі агресія іноді набуває форми групової поведінки, посилюючись механізмами наслідування та конформізму [41, с. 29].

Окрему групу утворюють інформаційно-культурні чинники, пов'язані з впливом засобів масової інформації та цифрового простору. Часте споживання контенту, що містить сцени насильства, агресії, приниження, може сприяти десенсибілізації емоційної сфери та формуванню толерантного ставлення до агресивних дій. Для підлітків, які перебувають на етапі формування ціннісних орієнтацій, такі впливи є особливо небезпечними, оскільки можуть спотворювати уявлення про соціально прийнятні способи розв'язання конфліктів [32, с. 485].

Важливу роль у формуванні агресивної поведінки відіграють також ситуативні чинники, зокрема стресові обставини, перевантаження навчальною діяльністю, хронічна втома, нестача сну, психоемоційне напруження. У таких умовах знижується ефективність механізмів самоконтролю, що підвищує ймовірність імпульсивних та агресивних реакцій [8, с. 208].

Останніми роками у вітчизняній та зарубіжній психології проведено значну кількість досліджень, присвячених вивченню агресії у підлітковому віці, що зумовлено зростанням частоти агресивних проявів серед молоді та ускладненням їхніх форм [5; 24; 31; 39]. У результаті наукових пошуків ученим вдалося виокремити низку чинників, які істотно підвищують ризик формування агресивної поведінки, серед яких особливе місце займають травматичні події особистісного та сімейного характеру.

Травматичні події, з якими стикається підліток, мають потужний деструктивний вплив на його емоційний стан і психологічну рівновагу. Смерть або тяжка хвороба близької людини часто стає для підлітка джерелом глибокого горя, відчуття втрати, безпорадності та емоційної порожнечі. За умов недостатньої емоційної підтримки з боку дорослих ці переживання можуть трансформуватися у внутрішню напругу, злість або ворожість, які з часом знаходять вихід у формі агресивних реакцій [25, с. 103].

Розлучення батьків є ще одним серйозним психотравмувальним чинником, що дестабілізує психологічний стан підлітка. Порушення звичного сімейного укладу, конфлікти між батьками, почуття покинутості чи провини можуть спричиняти хронічний стрес, емоційну нестабільність і зниження рівня довіри до оточення. У таких умовах агресивна поведінка нерідко виконує захисну функцію, стаючи способом вираження протесту, болю або прихованої образи [15, с. 52].

Особливо небезпечним фактором є систематичні знущання з боку старших братів, сестер або однолітків, включно з фізичним, вербальним чи психологічним насильством. Досвід тривалого приниження, страху й соціального відчуження формує у підлітків високий рівень внутрішнього

напруження та почуття несправедливості. Це може призводити як до зовнішньо спрямованої агресії, спрямованої на слабших або більш уразливих осіб, так і до аутоагресивних форм поведінки [16, с. 84].

Не менш вагомим чинником є перебування підлітка у ролі свідка насилля або постійних конфліктів у сім'ї. Спостереження за агресивними моделями взаємодії між дорослими нормалізує насильство як допустимий спосіб розв'язання проблем і міжособистісних суперечностей. У таких умовах агресія засвоюється як звична форма поведінки, що надалі переноситься у взаємини з однолітками та іншими соціальними групами [33, с. 105].

Таким чином, травматичні події відіграють ключову роль у формуванні агресивної поведінки підлітків, оскільки порушують базове відчуття безпеки, емоційної стабільності та довіри до світу. За відсутності своєчасної психологічної підтримки та корекційної роботи агресія може закріплюватися як стійка поведінкова стратегія реагування на стресові та фрустраційні ситуації. Це підкреслює необхідність комплексного підходу до вивчення й профілактики агресивних проявів з урахуванням життєвого досвіду та травматичних переживань підлітка.

Насилля, як фізичне, так і емоційне, є одним із найпотужніших чинників формування агресивної поведінки у підлітковому віці. Досвід насильницького поводження глибоко травмує психіку підлітка, порушує базове відчуття безпеки та довіри до оточення, що негативно позначається на емоційному та поведінковому розвитку особистості. Підлітки, які зазнають насилля, часто переживають інтенсивні почуття злості, образи, страху й безсилля. Ці емоції можуть накопичуватися та не знаходити конструктивного виходу, особливо якщо насилля має систематичний характер або походить від значущих дорослих чи авторитетних осіб [4, с. 62].

Важливою психологічною особливістю таких ситуацій є переживання почуття сорому, яке супроводжує жертву насилля. Підліток може вважати себе винним у тому, що з ним сталося, або боятися осуду, нерозуміння чи покарання з боку оточення. Саме сором часто стає внутрішнім бар'єром, який

перешкоджає зверненню по допомогу до батьків, педагогів або фахівців. Неможливість відкрито проговорити власні переживання призводить до внутрішнього напруження, емоційної ізоляції та зростання фрустрації [17].

У таких умовах агресія нерідко стає способом психологічного захисту й непрямого вираження пригнічених емоцій. Вона може набувати різних форм – від вербальних спалахів і дратівливості до фізичних проявів жорстокості або деструктивної поведінки. Агресивні реакції в цьому разі є не свідомим прагненням нашкодити, а наслідком глибокого внутрішнього конфлікту та невміння конструктивно опрацювати травматичний досвід. Таким чином, насилля виступає не лише прямим джерелом агресивної поведінки, а й чинником, що опосередковано сприяє її закріпленню через механізми емоційного витіснення, сорому та психологічної ізоляції підлітка [8, с. 209].

Психічні розлади є ще одним суттєвим чинником, що може зумовлювати виникнення та посилення агресивної поведінки у підлітковому віці. Підлітковий період сам по собі є психологічно вразливим етапом розвитку, а наявність психічних порушень значно ускладнює процес емоційної саморегуляції, контролю імпульсів і адекватного реагування на зовнішні події. У таких умовах агресія часто виступає як зовнішній прояв внутрішнього психологічного неблагополуччя [14, с. 136].

Зокрема, при біполярному афективному розладі агресивна поведінка може проявлятися під час маніакальних або гіпоманіакальних фаз, коли спостерігається підвищена збудливість, дратівливість, імпульсивність і знижена критичність до власних дій. Підлітки в такому стані можуть гостро реагувати на незначні подразники, вступати в конфлікти та демонструвати вербальну або фізичну агресію, не усвідомлюючи наслідків своєї поведінки.

Панічні атаки та тривожні розлади також можуть супроводжуватися агресивними проявами, хоча вони носять переважно реактивний характер. В умовах сильного страху, відчуття загрози або втрати контролю підліток може реагувати агресивно як на спробу захиститися або припинити джерело психологічного дискомфорту. Такі реакції часто є імпульсивними й

спрямованими на оточення, яке суб’єктивно сприймається як небезпечне [22, с. 1].

У разі шизофренії або інших психотичних розладів агресивна поведінка може бути пов’язана з порушенням сприйняття реальності, наявністю маревних ідей або галюцинацій. Підліток здатний інтерпретувати дії інших як ворожі чи загрозливі, що провокує агресивні дії з метою уявного самозахисту. Важливо підкреслити, що в таких випадках агресія є наслідком захворювання, а не свідомого наміру завдати шкоди [25, с. 101].

Депресивні розлади у підлітків також можуть супроводжуватися агресією, хоча традиційно депресію пов’язують із пасивністю та пригніченим настроєм. У підлітковому віці депресія часто має атипові форми та проявляється через дратівливість, спалахи гніву, негативізм і ворожість до оточення. Агресія в цьому випадку може бути спрямована як назовні, так і на самого себе, що підвищує ризик аутоагресивної поведінки [35, с. 141].

Особливу увагу слід приділити посттравматичному стресовому розладу, який виникає внаслідок пережитих психотравмувальних подій. Для підлітків із ПТСР характерні підвищена збудливість, гіперреактивність, труднощі з контролем емоцій і різкі агресивні реакції на стимули, що асоціюються з минулою травмою. Агресія в цьому разі є наслідком постійної готовності до «боротьби або втечі», яка зберігається навіть у безпечних умовах [39, с. 52].

Таким чином, психічні розлади істотно підвищують ймовірність агресивної поведінки у підлітковому віці, оскільки порушують механізми емоційної регуляції, когнітивної оцінки та контролю поведінки. Це актуалізує необхідність раннього виявлення психічних порушень, своєчасної психологічної та психіатричної допомоги, а також тісної міждисциплінарної взаємодії педагогів, психологів і медичних фахівців у роботі з агресивними підлітками.

Проблеми зі здоров’ям також можуть відігравати суттєву роль у формуванні та прояві агресивної поведінки в підлітковому віці. Наявність соматичних або неврологічних порушень часто впливає не лише на фізичний

стан дитини, а й на емоційну сферу, здатність до самоконтролю, адекватного сприйняття ситуацій і регуляції поведінки. У таких випадках агресія виступає не як навмисна соціально негативна дія, а як наслідок органічних чи функціональних порушень [24, с. 1].

Пошкодження головного мозку, зокрема черепно-мозкові травми або органічні ураження центральної нервової системи, можуть призводити до порушень емоційної стабільності, імпульсивності, зниження здатності контролювати реакції та прогнозувати наслідки власних вчинків. Підлітки з такими порушеннями можуть швидко впадати у стан збудження, реагувати агресивно на незначні подразники та мати труднощі у взаємодії з однолітками й дорослими [6, с. 52].

Епілепсія та деякі інші неврологічні захворювання також здатні супроводжуватися агресивними проявами. Це може бути пов’язано як із безпосереднім впливом захворювання на мозкові структури, що відповідають за контроль поведінки та емоцій, так і з психологічними чинниками – страхом перед нападами, соціальною стигматизацією, підвищеною тривожністю та відчуттям власної неповноцінності. У такому стані агресія слугує способом емоційної розрядки або захисною реакцією [17, с. 1].

У підлітків із розумовою відсталістю агресивна поведінка часто зумовлена обмеженими когнітивними можливостями, недостатньо сформованими навичками соціальної взаємодії та труднощами у вербальному вираженні власних почуттів і потреб. Неможливість зрозуміти вимоги оточення або донести власні бажання нерідко призводить до фрустрації, яка трансформується в агресивні дії. У цьому випадку агресія є своєрідною формою комунікації [34, с. 68].

Синдром Туретта, що характеризується наявністю моторних і вокальних тиків, інколи супроводжується імпульсивністю, підвищеною дратівливістю та труднощами поведінкової регуляції. Часті зауваження з боку дорослих і однолітків, нерозуміння особливостей захворювання можуть викликати у

підлітка емоційне напруження, внутрішній протест і, як наслідок, агресивні реакції [43, с. 337].

Важливо зазначити, що за умови своєчасного та комплексного медичного обстеження, правильно підібраного лікування й психолого-педагогічного супроводу прояви агресивної поведінки, зумовлені проблемами зі здоров'ям, можуть бути значно зменшені або скориговані. Поєднання медикаментозної терапії, психологічної допомоги, корекційно-розвивальної роботи та підтримки з боку сім'ї й освітнього закладу сприяє покращенню адаптації підлітка, розвитку навичок самоконтролю та формуванню соціально прийнятних форм поведінки [5, с. 202].

Синдром дефіциту уваги з гіперактивністю (СДУГ) та різні розлади навчання є важливими чинниками ризику розвитку агресивної поведінки в підлітковому віці. Підлітки з СДУГ зазвичай характеризуються підвищеною імпульсивністю, труднощами концентрації уваги, гіперактивністю та зниженим рівнем самоконтролю. Ці особливості істотно ускладнюють процес регуляції поведінки, взаємодію з однолітками й дорослими, а також успішну адаптацію до шкільного середовища [32, с. 486].

Унаслідок постійних зауважень з боку вчителів, вимог до дисциплінованості та високої концентрації уваги, підлітки із СДУГ часто перебувають у стані хронічного емоційного напруження. Вони нерідко стикаються з нерозумінням, осудом або негативною оцінкою власної поведінки, що поступово формує почуття фрустрації, занижену самооцінку та внутрішній протест. У таких умовах агресія виступає як імпульсивна реакція на стрес або як спосіб захисту від психологічного дискомфорту [45, с. 88].

Імпульсивність, характерна для підлітків із СДУГ, призводить до того, що агресивні дії часто виникають раптово, без попереднього обдумування наслідків. Такі підлітки можуть різко реагувати на незначні подразники, конфліктувати з однолітками, проявляти вербальну або фізичну агресію у відповідь на зауваження чи обмеження. При цьому агресивна поведінка

зазвичай не має цілеспрямованого або злонаміреного характеру, а є результатом труднощів поведінкової регуляції [40, с. 121].

Розлади навчання, зокрема дислексія, дисграфія або дискалькулія, також можуть сприяти формуванню агресивних реакцій. Постійні труднощі у засвоєнні навчального матеріалу, відставання від ровесників і переживання власної неспроможності часто викликають у підлітків почуття сорому, тривоги та розчарування. За відсутності належної підтримки ці емоції можуть трансформуватися в опозиційність, дратівливість і агресивну поведінку як форму компенсації або самоствердження.

Важливим аспектом є те, що агресивні прояви у підлітків із СДУГ та розладами навчання можуть бути суттєво зменшені за умов раннього виявлення проблеми й комплексного підходу до її подолання. Ефективними є поєднання психолого-педагогічної допомоги, індивідуалізації навчання, розвитку навичок емоційної саморегуляції, а в окремих випадках – медикаментозної підтримки. Таким чином, агресивність у цієї категорії підлітків слід розглядати не як рису характеру, а як сигнал про наявність труднощів, що потребують цілеспрямованої корекційної та підтримувальної роботи [37, с. 98].

Залежності в підлітковому віці є одним із серйозних чинників формування та посилення агресивної поведінки. Експериментування з алкоголем, наркотичними речовинами або психоактивними препаратами часто починається як спроба самоствердження, наслідування однолітків, подолання внутрішньої тривоги чи втечі від проблем. Проте поступове зловживання такими речовинами або формування залежності істотно змінює поведінку, емоційну сферу та систему цінностей підлітка [23, с. 38].

Алкоголь і наркотики негативно впливають на центральну нервову систему, знижуючи здатність до самоконтролю, критичного мислення та прогнозування наслідків власних дій. У стані сп’яніння або наркотичної інтоксикації підлітки стають більш імпульсивними, дратівливими, схильними до різких емоційних реакцій. Навіть незначні подразники можуть викликати

сплески вербальної чи фізичної агресії, конфлікти з однолітками, батьками та педагогами [16, с. 103].

Окрім безпосереднього впливу психоактивних речовин, агресивна поведінка може посилюватися внаслідок абстинентного синдрому, коли організм переживає дефіцит звичної речовини. У такі періоди підлітки часто відчувають сильну тривогу, роздратування, внутрішній дискомфорт, що проявляється у вибухових формах агресії. Агресія в цьому випадку стає способом швидкого емоційного розрядження та зменшення психічної напруги.

Соціальні наслідки залежностей також сприяють розвитку агресивності. Поступове погіршення навчальних досягнень, конфлікти в сім'ї, втрата довіри з боку дорослих, труднощі у спілкуванні з «не залежними» однолітками призводять до соціальної ізоляції та маргіналізації підлітка. У відповідь на відчуття відторгнення або осуду агресивна поведінка може виконувати захисну функцію, демонструючи силу або незалежність [4, с. 65].

Особливо небезпечною є комбінація залежностей із іншими чинниками ризику, такими як неблагополучне сімейне середовище, насилля, психічні розлади або низький рівень соціальної підтримки. У таких умовах агресія може набути системного характеру та перейти у стійкі девіантні форми поведінки.

Таким чином, залежності у підлітковому віці не лише шкодять фізичному та психічному здоров'ю, а й істотно підвищують імовірність агресивних проявів. Профілактика хімічних залежностей, раннє виявлення ризикованої поведінки, психоосвітня робота з підлітками та сім'ями є важливими умовами зниження рівня агресивності й забезпечення повноцінного психологічного розвитку особистості.

Тиск із боку однолітків є одним із найпотужніших соціально-психологічних чинників формування агресивної поведінки у підлітковому віці. У цей період значно зростає потреба в належності до групи, визнанні, підтримці та схваленні з боку ровесників. Для підлітка думка однолітків часто

стає більш значущою, ніж оцінки дорослих, а соціальний статус у групі – важливим показником власної цінності [10, с. 13].

Коли підліток не знаходить прийняття в колективі, стикається з ігноруванням, насмішками, відторгненням або булінгом, це викликає глибоке почуття емоційної напруги, самотності та фрустрації. Нереалізована потреба в соціальній приналежності нерідко супроводжується почуттям гніву, образи та безсилля. У таких умовах агресія може стати своєрідним психологічним захисним механізмом, спрямованим на компенсацію заниженої самооцінки та відновлення відчуття контролю над ситуацією [19, с. 102].

Окрім цього, прагнучи відповідати груповим очікуванням, підлітки можуть демонструвати агресивні моделі поведінки як засіб самоствердження або спосіб завоювання авторитету серед однолітків. У деяких групах агресивність, ризикована або зухвала поведінка сприймається як прояв «сили», «сміливості» чи «дорослості». У такому разі тиск із боку однолітків стимулює підлітка до агресивних дій навіть всупереч власним моральним переконанням.

Особливо вразливими до негативного впливу групи є підлітки з низькою самооцінкою, недостатньо сформованими навичками саморегуляції та соціальної компетентності. Вони частіше використовують агресію як спосіб привернення уваги або захисту від відчуття соціальної неповноцінності. Водночас агресивна поведінка нерідко призводить до ще більшого відторгнення з боку ровесників, що формує замкнене коло соціальної ізоляції та зростання агресивних проявів [34, с. 68].

Отже, тиск однолітків відіграє значну роль у виникненні та підтриманні агресивної поведінки підлітків. Створення безпечного психологічного клімату в колективі, розвиток соціальних навичок, емпатії та толерантності, а також підтримка з боку дорослих є важливими умовами попередження агресії та забезпечення гармонійної соціалізації підлітків.

Низька самооцінка є одним із внутрішніх психологічних чинників, що істотно впливають на формування агресивної поведінки у підлітковому віці. У

період підліткового розвитку відбувається інтенсивне становлення образу «Я», зростає чутливість до оцінки з боку оточення, особливо однолітків. Підлітки з низькою самооцінкою часто сприймають себе як недостатньо значущих, неспроможних чи гірших за інших, що супроводжується почуттям невпевненості, внутрішньої напруги та емоційного дискомфорту [11, с. 47].

У такому психологічному стані агресія може виступати як спосіб компенсації почуття власної неповноцінності. Демонструючи агресивну поведінку, підліток прагне утвердити себе, привернути увагу або здобути повагу в очах ровесників. Особливо часто це проявляється в групових ситуаціях, де статус і визнання відіграють ключову роль. Агресивні дії дозволяють тимчасово відчути себе сильнішим, значущішим або впливовішим, що створює ілюзію впевненості в собі [40, с. 118].

Крім того, підлітки з низькою самооцінкою нерідко характеризуються підвищеною чутливістю до критики й насмішок. Навіть нейтральні зауваження вони можуть сприймати як особисту образу або загрозу власній гідності. У таких випадках агресія стає захисною реакцією, спрямованою на попередження можливого приниження чи відторгнення. Водночас невміння конструктивно виражати негативні емоції та відсутність навичок саморегуляції підсилюють ймовірність агресивних проявів [22, с. 1].

Слід зазначити, що агресивна поведінка, зумовлена низькою самооцінкою, має замкнений характер. З одного боку, вона спрямована на підвищення власної значущості, а з іншого – часто призводить до негативної реакції з боку однолітків і дорослих, що ще більше знижує самооцінку підлітка. У результаті формується стійкий негативний поведінковий шаблон, який ускладнює процес соціальної адаптації та міжособистісної взаємодії.

Таким чином, низька самооцінка є вагомим психологічним чинником агресивної поведінки підлітків. Подолання агресії в цьому випадку потребує комплексного підходу, спрямованого на розвиток адекватної самооцінки, формування позитивного образу «Я», навичок емоційної саморегуляції та конструктивного спілкування з однолітками.

Отже, агресивна поведінка не є випадковим або ізольованим явищем, а формується під впливом комплексу взаємопов'язаних причин і чинників. Розуміння цієї багатофакторної природи агресії є необхідною умовою для коректного аналізу її різновидів, форм прояву та розробки ефективних психологічних методів профілактики й корекції агресивної поведінки підлітків, що буде розглянуто в наступних підрозділах роботи.

1.3. Характеристика видів та форм агресії

Агресія як психологічне явище є багатогранним і поліморфним феноменом, що проявляється у різних формах та має відмінні психологічні механізми виникнення. У сучасній психології агресивна поведінка розглядається не лише як відкрита форма насильницьких дій, а як широкий спектр реакцій, спрямованих на заподіяння шкоди іншій особі, групі осіб або навіть самому собі. Для ґрунтовного аналізу агресивної поведінки необхідним є чітке розмежування її видів і форм, що дозволяє глибше зрозуміти причини, механізми та наслідки агресії.

Класифікація агресії за спрямованістю має важливе теоретичне й практичне значення для розуміння психологічних механізмів агресивної поведінки, особливо в підлітковому віці. За цим критерієм агресивні прояви традиційно поділяють на зовнішню (екстернальну) та внутрішню (інтернальну) агресію, кожна з яких має свої особливості виникнення, прояву та наслідки для психічного розвитку особистості [24, с. 1].

Зовнішня, або екстернальна, агресія спрямована на інших людей, соціальні групи або об'єкти навколишнього середовища. Вона є найбільш помітною формою агресивної поведінки, оскільки має відкриті поведінкові прояви й часто стає причиною соціальних конфліктів. У підлітковому віці екстернальна агресія може проявлятися у фізичних діях (бійки, штовхання, пошкодження майна), вербальній агресії (образи, погрози, приниження,

саркастичні висловлювання), а також у формах соціальної агресії, таких як демонстративна зневага, ігнорування, бойкот, поширення чуток чи публічне приниження однолітків. Нерідко така агресія використовується підлітками як спосіб самоствердження, здобуття авторитету в групі або захисту власного статусу в умовах конкуренції та соціального тиску [18, с. 57].

Екстернальна агресія часто пов’язана з імпульсивністю, низьким рівнем самоконтролю та недостатньо сформованими навичками конструктивного розв’язання конфліктів. Вона може посилюватися під впливом фрустрації, несправедливого ставлення, педагогічних або сімейних конфліктів, а також негативних прикладів поведінки значущих дорослих чи однолітків. За відсутності своєчасної психологічної корекції зовнішня агресія може закріплюватися як стійкий спосіб реагування на труднощі, що ускладнює соціальну адаптацію підлітка та підвищує ризик девіантної поведінки [10, с. 16].

Внутрішня, або інтернальна, агресія спрямована на самого себе й має значно менш очевидні зовнішні прояви. Вона може виражатися у формах аутоагресії, самозвинувачення, самопринижения, внутрішнього самопокарання, негативного образу «Я», а також у свідомому або несвідомому завданні шкоди власному фізичному чи психічному здоров’ю. До проявів внутрішньої агресії також належать самоізоляція, відмова від соціальних контактів, ризикована поведінка, зловживання психоактивними речовинами, порушення харчової поведінки, а в більш тяжких випадках – самопошкодження та суїцидальні думки [13, с. 51].

У підлітковому віці інтернальна агресія часто формується внаслідок пригнічених емоцій, неможливості відкрито виражати гнів чи протест, страху покарання або відторгнення. Підлітки, які не знаходять підтримки в сім’ї чи серед однолітків, нерідко спрямовують агресивні імпульси всередину, що супроводжується накопиченням психологічної напруги. Особливу роль у розвитку внутрішньої агресії відіграють низька самооцінка, перфекціоністські установки та підвищена потреба у схваленні з боку значущих інших [34, с. 65].

Небезпека внутрішньої агресії полягає в тому, що вона часто залишається непоміченою педагогами та батьками, оскільки не порушує безпосередньо соціальних норм і не викликає відкритих конфліктів. Водночас її наслідки можуть бути надзвичайно серйозними, оскільки вона тісно пов’язана з розвитком тривожних і депресивних розладів, емоційним вигоранням, зниженням життєстійкості та порушенням процесу особистісного становлення [13, с. 52].

Таким чином, поділ агресії на зовнішню та внутрішню дозволяє глибше зрозуміти різноманітність агресивних проявів у підлітковому віці та їхній вплив на психічний розвиток особистості. Це має істотне практичне значення для побудови ефективних програм профілактики та психологічної корекції агресивної поведінки, що повинні враховувати як відкриті, так і приховані форми агресії та спрямовуватися на розвиток емоційної регуляції, адекватної самооцінки й конструктивних способів взаємодії з оточенням.

Агресія за формою прояву є одним із найпоширеніших і найбільш наочних критеріїв класифікації агресивної поведінки, оскільки саме форма дозволяє безпосередньо спостерігати та фіксувати агресивні дії в міжособистісній взаємодії. Відповідно до цього підходу розрізняють фізичну та вербальну агресію, які мають різний ступінь інтенсивності, соціальної прийнятності та психологічних наслідків, особливо у підлітковому віці.

Фізична агресія проявляється у відкритих діях, безпосередньо спрямованих на заподіяння фізичної шкоди іншій людині, тваринам або об’єктам навколишнього середовища. До її типових проявів належать удари, штовхання, бійки, підніжки, захоплення, застосування фізичної сили, а також руйнування або навмисне псування чужого майна. У підлітковому середовищі фізична агресія часто виникає імпульсивно, на тлі емоційного збудження, почуття образи, гніву чи фрустрації, а також може виступати способом демонстрації сили та домінування в групі однолітків. Незважаючи на те, що ця форма агресії є найбільш помітною та зазвичай викликає негайну реакцію з боку дорослих, вона не завжди є найпоширенішою. Проте саме фізична агресія

несе найбільшу загрозу фізичному та психологічному благополуччю як агресора, так і жертви, оскільки може призводити до травм, формування страхів, відчуття небезпеки та порушення соціальних взаємин [34, с. 62].

Вербальна агресія проявляється через мовлення й комунікацію та включає словесні образи, крики, погрози, приниження, глузування, саркастичні зауваження, насмішки, знецінення та іронічні висловлювання з негативним підтекстом. На відміну від фізичної, вербальна агресія часто сприймається як менш небезпечна, проте її психологічний вплив може бути не менш руйнівним. У підлітководі віці словесна агресія нерідко використовується як засіб самоствердження, захисту власної позиції або прихованого домінування над іншими. Вона може набувати як відкритої форми, так і прихованої – через пасивно-агресивні висловлювання, іронію чи демонстративне приниження в присутності інших [38, с. 19].

Особливу небезпеку вербальна агресія становить у разі її систематичного характеру, коли вона перетворюється на постійний спосіб взаємодії. У таких випадках жертва зазнає тривалого психологічного тиску, що може призводити до формування почуття тривоги, невпевненості у собі, зниження самооцінки, соціальної ізольованості та навіть розвитку депресивних станів. У сучасному підлітковому середовищі вербальна агресія часто переходить у сферу онлайн-комунікації, набуваючи форм кібербулінгу, що додатково ускладнює її виявлення та психологічні наслідки [25 с. 101].

Таким чином, фізична й вербальна агресія, відрізняючись за формами прояву, мають спільну деструктивну спрямованість і негативно впливають на міжособистісні стосунки, психоемоційний стан підлітків та соціальний клімат у групі. Усвідомлення специфіки кожної з форм агресії є важливим для своєчасного виявлення агресивної поведінки, вибору адекватних методів психологічної діагностики та розробки ефективних заходів профілактики і корекції агресивних проявів у підлітковому середовищі.

Пряма та непряма агресія є важливими формами агресивної поведінки, що відрізняються за способом вираження, рівнем відкритості та соціально-

психологічними наслідками. Така класифікація дозволяє глибше зрозуміти механізми реалізації агресії, особливо в підлітковому віці, коли поведінка значною мірою регулюється соціальними нормами, очікуваннями оточення та страхом санкцій з боку дорослих.

Пряма агресія характеризується відкритою, безпосередньою спрямованістю на конкретний об'єкт і реалізується в явних формах. Вона проявляється через фізичні дії (удари, штовхання, безпосереднє застосування сили), а також через вербальні напади – прямі образи, погрози, приниження, звинувачення. Для прямої агресії типовою є чітка усвідомленість адресата агресивних дій, а також очевидність наміру заподіяти шкоду чи продемонструвати домінування. У підлітковому середовищі пряма агресія часто виникає на тлі сильних емоцій – гніву, образи, ревнощів – і нерідко має імпульсивний характер. Водночас саме такі прояви агресії швидко помічаються дорослими, що підвищує ймовірність зауважень, покарань або втручання з боку педагогів і батьків [15, с. 114].

Непряма агресія, на відміну від прямої, має прихований, опосередкований характер і реалізується без відкритого конфлікту з жертвою. Вона може проявлятися у поширенні чуток, пліток і несправжньої інформації, ігноруванні, соціальному відторгненні, маніпулятивній поведінці, демонстративному холоді чи пасивному опорі. Такі форми агресії не завжди легко ідентифікувати, оскільки вони часто замасковані під «звичайне спілкування» або соціальну взаємодію. Проте психологічний вплив непрямої агресії може бути надзвичайно сильним, адже вона руйнує почуття безпеки, знижує самооцінку жертви й сприяє формуванню ізоляції та недовіри в міжособистісних стосунках [11, с. 56].

Для підлітків непряма агресія є особливо типовою, оскільки дозволяє уникнути прямої відповідальності та знизити ризик негативних наслідків із боку дорослих. В умовах підвищеної значущості групи однолітків підлітки нерідко використовують приховані агресивні стратегії як спосіб збереження власного соціального статусу або впливу на інших без відкритого

протистояння. Крім того, непряма агресія часто поєднується з низьким рівнем емоційної саморегуляції та недостатньо сформованими навичками конструктивного розв'язання конфліктів.

Отже, розмежування прямої та непрямої агресії є важливим для глибшого розуміння особливостей агресивної поведінки підлітків. Усвідомлення специфіки цих форм дозволяє своєчасно виявляти приховані агресивні прояви, адекватно оцінювати їхній вплив на психоемоційний стан підлітків і добирати ефективні психологічні та педагогічні методи профілактики й корекції агресії в підлітковому середовищі.

Агресія за функціональним призначенням розглядається крізь призму тих завдань і психологічних функцій, які вона виконує у поведінці особистості. Відповідно до цього підходу виокремлюють інструментальну та ворожу агресію, що відрізняються за мотиваційними механізмами, емоційним наповненням і наслідками для міжособистісних стосунків, особливо у підлітковому віці.

Інструментальна агресія використовується як засіб досягнення конкретної мети та має виразно прагматичний характер. У цьому випадку агресивні дії не є самоціллю, а виконують допоміжну функцію, спрямовану на отримання бажаного результату. Підліток може вдаватися до агресії з метою самоствердження, здобуття авторитету серед однолітків, контролю над ситуацією або іншими людьми, захисту власних інтересів чи досягнення певного соціального статусу. Емоційний компонент при цьому може бути відносно слабко вираженим, а поведінка — достатньо усвідомленою й продуманою. Інструментальна агресія часто набуває раціонального характеру, коли підліток оцінює можливі наслідки своїх дій і використовує агресію як ефективний, на його думку, спосіб впливу на інших. У шкільному середовищі така форма агресії може проявлятися у вигляді залякування, тиску, маніпуляцій або демонстрації сили з метою підкорення чи отримання переваг [19, с. 102].

Ворожа агресія, на відміну від інструментальної, має яскраво виражений емоційний характер і зумовлена інтенсивними негативними переживаннями. Її джерелом є гнів, ненависть, образа, фрустрація або почуття несправедливості. У цьому випадку агресивна поведінка спрямована безпосередньо на заподіяння шкоди іншій людині й не обов'язково переслідує будь-яку зовнішню мету. Провідною стає потреба в емоційній розрядці, знятті внутрішньої напруги або помсті. Ворожа агресія зазвичай характеризується імпульсивністю, високим рівнем емоційного збудження та зниженим контролем поведінки, що особливо притаманно підлітковому віку через ще незрілі механізми саморегуляції та недостатній розвиток соціально прийнятних способів вираження емоцій [28, с. 1].

У підлітковому середовищі ворожа агресія нерідко виникає у відповідь на міжособистісні конфлікти, приниження, відчуття відторгнення або несправедливого ставлення з боку ровесників чи дорослих. Вона може швидко ескалувати та призводити до серйозних наслідків, порушуючи соціальні зв'язки, поглиблюючи конфлікти та формуючи негативні моделі поведінки. На відміну від інструментальної агресії, яка інколи може підкріплюватися досягненням бажаного результату, ворожа агресія зазвичай не приносить довготривалого задоволення і часто супроводжується почуттям провини, сорому або соціального осуду [23, с. 11].

Таким чином, розрізнення інструментальної та ворожої агресії за функціональним призначенням має важливе практичне значення для психологічної діагностики, профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків. Розуміння того, яку саме функцію виконує агресія в конкретній ситуації, дозволяє підібрати адекватні психокорекційні стратегії, спрямовані як на зміну поведінкових моделей, так і на розвиток емоційної регуляції та конструктивних способів досягнення соціально значущих цілей.

Активна та пасивна агресія вирізняються за характером дій і способом зовнішнього прояву, що зумовлює специфіку їхнього психологічного змісту та соціальних наслідків. Така класифікація дозволяє глибше зрозуміти приховані

та відкриті механізми агресивної поведінки, які особливо яскраво проявляються у підлітковому віці.

Активна агресія проявляється через конкретні, відкриті деструктивні дії або висловлювання і має яскраво виражений експліцитний характер. Вона включає фізичні напади, словесні образи, погрози, демонстративні жести, відкриті конфліктні дії, спрямовані на заподіяння шкоди іншій людині або групі людей. Активна агресія є найбільш помітною для оточення, тому зазвичай швидко фіксується педагогами, батьками або спеціалістами. У підлітків така форма агресії часто виникає на ґрунті інтенсивних емоційних переживань, нездатності адекватно регулювати власні емоції та недостатньо сформованих навичок конструктивного розв'язання конфліктів. Активна агресія може виступати як засіб самоствердження, боротьби за авторитет або реакція на фрустрацію та переживання несправедливості [18, с. 57].

Пасивна агресія, на відміну від активної, має прихований, завуальований характер і реалізується опосередковано. Вона проявляється не через відкриту конфронтацію, а через опір, ігнорування, відмову від співпраці, навмисне затягування виконання завдань, демонстративне мовчання, саботаж або формальне виконання обов'язків без реальної залученості. Часто така поведінка маскується під зовнішню покірність або байдужість, що істотно ускладнює її своєчасне виявлення та правильну інтерпретацію. Пасивна агресія характерна для підлітків, які з різних причин не можуть або бояться відкрито виражати власне невдоволення, злість або протест [6, с. 81].

У психологічному аспекті пасивна агресія часто є результатом внутрішнього конфлікту між бажанням висловити негативні емоції та страхом покарання, осуду або відторгнення з боку значущих дорослих чи ровесників. Вона може супроводжуватися внутрішньою напругою, накопиченням негативних переживань і поступовим формуванням стійких деструктивних моделей поведінки. Хоча пасивна агресія зазвичай не має яскраво виражених зовнішніх проявів, її тривалий вплив може негативно позначатися на

міжособистісних стосунках, груповій взаємодії та психологічному кліматі в колективі [1, с. 1].

Таким чином, активна і пасивна агресія є різними за формою, але рівнозначно важливими для розуміння повної картини агресивної поведінки підлітків. Їх своєчасне розпізнавання дозволяє більш точно визначати психологічні причини агресії, а також обирати адекватні стратегії корекції, спрямовані на розвиток навичок емоційної саморегуляції, конструктивного спілкування та зниження рівня соціально деструктивної поведінки.

Підлітковий вік є одним із найскладніших і водночас найбільш уразливих періодів розвитку особистості, що зумовлює специфічні особливості прояву агресивної поведінки. Цей віковий етап характеризується інтенсивними біологічними, психологічними та соціальними змінами, які істотно впливають на емоційний стан, самооцінку та поведінкові реакції підлітка. Підвищена чутливість до соціальних оцінок, прагнення до самостійності й незалежності, активне формування «Я-концепції» та пошук власної ідентичності створюють внутрішнє напруження, яке часто знаходить вихід у вигляді агресивних проявів [7, с. 24].

Агресія у підлітковому віці нерідко має ситуативний та імпульсивний характер, виникає як реакція на фрустрацію, нерозуміння з боку дорослих чи однолітків, почуття несправедливості або соціального відторгнення. Високий рівень емоційної реактивності, нестабільність настрою та недостатня сформованість механізмів саморегуляції призводять до того, що підлітки можуть реагувати надмірно різко навіть на незначні подразники. Такі реакції часто супроводжуються вибухами гніву, дратівливістю, зухвалістю або демонстративною поведінкою [14, с. 142].

Важливою особливістю агресивної поведінки підлітків є її функціональне навантаження. Агресія може виконувати функцію психологічного захисту, допомагаючи підліткові приховати внутрішню невпевненість, страх або вразливість. У багатьох випадках вона використовується як засіб самоствердження, підвищення власної значущості в

групі однолітків або утримання певного соціального статусу. Для частини підлітків агресивна поведінка стає своєрідним способом заявити про себе, продемонструвати незалежність і відстоювати власні кордони [11, с. 48].

Крім того, агресія у підлітковому віці часто виступає формою протесту проти авторитету дорослих, жорстких вимог, обмежень або контролю. Нерозуміння між поколіннями, суперечливі вимоги школи й сім'ї, а також відсутність психологічної підтримки можуть посилювати напруження та провокувати агресивні реакції. У таких умовах агресія стає способом вираження незгоди, незадоволення або прагнення до автономії.

Значну роль у формуванні агресивної поведінки відіграє також недостатній рівень розвитку навичок конструктивного спілкування та розв'язання конфліктів. Багато підлітків не володіють ефективними стратегіями вираження негативних емоцій, не вміють відстоювати власну позицію без конфронтації або знаходити компроміси у складних ситуаціях. У результаті агресія стає домінуючою формою поведінкової реакції, що закріплюється через повторення та соціальне підкріплення [30, с. 142].

Таким чином, особливості прояву агресії у підлітковому віці зумовлені складною взаємодією біологічних, психологічних і соціальних чинників. Розуміння цих особливостей має важливе значення для своєчасного виявлення агресивних тенденцій, профілактики деструктивної поведінки та організації ефективної психологічної підтримки підлітків, спрямованої на розвиток емоційної саморегуляції, позитивної «Я-концепції» та конструктивних моделей міжособистісної взаємодії.

Отже, агресія проявляється у різних видах і формах, які відрізняються за спрямованістю, способом вираження, функціональним навантаженням та психологічними механізмами. Усвідомлення багатоманітності агресивних проявів є необхідною умовою їхньої наукової діагностики та подальшої розробки ефективних психологічних стратегій профілактики й корекції агресивної поведінки підлітків, що стане предметом емпіричної частини даного дослідження.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

2.1. Методика та організація дослідження агресивних проявів

Емпіричне дослідження особливостей агресивної поведінки підлітків вимагало науково обґрунтованої організації, чіткого визначення методів та дотримання основних принципів психологічного дослідження. У межах бакалаврської роботи дослідження має психолого-педагогічний характер і спрямоване на виявлення рівня та форм агресивних проявів у підлітковому віці, а також на аналіз чинників, що впливають на їх виникнення та перебіг.

Організація дослідження передбачала поетапну реалізацію поставлених завдань, поєднання теоретичних і емпіричних методів, а також узагальнення отриманих результатів з метою формулювання практичних висновків і рекомендацій. Дослідження проводилося із урахуванням вікових, психологічних та соціальних особливостей підлітків, а також етичних норм психологічної роботи з дітьми та підлітками.

Дослідження проводилося на базі закладу загальної середньої освіти – Новофедорівського ліцею Коблівської сільської ради Миколаївської області. У дослідженні взяли участь підлітки віком 12–15 років. Загальна кількість респондентів становила 24 особи, серед яких 14 дівчат та 10 хлопців.

Вибірка сформована за принципом доступності та репрезентує учнів середнього підліткового віку, які навчаються в умовах загальноосвітнього закладу. Віковий діапазон обумовлений тим, що саме у цей період відбувається інтенсивне формування особистості, емоційної сфери та поведінкових реакцій, зокрема проявів агресії.

Участь у дослідженні була добровільною та анонімною. Перед початком діагностичних процедур учасники були поінформовані про мету дослідження, умови його проведення та принципи конфіденційності отриманих результатів.

Дослідження проводилося з дотриманням етичних норм психологічного дослідження. Діагностичні процедури здійснювалися в груповій формі у позаурочний час, у спокійній та психологічно комфортній атмосфері, що сприяло отриманню достовірних і об’єктивних результатів.

Етапи організації дослідження

Перший етап – підготовчо-аналітичний – передбачав вивчення наукової психологічної та психолого-педагогічної літератури з проблеми агресивної поведінки особистості, особливостей агресії у підлітковому віці, факторів її виникнення та шляхів корекції. На цьому етапі було визначено теоретичні засади дослідження, уточнено об’єкт, предмет, мету й завдання бакалаврської роботи, а також підібрано адекватні методи емпіричного вивчення агресивних проявів.

Другий етап – емпіричний – був спрямований на безпосередній збір фактичного матеріалу. На цьому етапі проводилося анкетування учнів підліткового віку, здійснювалися психологічні та педагогічні спостереження за поведінкою підлітків у навчальному середовищі, аналізувалися прояви агресії у міжособистісному спілкуванні. Особлива увага приділялася виявленню різних форм агресії: вербальної, фізичної, емоційної та непрямої.

Третій етап – аналітико-інтерпретаційний – полягав в опрацюванні, узагальненні та психологічній інтерпретації отриманих результатів. На цьому етапі здійснювався порівняльний аналіз даних, визначалися загальні закономірності прояву агресивної поведінки у підлітків, формулювалися висновки та обґрунтовувалися шляхи й методи корекції агресивних проявів.

Методи дослідження

У процесі емпіричного дослідження застосовувався комплекс методів, що відповідають завданням психологічної науки.

До теоретичних методів належали аналіз і синтез наукової літератури з проблеми агресії, узагальнення наукових підходів до тлумачення агресивної поведінки.

До емпіричних методів дослідження було віднесено комплекс взаємодоповнювальних психодіагностичних і поведінкових процедур, що забезпечили всебічне вивчення агресивних проявів підлітків. Провідним інструментом виступив опитувальник Басса–Дарки [31], який дозволив кількісно визначити рівень загальної агресивності та диференціювати її основні форми (фізичну, вербальну, непряму агресію, роздратування, негативізм, підозріливість, образу, почуття провини). Застосування цієї методики дало змогу не лише зафіксувати зовнішні поведінкові реакції, а й виявити внутрішні емоційно-мотиваційні тенденції та схильність підлітків до агресивного реагування в різних життєвих ситуаціях.

Доповненням до стандартизованої психодіагностики стало анкетування підлітків, спрямоване на з’ясування їхніх суб’єктивних оцінок власної поведінки, емоційних станів, способів реагування на конфлікти та міжособистісні труднощі. Це дозволило поглибити інтерпретацію результатів тестування та врахувати індивідуальний досвід кожного учасника.

Також застосовувалося педагогічне спостереження, яке проводилося в природних умовах освітнього середовища з метою фіксації реальних проявів агресії, особливостей міжособистісної взаємодії, стилю спілкування, конфліктності та поведінкових реакцій учнів у повсякденному шкільному житті. Спостереження забезпечило можливість зіставлення об’єктивних поведінкових показників із даними психодіагностичних методик. Поєднання стандартизованої діагностики, самооцінних методів і спостереження забезпечило об’єктивність, валідність і повноту емпіричних даних.

А. Басс, сприйняв ряд положень своїх попередників, розділив поняття «агресія» і «ворожість» і визначив останню як «реакцію, розвиваючу негативні почуття і негативні оцінки людей і подій». Створюючи свій опитувальник, диференціює прояви агресії і ворожості, А. Басс і А. Дарки виділили такі види реакцій:

1. Фізична агресія – використання фізичної сили проти іншої особи.

2. Непряма агресія – обхідним шляхом спрямована на іншу особу або ні на кого не спрямована.

3. Роздратування – готовність до прояву негативних почуттів при найменшому порушенні (запальність, грубість).

4. Негативізм – опозиційна манера в поведінці, що виявляється від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв і законів.

5. Образа – заздрість і ненависть до оточуючих за дійсні і вигадані дії.

6. Підозрілість – негативна реакція в діапазоні від недовіри і обережності по відношенню до людей до переконання в тому, що інші люди планують і приносять шкоду.

7. Вербальна агресія – вираз негативних почуттів як через форму (крик, вереск), так і через зміст словесних відповідей (прокляття, погрози).

8. Почуття провини – висловлює можливе переконання суб'єкта в тому, що він є поганою людиною, робить зло, а також відчуваються їм докори сумління.

Опитувальник Басса – Дарки складається з 75 тверджень, на які випробовуваний відповідає «так» або «ні». Відповідно до інструкції він ставить знак «плюс», якщо згоден з твердженням, і знак «мінус», якщо не згоден [31].

Психологи зазвичай групують ці шкали для отримання двох головних показників: *Індекс агресивності***:** Обчислюється як сума шкал фізичної, вербальної та непрямої агресії. *Індекс ворожості***:** Включає шкали *образи* та *підозрілості*. Нормою вважається, коли індекс агресивності вищий за індекс ворожості. Якщо ж навпаки – людина схильна приховувати свій гнів, що може призводити до внутрішнього напруження або психосоматики.

Це корисно психологам: для діагностики підлітків та дорослих; HR-фахівцям: при відборі на посади, що потребують високої стресостійкості та для самопізнання: щоб зрозуміти, як ви реагуєте на конфлікти – «вибухаєте» зовні чи «кипите» всередині.

Цей тест показує Ваш стан на даний момент. Результати можуть змінюватися залежно від рівня стресу або життєвих обставин. Також важливо відповідати щиро, оскільки методика має свої «контрольні» моменти для перевірки правдивості.

З метою уточнення та конкретизації результатів, отриманих за допомогою опитувальника Басса–Дарки, було адаптовано анкету, спрямовану на виявлення особливостей агресивної поведінки підлітків у типових для них навчальних, міжособистісних, ігрових та змагальних ситуаціях. Анкета доповнює стандартизовану психодіагностику та дозволяє простежити ситуативні й поведінкові прояви агресії в реальних умовах шкільного середовища [31].

Адаптована анкета виступає доповнювальним інструментом і спрямована на уточнення та розширення даних, отриманих за допомогою методики Басса–Дарки. Її зміст структуровано відповідно до основних форм агресії, виокремлених у класичній моделі (вербальна, фізична, емоційна, непряма та деструктивна агресія), що забезпечує методичну узгодженість та порівнюваність результатів.

Дослідження проводилося в груповій формі на базі закладу загальної середньої освіти у позаурочний час. Учасникам було забезпечено спокійну, доброзичливу атмосферу, що сприяла щирості відповідей та зниженню емоційної напруги. Перед початком роботи респондентам надавалася усна інструкція щодо мети дослідження, правил заповнення анкети, а також наголошувалося на добровільності участі та повній анонімності отриманих результатів.

Вказана анкета складається з 10 запитань закритого типу, що охоплюють різні аспекти агресивної поведінки: емоційні реакції (гнів, роздратування, напруження), вербальні та фізичні прояви агресії, поведінку в конфліктних ситуаціях, а також особливості саморегуляції під час рухової та ігрової діяльності. Для кожного твердження запропоновано чотири варіанти

відповідей, що відображають частоту або характер прояву відповідної поведінки.

Час заповнення анкети становив у середньому 7–10 хвилин. Респонденти заповнювали бланки самостійно без обговорення відповідей з іншими учасниками, що забезпечувало індивідуальність та об’єктивність результатів.

Кількісна обробка даних здійснювалася за допомогою бальної системи: відповіді «ніколи» оцінювалися в 1 бал, «рідко» – 2 бали, «інколи» – 3 бали, «часто» – 4 бали. Сумарний показник дозволяв визначити загальний рівень агресивності, а також проаналізувати домінуючі форми її прояву. Отримані результати порівнювалися з даними опитувальника Басса–Дарки та педагогічного спостереження, що забезпечило комплексність і підвищило валідність дослідження. Використання адаптованої анкети в поєднанні зі стандартизованими методиками дозволило отримати більш повну та об’єктивну картину агресивних проявів підлітків у різних видах діяльності.

До інтерпретаційних методів належали порівняння отриманих показників, логічний аналіз, узагальнення та формулювання психологічних висновків щодо рівнів і форм агресивної поведінки.

Таким чином, методика та організація дослідження були спрямовані на всебічне й об’єктивне вивчення агресивної поведінки підлітків, що забезпечило наукову достовірність отриманих результатів і створило основу для подальшого аналізу та розробки шляхів і методів корекції агресивних проявів.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження поведінкових проявів агресії

Аналіз результатів емпіричного дослідження був спрямований на виявлення рівня агресивності підлітків, визначення домінуючих форм її прояву та встановлення особливостей поведінкового реагування в різних ситуаціях міжособистісної взаємодії. Обробка отриманих даних

здійснювалася шляхом кількісного та якісного аналізу результатів психодіагностичних методик, анкетування та педагогічного спостереження.

Першим етапом стало опрацювання результатів опитувальника Басса–Дарки, який дозволив визначити загальний індекс агресивності та індекс ворожості, а також показники за окремими шкалами (фізична, вербальна, непряма агресія, роздратування, негативізм, образа, підозріливість, почуття провини). Обробка результатів здійснювалася відповідно до ключів методики Басса–Дарки. Для кожного респондента підраховувалися бали за вісьмома шкалами: фізична агресія, вербальна агресія, непряма агресія, роздратування, негативізм, образа, підозріливість та почуття провини.

Кожна відповідь, що відповідала певному типу агресивної реакції, оцінювалася у балах згідно з інструкцією до методики. Отримані бали за кожною шкалою підсумовувалися, після чого визначався індивідуальний показник за кожним видом агресії.

Далі розраховувався загальний індекс агресивності як сума показників фізичної, вербальної та непрямої агресії, а також роздратування і негативізму. Індекс ворожості визначався на основі шкал образи та підозріливості.

Для інтерпретації результатів застосовувалася система рівнів прояву агресії:

- низький рівень;
- середній рівень;
- високий рівень.

Рівні визначалися шляхом порівняння індивідуальних сумарних балів із нормативними діапазонами, рекомендованими авторами методики. Після цього здійснювався кількісний аналіз: підраховувалася кількість респондентів у кожному рівні та переводилася у відсоткове співвідношення за формулою:

$$\% = \frac{\text{кількість респондентів}}{\text{загальна кількість вибірки}} \times 100$$

Отримані дані були узагальнені, що дозволило побудувати таблицю розподілу показників та здійснити подальший якісний аналіз особливостей агресивної поведінки підлітків.

Таблиця 2.1.
Результати опитувальника Басса–Дарки (n = 24)

№	Шкала агресії	Середній бал (M)	Низький рівень (осіб / %)	Середній рівень (осіб / %)	Високий рівень (осіб / %)
1	Фізична агресія	4,2	14 осіб (58%)	8 осіб (33%)	2 особи (9%)
2	Вербальна агресія	6,8	6 осіб (25%)	12 осіб (50%)	6 осіб (25%)
3	Непряма агресія	5,9	8 осіб (33%)	11 осіб (46%)	5 осіб (21%)
4	Роздратування	7,1	5 осіб (21%)	13 осіб (54%)	6 осіб (25%)
5	Негативізм	5,4	10 осіб (42%)	10 осіб (42%)	4 особи (16%)
6	Образа	6,2	7 осіб (29%)	12 осіб (50%)	5 осіб (21%)
7	Підозріливість	5,1	11 осіб (46%)	9 осіб (38%)	4 особи (16%)
8	Почуття провини	4,8	12 осіб (50%)	8 осіб (33%)	4 особи (17%)
	Індекс агресивності	24,0	7 осіб (29%)	12 осіб (50%)	5 осіб (21%)
	Індекс ворожості	16,7	8 осіб (33%)	11 осіб (46%)	5 осіб (21%)

Аналіз середніх показників за шкалами методики Басса–Дарки свідчить про переважання вербальних та емоційних форм агресії над фізичними проявами. Найвищі значення зафіксовано за шкалами «роздратування» та «вербальна агресія», що вказує на схильність підлітків до імпульсивних реакцій і конфліктної комунікації. Показники фізичної агресії залишаються відносно нижчими, що свідчить про ситуативний характер відкритих агресивних дій. Отримані дані підтверджують домінування емоційно-афективних форм агресивної поведінки в підлітковому віці.

Аналіз показників також показує, що агресія в підлітковому віці має переважно ситуативний характер і найчастіше проявляється у формах вербальної реакції, роздратування та негативізму. Фізична агресія виявлялася рідше, проте спостерігалася у конфліктних ситуаціях або під час емоційного перенапруження. Поряд із цим у частини респондентів було зафіксовано підвищені показники внутрішньої ворожості, що свідчить про наявність прихованих емоційних переживань і напруження.

Другим етапом стало узагальнення результатів адаптованої анкети, яка дозволила конкретизувати поведінкові прояви агресії в умовах навчальної діяльності, спілкування з однолітками та під час рухливих ігор або змагань. Обробка результатів адаптованої анкети здійснювалася шляхом кількісного підрахунку відповідей респондентів за кожним блоком запитань. Кожен блок (емоційна, соціальна, ігрово-змагальна та деструктивна агресія) включав визначену кількість питань, що оцінювалися за шкалою рівнів прояву агресії (низький, середній, високий). Для кожного респондента визначався середній бал за блоком шляхом підсумовування отриманих балів і ділення на кількість питань відповідного блоку.

Після цього підраховувалася кількість респондентів у кожній категорії та переводилася у відсоткове співвідношення за формулою:

$$\% = \frac{\text{кількість респондентів}}{24} \times 100$$

Отримані відповіді дали змогу визначити частоту виникнення гніву, особливості реагування на зауваження дорослих, схильність до конфліктності, порушення правил та деструктивних дій. Встановлено, що більшість підлітків демонструють емоційні форми агресії (роздратування, образливі висловлювання), тоді як відкриті фізичні прояви спостерігаються значно рідше. Водночас частина учнів відзначила позитивний вплив рухової активності на зниження напруження, що свідчить про роль фізичної діяльності як засобу емоційної регуляції.

Таблиця 2.2.

Результати адаптованої анкети

№	Блок агресії	№ питань	Середній бал	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
1	Емоційна	1, 3, 9	3,1	6 осіб (25%)	12 осіб (50%)	6 осіб (25%)
2	Соціальна	2, 4, 7	2,8	8 осіб (33%)	11 осіб (46%)	5 осіб (21%)
3	Ігрово-змагальна	5, 6, 10	2,5	11 осіб (46%)	9 осіб (38%)	4 особи (16%)
4	Деструктивна	8	1,9	16 осіб (67%)	6 осіб (25%)	2 особи (8%)

Аналіз результатів адаптованої анкети показав, що найбільш вираженими є емоційні форми агресії, які проявляються через роздратування, внутрішнє напруження та імпульсивні реакції у фруструючих ситуаціях. Середній рівень продемонстрували показники соціально спрямованої агресії, що виявляється у конфліктах з ровесниками та реакціях на зауваження дорослих. Ігрово-змагальні прояви агресії мають переважно ситуативний характер, тоді як деструктивна поведінка спостерігається у незначної частини підлітків. Отримані дані узгоджуються з результатами методики Басса–Дарки та підтверджують домінування вербально-емоційних форм агресивності над фізичними.

Важливим доповненням до кількісних результатів стали дані педагогічного спостереження, які дозволили зіставити самооцінні показники з реальними поведінковими реакціями школярів. Спостереження підтвердило, що агресивні прояви частіше виникають у ситуаціях міжособистісних непорозумінь, суперництва або фрустрації, що узгоджується з результатами психодіагностики.

Порівняльний аналіз усіх отриманих даних засвідчив узгодженість результатів різних методів дослідження, що підвищує їх валідність і достовірність. Поєднання стандартизованої методики з адаптованою анкетою та спостереженням дозволило отримати комплексне уявлення про структуру, рівень і форми агресивної поведінки підлітків.

Отримані дані свідчать, що агресивна поведінка серед підлітків має різний ступінь вираженості і не є стабільною характеристикою особистості, а проявляється переважно ситуативно. У більшості опитаних учнів було зафіксовано середній рівень агресивності, який виявлявся у вербальних конфліктах, емоційному напруженні, роздратуванні у відповідь на зауваження або незадоволені очікування.

Переважаючою формою агресивної поведінки виявилася вербальна агресія, що проявлялася у різких висловлюваннях, підвищенні голосу, запереченні думки співрозмовника, образливих репліках. Така форма агресії є

соціально зумовленою і часто пов’язана з прагненням підлітків до самоствердження, захисту власної позиції або підвищення статусу в групі однолітків. Водночас саме вербальна агресія найчастіше залишається поза увагою дорослих, хоча має суттєвий вплив на психологічний клімат у колективі.

Фізичні прояви агресії траплялися значно рідше та носили епізодичний характер. У більшості випадків вони виникали в умовах загостреного конфлікту або під впливом сильних емоцій і не мали системного характеру. Це свідчить про те, що фізична агресія для більшості підлітків є не домінуючою формою поведінки, а радше крайньою реакцією у ситуаціях емоційної перевантаженості або фрустрації.

Значна увага в ході аналізу приділялася емоційній (внутрішній) агресії, яка проявляється у формі накопиченого роздратування, прихованого гніву, образи або негативного ставлення до оточення. Результати дослідження показали, що ця форма агресії є досить поширеною серед підлітків та часто поєднується з підвищеним рівнем тривожності, невпевненістю у собі та труднощами в емоційному самовираженні.

Матеріали педагогічного спостереження підтвердили дані анкетування та дозволили уточнити особливості прояву агресивної поведінки підлітків у реальних умовах навчальної діяльності. Спостереження проводилося у природних умовах освітнього процесу під час уроків, перерв та позаурочної діяльності без безпосереднього втручання в діяльність учнів.

Основна увага приділялася фіксації поведінкових реакцій учнів у ситуаціях спілкування з однолітками та педагогами, реакцій на зауваження, виконання правил шкільної дисципліни, участі у груповій роботі та ігровій діяльності. Окремо відстежувалися прояви вербальної агресії (підвищений тон, образливі висловлювання), невербальної агресії (жести, міміка, демонстративна поведінка) та фізичної активності у конфліктних ситуаціях.

Результати спостереження показали, що агресивна поведінка значною мірою залежить від психологічного клімату в класі, стилю педагогічної

взаємодії та характеру міжособистісних відносин. У колективах із високим рівнем довіри, взаємоповаги та підтримки агресивні прояви були значно нижчими, ніж у класах із напруженою або конфліктною атмосферою.

Також встановлено, що найбільш частими тригерами агресивних реакцій виступали ситуації несправедливого оцінювання, зауваження у публічній формі та конфлікти між однолітками. Водночас у сприятливому емоційному середовищі підлітки частіше демонстрували конструктивні способи вирішення конфліктів та контроль емоційних реакцій.

Аналіз також дозволив виділити низку чинників, що посилюють агресивні прояви, зокрема: перевантаженість навчальними вимогами, недостатній рівень емоційної підтримки з боку дорослих, труднощі у спілкуванні з ровесниками, а також невміння конструктивно реагувати на стресові ситуації. Водночас підлітки, які володіють навичками саморегуляції та мають позитивний соціальний досвід, демонструють значно нижчий рівень агресивності.

Таким чином, результати емпіричного дослідження показують, що агресивна поведінка підлітків є багатофакторним явищем, яке формується під впливом психологічних, соціальних та педагогічних умов. Отримані дані підтверджують необхідність цілеспрямованої корекційної роботи, спрямованої на розвиток емоційної компетентності, комунікативних умінь та позитивних моделей поведінки, що й визначило подальший напрям розробки шляхів і методів корекції агресивної поведінки підлітків.

2.3. Шляхи та методи корекції агресивної поведінки

Проблема агресивної поведінки підлітків потребує цілеспрямованої психолого-педагогічної корекції, оскільки підвищена агресивність негативно впливає на міжособистісні стосунки, навчальну діяльність, емоційний стан та соціалізацію особистості. Результати емпіричного дослідження, отримані за допомогою опитувальника, розробленого Арнольд Басс та Артур Даркі, а

також адаптованої анкети й педагогічного спостереження, засвідчили переважання вербальних та емоційних форм агресії, що зумовлює необхідність формування в підлітків навичок емоційної саморегуляції та конструктивної взаємодії.

Корекційна робота має здійснюватися комплексно, поєднуючи психологічні, педагогічні та соціально-виховні заходи.

Насамперед важливим є розвиток емоційної компетентності підлітків. З цією метою доцільно використовувати тренінги емоційної саморегуляції, вправи на усвідомлення власних почуттів, навчання способів керування гнівом, формування навичок релаксації та зниження напруження. Такі заняття сприяють розвитку здатності контролювати імпульсивні реакції та запобігати афективним спалахам.

Ефективним напрямом є застосування соціально-психологічних тренінгів, спрямованих на формування конструктивних моделей поведінки в конфліктних ситуаціях. Рольові ігри, моделювання життєвих ситуацій, групові дискусії та вправи на розвиток емпатії допомагають підліткам навчитися мирному розв’язанню суперечностей, розвитку толерантності та поваги до інших.

Важливе місце посідає організація рухової та спортивної діяльності. Фізична активність сприяє природному зниженню емоційного напруження, забезпечує безпечний спосіб вираження енергії та формує навички самоконтролю. Залучення учнів до командних ігор, спортивних секцій, змагань та активного дозвілля сприяє розвитку співпраці, відповідальності та позитивної соціальної взаємодії.

Доцільним є впровадження індивідуальної психологічної підтримки підлітків із підвищеним рівнем агресивності. Індивідуальні консультації, бесіди, елементи когнітивно-поведінкової корекції дозволяють виявити причини агресивних реакцій, змінити деструктивні установки та сформувати альтернативні способи реагування.

Суттєву роль відіграє співпраця з педагогами та батьками. Просвітницька робота, консультації, семінари та рекомендації щодо особливостей спілкування з підлітками сприяють створенню єдиного виховного простору, що забезпечує послідовність вимог, підтримку та емоційно безпечне середовище.

В результаті аналізу науково-педагогічної літератури досліджуваної теми та проведеного емпіричного дослідження нами виокремлено напрями, методи та очікувані результати корекції агресивної поведінки підлітків та подано в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Напрями, методи та очікувані результати корекції агресивної поведінки підлітків

Виявлена проблема (за результатами діагностики)	**Методи та форми роботи**	**Очікуваний результат**
Підвищене роздратування, імпульсивність, емоційна нестійкість	Вправи на саморегуляцію, дихальні техніки, релаксація, арт-терапія	Зниження емоційного напруження, формування навичок самоконтролю
Вербальна агресія (образи, крики, конфліктне спілкування)	Тренінги ненасильницького спілкування, рольові ігри, розвиток емпатії	Формування культури мовлення, конструктивні способи вираження почуттів
Фізична агресія, силові реакції у конфліктах	Спортивні та рухливі ігри, командні змагання, навчання контролю імпульсів	Безпечне вивільнення енергії, розвиток співпраці та дисципліни
Негативізм, порушення правил, протестна поведінка	Бесіди, групові дискусії, вправи на прийняття соціальних норм, робота з відповідальністю	Усвідомлення наслідків власних дій, розвиток відповідальної поведінки
Внутрішня ворожість, образливість, підозріливість	Психологічні консультації, вправи на розвиток довіри, підтримувальні бесіди	Підвищення самооцінки, зниження тривожності та напруження
Труднощі у міжособистісній взаємодії	Соціально-психологічні тренінги, кооперативні ігри, робота в малих групах	Покращення комунікативних навичок, розвиток толерантності
Невміння конструктивно вирішувати конфлікти	Навчання стратегіям розв’язання конфліктів, медіаційні вправи	Формування навичок діалогу та компромісу

Отже, корекція агресивної поведінки підлітків має бути системною, поєднувати профілактичні та розвивальні заходи, спрямовані на формування

позитивних способів самовираження, розвиток соціальних навичок та гармонізацію емоційної сфери особистості. Реалізація зазначених методів сприятиме зниженню рівня агресивності та створенню сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі.

Результати проведеного емпіричного дослідження засвідчили, що агресивні прояви підлітків мають переважно ситуативний характер і часто зумовлюються міжособистісними конфліктами, фрустрацією, нерозумінням з боку дорослих або однолітків, а також недостатнім розвитком навичок емоційної саморегуляції. Це обґрунтовує необхідність застосування педагогічно доцільних методів корекції, спрямованих не на пригнічення агресії, а на її усвідомлення та конструктивне подолання.

Одним із провідних шляхів корекції агресивної поведінки є створення сприятливого психологічного клімату в освітньому середовищі. Атмосфера довіри, поваги та емоційної підтримки з боку педагогів сприяє зниженню рівня напруження, тривожності та ворожості серед підлітків. Важливо, щоб учень відчував прийняття й безпеку, мав можливість висловлювати власні переживання без страху осуду чи покарання.

Ефективним напрямом корекційної роботи є формування в підлітків навичок емоційної саморегуляції. Ознайомлення учнів із способами розпізнавання власних емоцій, усвідомлення причин агресивних реакцій та опанування прийомів емоційного контролю (самоаналіз, рефлексія, вербальне вираження почуттів) дозволяє поступово знизити імпульсивність і навчити конструктивних моделей поведінки в конфліктних ситуаціях.

Важливе місце у корекції агресивної поведінки займають комунікативно-орієнтовані методи, спрямовані на розвиток умінь ефективного спілкування. Рольові ігри, обговорення проблемних ситуацій, аналіз моральних дилем сприяють формуванню толерантності, емпатії та вміння розв’язувати конфлікти мирним шляхом. Такі методи допомагають підліткам усвідомити наслідки агресивної поведінки та знайти альтернативні способи взаємодії з оточенням.

Значну роль у корекційній роботі відіграє співпраця школи з родиною. Узгоджені педагогічні впливи з боку вчителів і батьків сприяють стабільності виховного процесу та створюють єдиний простір вимог і підтримки. Педагогічне консультування батьків щодо особливостей підліткового віку, причин агресивної поведінки та методів реагування на неї є необхідною умовою ефективної профілактики деструктивних проявів.

Доцільним є також використання профілактично-корекційних програм, спрямованих на розвиток соціальної компетентності підлітків, підвищення рівня самосвідомості, формування адекватної самооцінки та відповідального ставлення до власної поведінки. Такі програми можуть реалізовуватися у формі тренінгових занять, групових дискусій і тематичних виховних заходів.

Важливу роль у процесі корекції агресивної поведінки відіграє особистість педагога, його професійна позиція, стиль спілкування та педагогічний такт. Послідовність вимог, справедливість оцінювання, здатність до діалогу та емпатійне ставлення до учнів значною мірою знижують рівень конфліктності й агресивності у підлітковому середовищі.

Отже, корекція агресивної поведінки підлітків має здійснюватися як цілісний педагогічний процес, що поєднує створення позитивного освітнього середовища, розвиток емоційної культури, формування соціально прийнятних моделей поведінки та тісну взаємодію школи й родини. Застосування таких підходів сприяє зниженню агресивних проявів, гармонійному особистісному розвитку підлітків і їх успішній соціалізації.

ВИСНОВКИ

Проведене теоретико-емпіричне дослідження поведінкових проявів агресії у підлітків дало змогу комплексно проаналізувати сутність, причини, форми та особливості прояву агресивної поведінки в умовах сучасного освітнього середовища, а також обґрунтувати ефективні шляхи її психолого-педагогічної профілактики й корекції. Актуальність обраної теми зумовлена зростанням рівня конфліктності серед учнівської молоді, поширенням вербальних і фізичних проявів агресії, що негативно позначаються на навчальній діяльності, міжособистісних стосунках, психоемоційному благополуччі підлітків та їхній подальшій соціалізації.

У процесі виконання роботи досягнуто поставленої мети – виявлено особливості поведінкових проявів агресії у підлітків та визначено шляхи їх корекції – і реалізовано всі визначені завдання дослідження, що дає підстави сформулювати такі узагальнені висновки.

Здійснено ґрунтовний теоретичний аналіз проблеми агресивної поведінки підлітків у психолого-педагогічній науці. Опрацювання наукових джерел дозволило уточнити зміст і співвідношення понять «агресія», «агресивність», «агресивна поведінка», визначити основні підходи до їх трактування та систематизувати сучасні уявлення про природу цього явища. Встановлено, що агресія є складним багатофакторним феноменом, який поєднує емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти й може виступати як реакція на фрустрацію, спосіб самоствердження або засіб захисту. Доведено, що підлітковий вік є сензитивним періодом для формування різних форм поведінкового реагування, оскільки саме в цей час відбувається інтенсивне становлення самосвідомості, системи цінностей, соціальних ролей і моделей міжособистісної взаємодії.

Проаналізовано причини та чинники виникнення агресивної поведінки у підлітковому віці. З’ясовано, що формування агресивних проявів зумовлюється сукупністю індивідуально-психологічних особливостей,

сімейних умов виховання, впливом однолітків, специфікою шкільного середовища та загальними соціальними обставинами. Важливу роль відіграють дефіцит емоційної підтримки, порушення комунікації в родині, низький рівень сформованості навичок саморегуляції, невміння конструктивно розв'язувати конфлікти, підвищена тривожність і фрустрованість. Встановлено, що агресія підлітків може мати різні форми прояву: вербальну (образи, погрози, сарказм), фізичну (бійки, руйнування предметів), непряму (ігнорування, плітки, демонстративна опозиційність) та емоційну (роздратування, ворожість, негативізм).

Організовано та реалізовано емпіричне дослідження особливостей агресивної поведінки підлітків. Дослідницьку роботу побудовано поетапно: підготовчо-аналітичний етап передбачав визначення теоретичних засад і добір адекватного інструментарію; емпіричний – безпосередній збір фактичних даних шляхом анкетування, спостереження та психодіагностики; аналітико-інтерпретаційний – обробку, систематизацію й узагальнення отриманих результатів. Використання комплексу взаємодоповнювальних методів забезпечило всебічне вивчення досліджуваного явища та підвищило достовірність висновків.

Виявлено особливості та рівень прояву агресивності серед підлітків. Результати психодіагностичного обстеження засвідчили, що агресивна поведінка має різний ступінь вираженості й у більшості випадків носить ситуативний характер. У значної частини учнів спостерігається середній рівень агресивності, що проявляється переважно у вербальних конфліктах, підвищеній емоційній напруженості, роздратуванні та негативних реакціях у складних міжособистісних ситуаціях. Фізична агресія трапляється рідше, однак має більш деструктивні наслідки. Порівняння результатів анкетування, спостереження та стандартизованих методик підтвердило їх узгодженість, що свідчить про валідність отриманих даних. Водночас встановлено, що агресивність не є стійкою рисою особистості більшості підлітків, а значною

мірою зумовлена ситуаційними факторами, що відкриває можливості для її корекції.

Обґрунтовано та запропоновано ефективні шляхи психолого-педагогічної корекції агресивної поведінки. Доведено доцільність упровадження комплексної системи профілактично-корекційної роботи в закладах освіти, яка передбачає формування позитивного соціально-психологічного клімату, розвиток емоційного інтелекту, комунікативних умінь і навичок самоконтролю, навчання конструктивним способам розв'язання конфліктів, організацію тренінгових занять, консультативну допомогу, а також просвітницьку роботу з батьками та педагогами. Встановлено, що систематичне застосування таких заходів сприяє зниженню рівня агресивності, підвищенню рівня соціальної адаптації та гармонізації міжособистісних взаємин у підлітковому середовищі.

Теоретичне значення дослідження полягає в уточненні уявлень про структуру та механізми прояву агресії у підлітковому віці, розширенні наукових знань щодо її причин і чинників. Практичне значення визначається можливістю використання отриманих результатів і розроблених рекомендацій у діяльності психологів, педагогів, соціальних працівників і класних керівників для здійснення профілактики та корекції агресивної поведінки учнів. Отже, результати дослідження підтверджують ефективність комплексного психолого-педагогічного підходу до подолання агресивних проявів у підлітків та доводять необхідність цілеспрямованої системної роботи в освітньому середовищі.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів означеної проблеми. Перспективними напрямами подальших наукових розвідок є розроблення та експериментальна перевірка інноваційних програм профілактики агресивної поведінки, розширення вибірки респондентів, порівняльний аналіз гендерних і вікових особливостей агресивності, а також вивчення впливу соціокультурних чинників на формування конструктивних моделей поведінки підлітків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агресивна поведінка дітей і підлітків. Розвиток дитини. URL: https://childdevelop.com.ua/articles/conflict/27/

2. Агресія як соціальний феномен / В. І. Шахов [і ін.] // Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Вінниця. 2019. Вип. 60. С. 171-178. Режим доступу: https://drive.google.com/file/d/19CTSEAAmg4sZPyR3TqTnY_37uR1rE2jT/

3. Агресія: причини, види, наслідки та контроль – Психологер. Психологер. https://psyhologer.com.ua/ahresiia/

4. Амплєєва, О. М. Особливості прояву вербальної агресії сучасною молоддю. *Habitus : науковий журнал з соціології та психології*. Одеса, 2021. Вип. 32. С. 61-65. Режим доступу: http://habitus.od.ua/journals/2021/32-2021/9.pdf

5. Андрєєв Ю. С. Теоретичні передумови прояву та попередження агресивної поведінки серед дітей та підлітків. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2012. № 19(2). С. 196-204. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlup_2012_19%282%29__26

6. Архипова Т. М. Психосоціальні детермінанти агресивної поведінки підлітків : дис. … д-ра філос. : 053 Психологія 05 Соціальні та поведінкові науки / Т. М. Архипова ; наук. кер. А. В, Курова ; Одес. нац. ун-т імені І. І. Мечникова. Одеса, 2025. 250 с. https://dspace.onu.edu.ua/handle/123456789/41131

7. Білоченко Ю. Психологічний зміст комунікативної агресії у дівчат та юнаків студентського віку. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2021. Вип. 11. С. 23–28. https://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/11_2021/4.pdf

8. Білюченко Ю. М. Специфіка агресивності підлітків: ґендерний аспект дослідження. *Habitus : науковий журнал з соціології та психології*

Одеса, 2021. Вип. 31. С. 207-211. Режим доступу: http://habitus.od.ua/journals/2021/31-2021/35.pdf

9. 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. 294-299. https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/05_04_2019/pdf/93.pdf

10. Герасимчук О., Лисянська Т. Основні теорії агресії та фрустрації: причини виникнення і подолання. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2025. Вип. 26 (71). С. 5–20. https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/defedaee-981a-464f-bdb4-92652dc4e345/content

11. Гребінь Н.В., Федчун М.Ю. Особливості агресивної поведінки підлітків із підвищеним рівнем переживання страхів. *Психологія особистості*. Випуск 15. 2020 с. 45-56 https://doi.org/10.32843/2663- 5208.2020.15.19

12. Гуцуляк Л. Профілактика агресивної поведінки підлітків у закладах загальної середньої освіти: теоретичний аспект. Гуманітас. 2022. № 1. С. 24–30. https://www.researchgate.net/publication/360425566_PROFILAKTIKA_AGRESIVNOI_POVEDINKI_PIDLITKIV_U_ZAKLADAH_ZAGALNOI_SEREDNOI_OSVITI_TEORETICNIJ_ASPEKT

13. Денисова М. Ф. Підліткова агресія, причини та фактори ризику. *Новини медицини та фармації*. 2022. № 1. С. 45–56.

14. Дика Л. Л., Голярдик Н. А., Скорих Л. М. Особливості прояву агресивної поведінки особистості в підлітковому віці. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: психологічні науки*. Хмельницький, 2023. Вип. 3 (26). С. 136–144. URL: https://dspace.nadpsu.edu.ua/bitstream/123456789/3127/1/Стаття%20Голярдик_3_3.pdf

15. Дмитрієва С., Мачушник О. Підліткова агресивність та шляхи її корекції. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2018. № 1 (45). С. 102–115.https://eprints.zu.edu.ua/29111/1/ДмитрієваС.М.Мачушник%20О.Л._Сєвєродонецьк%202018.pdf

16. Заіка В. М. Психологічні особливості прояву агресивних тенденцій у підлітковому віці. *Habitus : науковий журнал з соціології та психології*. Одеса, 2022. Вип. 36. С. 82-86. Режим доступу: http://habitus.od.ua/journals/2022/36-2022/12.pdf

17. Зінченко Н. В. Підліткова агресія: захисна реакція або крик про допомогу? Поради психолога. Криворізька гімназія № 118 : офіційний сайт. 2020. 4 січ. URL: http://school118.kr.ua/підліткова-агресія-захисна-реакція-а/

18. Іщенко Д. І. Агресивність сучасної молоді: причини, шляхи профілактики. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2020. Вип. 10. С. 55–62. https://journal.kdpu.edu.ua/psychology/article/download/3905/3544/6636

19. Козак М. М. Агресивна поведінка в підлітків. *Природничі та гуманітарні науки. Актуальні питання* : матеріали Міжнар. студ. наук.-техн. конф. (м. Тернопіль, 2018). Тернопіль : ТНТУ, 2018. Т. 2. С. 101–102. URL:

20. Конструктор в роботі з агресивними дітьми [Текст] / уклад.: І. І. Дорожко, О. Є. Малихіна, Л. В. Туріщева // Шкільному психологу. Усе для роботи. 2020. № 12. С. 21-22.

21. Копач В. П. Феномен агресії та особливості корекційно-профілактичної роботи з агресивними дітьми. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2014. Т. 10, Вип. 26. С. 446–456. URL: http://appsychology.org.ua/data/jrn/v10/i26/41.pdf

22. Куліда С. Агресія. Психоаналітично-орієнтований підхід. Сергій Куліда : сайт. 2023. Березень. URL: https://psy-kulida.com.ua/posts/28

23. Кучерявенко В. В. Профілактика агресивної поведінки підлітків : кваліфікаційна робота бакалавра : спец. 053 Психологія / Кучерявенко Віталіна

Віталіївна ; наук. керівник І. М. Шаповал. Кривий Ріг : КДПУ, 2023. 47 с. https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/7126/1/Kucheriavenko_kv.pdf

24. Лоренц К. Так зване зло. До природної історії агресії. Конспект книги // Самоосвіта : [сайт]. URL: https://samoosvita.in.ua/konrad-lorents-tak-zvane-zlo-do-pryrodnoyi-istoriyi-agresiyi-konspekt-knygy/

25. Максим Х. Термінологічна взаємодія «агресія–агресивність» у філософсько-правовому дискурсі. Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія: "Юридичні науки". 2023. № 1 (37). С. 100–106. https://science.lpnu.ua/sites/default/files/journal-paper/2023/jun/30585/17.pdf

26. Марценковська І. І. Патерни агресивної поведінки у дітей і підлітків: сучасні дефініції та діагностичні категорії. «*НейроNews: психоневрологія та нейропсихіатрія*» 1 (132). 2022. С. 36-38 https://neuronews.com.ua/ua/archive/2022/1%28132%29/pages-36-38/

27. Методика діагностики показників та форм агресії Басса-Дарки. https://vseosvita.ua/library/metodika-diagnostiki-pokaznikiv-ta-form-agresii-bassa-darki-23373.html

28. Методичні рекомендації щодо запобігання та протидії насильству : лист Міністерства освіти і науки України від 18.05.2018 р. № 1/11-5480. Законодавство України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v5480729-18#Text

29. Міщенко М. С. Психологія агресивності підлітка. Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку: матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції. Переяслав-Хмельницький, 2019. С. 235-237. https://dspace.udpu.edu.ua/handle/123456789/11575

30. Моісеєва О. Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. Юридична психологія. 2015. № 1. С. 139–148. https://psychped.navs.edu.ua/index.php/psychped/article/download/496/498/

31. Орос О. Б. Агресивна та насильницька поведінка серед дітей підліткового віку. *Вісник НТУУ «КПІ» Політологія. Соціологія. Право*. 2018.

№ 2 (38). С. 138–143. DOI: https://doi.org/10.20535/2308-5053.2018.2(38).152925

32. Павелків В. Р. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 30. С. 483–494. https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/download/158099/157492/345202

33. Подкоритова Л. О., Гоя О. В. Подолання агресивної поведінки підлітків засобами арт-терапії: емпіричне дослідження. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 6, Т. 2. С. 105–110. https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/6_2019/part_2/21.pdf

34. Попелюшко Р. В. Теоретичний аналіз впливу життєвих обставин на прояви агресивної поведінки. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : [збірник наукових праць] / Міністерство освіти і науки України (Київ), Український державний університет імені Михайла Драгоманова (Київ). Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. Серія 12 : Психологічні науки, Вип. 21 (66). С. 61-69. Режим доступу: https://sj.udu.edu.ua/index.php/pn/article/view/1373

35. Профілактика та корекція відхилень поведінки : навч.- метод. посібник / укл. Лариса Мафтин. Чернівці : Чернівец. нац. ун-т ім. Ю.Федьковича, 2021. 368 с. https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/5981/1/2021_Maftyn_Profilaktyka_posib.pdf

36. Савінова Н. М., Стельмах Н. В., Берегова М. І., Іванова Т. В. Агресія підлітків як психолого-педагогічна проблема. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. 2020. № 3. С. 133–141. https://doi.org/10.31499/2307-4906.3.2020.219112

37. Сучасні проблеми психологічної теорії та практики : навч. посіб. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини ; уклад.: О. Д. Сафін, М. В. Горенко. Умань : Візаві, 153 с.

38. Тимошенко В. І. Соціальні детермінанти агресії. Держава і право. 2012. Вип. 56. С. 15–20. https://nasplib.isofts.kiev.ua/server/api/core/bitstreams/12a4272b-b55b-40ac-ba31-0d8f03161fdc/content

39. Фройд З. Психологія мас і аналіз людського «Я» / пер. з нім. В. Чайковського. Харків : Фоліо, 2021. 160 с. https://librarius.pro/book/psykholohiia-spilnot-i-analiz-liudskoho-ya

40. Чамлай Д. М. Причини агресивної поведінки в підлітковому віці. Наука. Освіта. Молодь. 2020 С. 117-122 https://library.udpu.edu.ua/library_files/stud_konferenzia/2020/1/92.pdf

41. Черненко О. Г. Групова корекція в подоланні агресивної поведінки підлітків : кваліфікаційна робота / науковий керівник – канд. пед. наук, доц. Лариса Олександрівна Гапоненко. Кривий Ріг, 2024. 69 с. https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/11383

42. Шайхлісламов З. Р., Бурлєєва М. О. Агресія як системна властивість серед підлітків. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. Т. 36 (75), № 6. С. 84–90. https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/6_2025/15.pdf

43. Шевчук В. О. Особливості прояву агресії у молодшому та старшому підлітковому віці у дітей із уповільненим психічним розвитком. *Молодий вчений*. 2020. № 5 (81). С. 334–337. https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/1024