

Міністерство освіти і науки України
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка

Факультет педагогіки і психології
Кафедра психології розвитку та консультування

Кваліфікаційна робота
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АГРЕСИВНОЇ
ПОВЕДІНКИ У МОЛОДШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Спеціальність 053 Психологія
ОПП «Психологія»

Здобувачки першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти, групи П-45
Кріль Вікторії Ярославівни

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК:
кандидат психологічних наук, доцент
Сіткарь Віктор Ілліч

РЕЦЕНЗЕНТ:
кандидат психологічних наук, доцент
Жизномірська Оксана Ярославівна

Тернопіль – 2026

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ	7
1.1. Питання соціально-психологічних чинників агресивної поведінки особистості у підлітковому віці у контексті сучасних наукових досліджень	7
1.2. Психологічна характеристика підліткового віку	12
1.3. Соціально-психологічні чинники агресивної поведінки та її наслідки у підлітковому віці	19
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ	23
2.1. Діагностика рівнів агресивної поведінки молодших підлітків	23
2.2. Впровадження системи заходів соціально-психологічної профілактики агресивної поведінки молодших підлітків	36
2.3. Перевірка ефективності здійсненого експерименту з проблеми дослідження	40
ВИСНОВКИ	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	50
ДОДАТКИ	54

ВСТУП

В сучасних умовах трансформації соціально-економічних процесів в Україні та зміни системи суспільних орієнтирів особливої значущості набуває дослідження соціально-психологічних чинників становлення особистості, зокрема тих, що зумовлюють прояви агресивної поведінки. Зазначені чинники перебувають у тісному взаємозв'язку з різними складовими суспільного життя – як об'єктивного, так і суб'єктивного характеру, водночас характеризуючись власними, відносно самостійними механізмами функціонування та впливу.

Сучасні наукові уявлення щодо причин виникнення агресії дають підстави виокремити низку ключових детермінант агресивності в підлітковому віці. До них належать особливості сімейного виховання та освітнього середовища, вплив референтної групи й підліткової субкультури, а також інтенсивний інформаційний вплив медіапростору та цифрових технологій.

Актуальність дослідження. В сучасному соціумі деструктивні прояви серед молоді є надзвичайно актуальною девіацією. Соціальна турбулентність, ескалація насильства, надлишок інформації та криза ціннісних орієнтирів роблять неповнолітніх чутливими до деструктивних зовнішніх тригерів. Занепокоєння викликає різноманітність форм цієї агресії – від словесних образ до фізичного насилля, що деструктивно позначається як на особистості самого підлітка, так і на його мікросоціумі: батьках, педагогах та однолітках.

Дослідження соціально-психологічних детермінант підліткової агресії зумовлене необхідністю створення дієвих превентивних та інтервенційних стратегій. Такі програми мають базуватися на синергії індивідуальних характеристик неповнолітніх та впливу їхнього мікрооточення: сімейних взаємин, мікроклімату в класі, а також контенту в медіапросторі й соціальних мережах. Важливість цієї теми загострюється через ескалацію боулінгу в закладах освіти, жорстокості серед однолітків та кіберагресії. Попри значний науковий доробок у царині деструктивної поведінки підлітків, системний аналіз саме соціопсихологічних факторів залишається фрагментарним. З огляду на це,

метою дослідження є розширення наукових уявлень про витoki підліткової агресивності для оптимізації методів її профілактики та нівелювання.

У теперішній час деструктивні поведінкові прояви серед неповнолітніх перебувають у центрі уваги як наукової спільноти, так і громадськості. Глибокі трансформаційні процеси в Україні зумовили переформатування не лише макроекономічних показників, а й системи соціокультурних цінностей, що безпосередньо відбилося на поведінкових патернах молоді. Особливе занепокоєння викликає інтенсифікація підліткової агресивності, яка корелює з високим рівнем емоційної лабільності (нестабільності). Сучасні соціокультурні умови висувають жорсткіші вимоги до ментального здоров'я молодших підлітків порівняно з попередніми генераціями. При цьому девіації можуть виступати або індикатором трансформації особистісних якостей, або механізмом адаптації до зовнішнього тиску. Комплекс соціально-економічних та безпекових викликів сьогодення виступає потужним каталізатором ворожості, що актуалізує цю проблему для батьків, освітян та суспільства загалом.

Проблема підліткової агресії наразі має загальносвітовий характер і визначена як один із фундаментальних викликів сьогодення. Фундаментом для розуміння природи цього явища є концепція Е. Фромма, який трактував агресивну поведінку як навмисний акт, орієнтований на заподіяння шкоди будь-якому об'єкту (як живим істотам, так і матеріальним речам). У контексті фроммівського підходу міжособистісні та міжгрупові прояви агресивності вивчалися багатьма вітчизняними й закордонними авторами, зокрема О. Волянською, Л. Гокіною, Г. Колісниченком, П. Мовчаном, О. Мойсєєвою, В. Павелківим, Т. Пасічник тощо. Крім того, в українському науковому дискурсі помітно активізувався інтерес саме до специфіки підліткової агресії, що відображено у працях А. Гутгенбуля, Л. Гуцуляк, С. Крюкової, С. Шебанової та інших дослідників.

Об'єктом дослідження є агресивна поведінка особистості в підлітковому віці.

Предметом дослідження є соціально-психологічні чинники агресивної

поведінки особистості в молодшому підлітковому віці.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати соціально-психологічні чинники агресивної поведінки особистості в підлітковому віці та експериментально перевірити ефективність системи заходів соціально-психологічної профілактики агресивної поведінки молодших підлітків.

Відповідно до мети роботи визначено такі **завдання**:

1. Ознайомитися з питанням соціально-психологічних чинників агресивної поведінки особистості у молодшому підлітковому віці в контексті сучасних наукових досліджень.
2. Надати психологічну характеристику підліткового віку.
3. Визначити соціально-психологічні чинники агресивної поведінки та її наслідки у підлітковому віці.
4. Здійснити діагностику рівнів агресивної поведінки підлітків та на основі отриманих результатів впровадити систему заходів соціально-психологічної профілактики агресивної поведінки молодших підлітків.
5. Перевірити ефективність здійсненого експерименту з проблеми дослідження.

Методи дослідження. У процесі виконання роботи використано комплекс загальнонаукових та емпіричних методів:

- теоретичні методи: аналіз, синтез, порівняння та узагальнення наукової літератури з проблеми агресивної поведінки підлітків;
- емпіричні методи: методика діагностики показників і форм агресії Басса-Даркі (для виявлення рівня агресивності та її основних форм у підлітків); методика Розенцвейга (для дослідження особливостей поведінкових реакцій підлітка в ситуаціях фрустрації); опитувальник А. Ассінгера (для визначення рівня схильності до агресивної поведінки в міжособистісній взаємодії); спостереження, бесіди, експеримент;
- статистичні методи: обробка результатів дослідження, порівняння середніх значень, кількісний і якісний аналіз даних, побудова графіків, що забезпечило об'єктивність і достовірність отриманих результатів.

Експериментальна база дослідження: Економічний ліцей №9 імені Іванни Блажкевич. У дослідженні взяли участь 30 учнів із 7-А та 6-А класів віком 11-13 років.

Практичне значення отриманих результатів дослідження полягає у можливості їх використання в діяльності практичних психологів, соціальних педагогів та класних керівників закладів загальної середньої освіти з метою своєчасного виявлення рівнів агресивної поведінки підлітків і запобігання її подальшому розвитку. Запропонована система соціально-психологічної профілактики може бути впроваджена в освітній процес як комплекс профілактичних та корекційних заходів, спрямованих на зниження рівня агресивності та формування конструктивних моделей поведінки підлітків. Отримані результати також можуть бути використані під час розробки тренінгових програм, виховних заходів і просвітницької роботи з батьками, що сприятиме підвищенню ефективності взаємодії всіх учасників освітнього процесу у подоланні проявів агресії.

Структура курсової роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 60 сторінок, з яких основний зміст викладено на 50 сторінках. Список використаних джерел налічує 40 найменувань.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

1.1. Питання соціально-психологічних чинників агресивної поведінки особистості у підлітковому віці у контексті сучасних наукових досліджень

Вивчення агресивної поведінки як комплексного психосоціального феномену здійснюється на стику різних галузей наукового знання, що зумовлює наявність значного розмаїття підходів до розуміння його сутності. У науковому дискурсі та практиці такі дефініції, як «агресія», «агресивність» та «агресивна поведінка», часто вживаються як синоніми, що призводить до розмивання змістових меж між ними. Ця термінологічна невизначеність актуалізує потребу в ґрунтовному теоретичному аналізі для чіткої диференціації зазначених категорій.

Так, у малій енциклопедії із соціальної педагогіки за редакцією І. Зверєвої агресивність розглядається як властивість особистості або емоційний стан, що проявляється через імпульсивність, інтенсивні афективні переживання та заподіяння психологічної, моральної чи фізичної шкоди іншим людям [24, с. 336]. Водночас в сучасному тлумачному психологічному словнику В. Шапаря агресія визначається як цілеспрямована дія окремої особи або групи, спрямована на завдання шкоди іншому суб'єкту. За умови систематичного повторення такі дії можуть закріплюватися в поведінці та набувати характеру стійкої особистісної риси – агресивності, яку автор пов'язує зі схильністю до ворожих і руйнівних форм реагування [28]. У межах окремих психологічних концепцій виникнення агресивних проявів також пояснюється впливом вроджених механізмів поведінки, що розглядаються як одна з біологічних передумов формування ворожих реакцій.

У межах соціально-психологічного підходу агресія розглядається з

урахуванням її поведінкових проявів та впливу на міжособистісну взаємодію. Так, В. Трофимчук визначає агресію як активність, спрямовану на заподіяння фізичної або моральної шкоди іншій особі чи об'єкту [26, с. 155]. На думку Л. Гуцуляк, агресивна поведінка являє собою свідомі дії особистості, які порушують соціальні норми та правила співжиття, завдають шкоди оточенню, спричиняють психологічний дискомфорт і можуть мати негативні фізичні або моральні наслідки для інших людей [6, с. 25]. Різноманітність наукових підходів до розуміння агресії та особливостей її прояву узагальнено в таблиці 1.1 [30, с. 19].

Таблиця 1.1

**Теоретичні підходи до інтерпретації поняття «агресія» в
психологічній науці**

Підхід	Сутність прояву	Наслідки поведінки
Соціально-нормативний	Агресія розглядається як поведінка, що порушує соціальні норми та супроводжується тиском на інших осіб або об'єкти	Спрямована на завдання фізичної чи моральної шкоди, а також пошкодження матеріальних цінностей
Діяльнісний	Агресія як форма активності, що може проявлятися як у індивідуальній, так і груповій взаємодії	Орієнтована на свідоме заподіяння шкоди або створення перешкод для інших
Особистісно-динамічний	Агресивні прояви як особистісна схильність до жорстких способів реагування в міжособистісних ситуаціях	Може бути як ситуативною реакцією, так і відносно стійкою рисою, пов'язаною з особливостями виховання та емоційного розвитку
Експансивний	Агресія як форма активного тиску або домінування в соціальній взаємодії	Часто призводить до конфліктів, порушення взаємодії та негативних наслідків для інших
Ситуативно-реактивний	Агресивна поведінка як реакція на стресові або фруструючі обставини	Виникає як відповідь на напруження, негативні переживання або соціальні труднощі

Як зазначає С. Шебанова, узгодження різних підходів до трактування

зазначених понять може стати важливим кроком у подальшому вивченні проблеми психологічної деструктивності [30]. Особливого значення це набуває при розгляді онтогенетичних аспектів розвитку особистості. У дослідженнях Н. Слободяник розкриваються особливості проявів деструктивної поведінки в дитячому та підлітковому віці, визначаються чинники її виникнення та окреслюються підходи до корекційної роботи [23, с. 165].

Аналіз наукових джерел дає підстави стверджувати, що за характером провідних форм прояву агресивної поведінки підлітків можна умовно поділити на чотири основні групи (рис. 1.1):

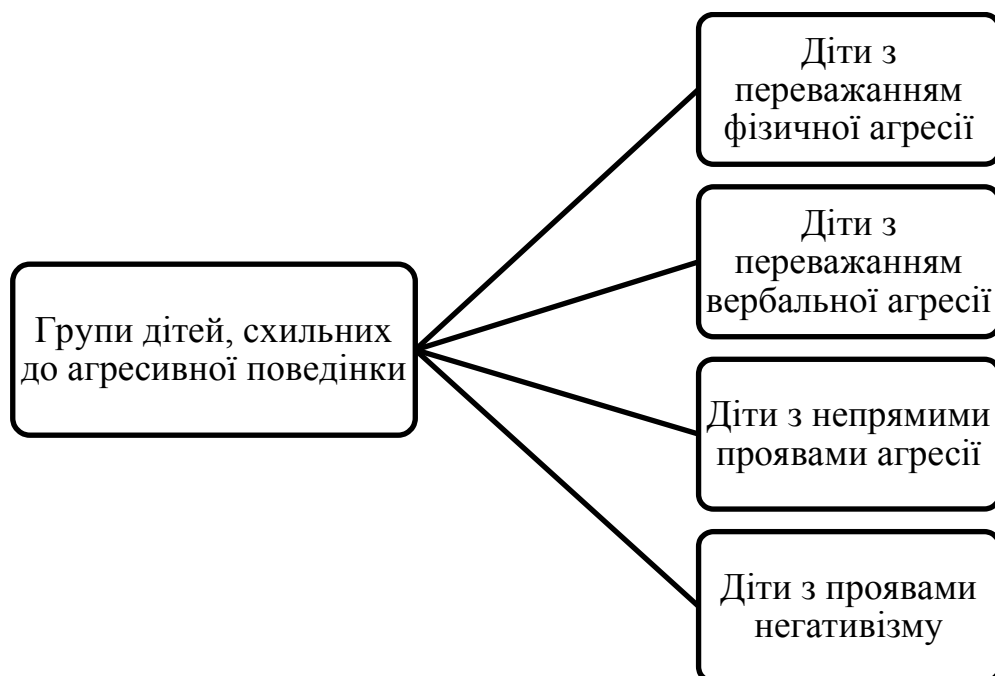


Рис. 1.1 Класифікація дітей, схильних до агресивної поведінки, за домінуючими формами її прояву

1. Діти з переважанням фізичної агресії.

Такі діти вирізняються активністю, рішучістю та схильністю до поведінкових ризиків. Вони часто мають підвищену потребу в самоствердженні, прагнуть визнання з боку однолітків і можуть проявляти лідерські якості у груповій взаємодії. Водночас для них характерна тенденція до домінування в міжособистісних відносинах, що поєднується з емоційною

нестабільністю та недостатнім рівнем самоконтролю. Формування таких особливостей нерідко пов'язане з недоліками ранньої соціалізації. Подібні підлітки орієнтовані на новизну та яскраві враження, тому монотонні або обмежувальні ситуації можуть викликати у них роздратування. Вони схильні діяти імпульсивно, не завжди враховуючи можливі наслідки своїх вчинків, а також мають труднощі з аналізом власного досвіду та дотриманням соціальних норм поведінки.

2. Діти з переважанням вербальної агресії.

Діти з цієї групи зазвичай характеризуються підвищеною емоційною чутливістю, схильністю до тривожних переживань і зниженим рівнем самооцінки. Їхній емоційний стан часто має нестійкий характер і може коливатися у бік пригніченості або песимістичного сприйняття подій. На перший погляд такі підлітки можуть здаватися замкненими або дистанційованими у спілкуванні, однак у довірливій взаємодії вони здатні проявляти відкритість і контактність. Для них характерна підвищена вразливість до стресових ситуацій і труднощі з емоційною регуляцією, що призводить до різких реакцій навіть на незначні подразники. У відповідь на фруструючі обставини вони частіше вдаються до словесного вираження негативних емоцій, що може поєднуватися з загальною стриманістю у поведінці та схильністю уникати прямих конфліктних дій.

3. Діти з непрямими проявами агресії.

Для таких підлітків характерні труднощі у контролі власної поведінки, схильність до швидких реакцій та недостатнє усвідомлення наслідків своїх дій. У багатьох випадках вони орієнтуються на негайне задоволення власних потреб, що може призводити до ігнорування соціальних та моральних норм. Подібні форми поведінки часто мають прихований характер і пов'язані з поєднанням прагнення до самоствердження та водночас підвищеної емоційної чутливості й залежності від підтримки оточення. Такі підлітки гостро реагують на критику, що може проявлятися у формі недовіри, напруженості або опосередкованих агресивних реакцій [13, с.19].

4. Діти з проявами негативізму.

Таким підліткам властиві підвищена чутливість до оцінки з боку оточення, вразливість і схильність до самоствердження на тлі високих особистісних домагань. Вони болісно реагують на критику, сприймаючи її як загрозу власному «Я», що часто призводить до протестної поведінки у відповідь на виховні або коригувальні впливи. У таких підлітків емоційні реакції можуть бути досить вираженими, однак водночас вони здатні частково враховувати соціальні норми та стримувати власні висловлювання, щоб уникнути відкритого конфлікту. Їхня поведінка може варіюватися від активного заперечення до більш прихованих форм опору, що проявляється у зниженні комунікативної активності та дистанціюванні від взаємодії з оточенням [13, с. 19].

Аналіз розвитку цих явищ свідчить, що початкові прояви агресивної поведінки підлітків зазвичай мають ситуативний характер і виникають як реакція на зовнішні стресові впливи. На цьому етапі вони не завжди усвідомлюються як сталі форми поведінки. Водночас за певних умов така реакція може закріплюватися та поступово набувати ознак стабільної поведінкової моделі. Це відбувається під впливом поєднання труднощів соціальної адаптації, суперечностей між особистими очікуваннями підлітка та реальними умовами його життя, а також обмежених можливостей ефективного подолання стресових ситуацій [15, с. 91].

Важливе значення у формуванні та закріпленні подібних поведінкових моделей має структура самосвідомості особистості, яка впливає на способи реагування на внутрішні суперечності через використання психологічних захисних механізмів [31, с. 237]. У дослідженнях В. Шевченко, А. Оганян, Л. Степаненко, Н. Меленчук, К. Прокопенко встановлено, що домінування таких механізмів, як заперечення та проєкція, пов'язане з більш частими проявами відкритої фізичної або вербальної агресії. Окремі результати, отримані Л. Степаненко, свідчать про взаємозв'язок між особливостями психологічного захисту та рівнем емоційної нестабільності, зокрема

підвищеною тривожністю та нейротичними проявами.

Водночас у дослідженнях Н. Меленчук та К. Прокопенко встановлено зв'язок між окремими механізмами психологічного захисту (зокрема витісненням, регресією, компенсацією та заміщенням) і рівнем комунікативної агресивності. Особи з більш вираженими агресивними проявами частіше використовують регресивні та компенсаторні способи реагування, які можуть слугувати своєрідним засобом зниження внутрішнього напруження через повернення до більш простих і менш зрілих форм поведінки [16, с. 27].

Узагальнення теоретичних підходів дозволяє розглядати агресивну поведінку у підлітковому віці як складне соціально-психологічне явище, формування якого визначається взаємодією соціальних умов та індивідуально-психологічних особливостей особистості. Перехід до стійких форм агресивної поведінки пов'язаний з недостатньою сформованістю адаптаційних ресурсів та переважанням неадаптивних способів психологічного реагування, що зумовлює необхідність індивідуалізованих підходів до профілактики та корекції таких проявів.

1.2. Психологічна характеристика підліткового віку

В сучасних психолого-педагогічних дослідженнях підлітковий вік розглядається як перехідний етап між дитинством і ранньою юністю, що визначає особливості подальшого розвитку особистості. Саме цей проміжний статус зумовлює основні напрями становлення підлітка.

На цьому етапі особистість зазнає значних внутрішніх змін, пов'язаних із суперечностями, когнітивними труднощами та пошуком власної ідентичності. Поведінка підлітка часто характеризується поєднанням протилежних тенденцій: прагненням до самостійності та дистанціювання від дорослих, з одного боку, і водночас потребою у підтримці та прийнятті з боку групи однолітків – з іншого. Емоційні стани можуть швидко змінюватися від

піднесення до апатії або розчарування, що є типовим для цього вікового періоду та пов'язане з процесом соціального самовизначення.

Водночас в умовах сучасного цифрового середовища традиційне розуміння дорослості зазнає поступових змін і втрачає чіткі межі. У результаті підлітки нерідко стикаються з відчуттям недостатньої самостійності та певної внутрішньої незавершеності у процесі становлення особистості. У таких умовах формування ідентичності часто пов'язується не лише з особистісними характеристиками, а й із зовнішніми соціальними орієнтирами. Матеріальні об'єкти – зокрема бренди, гаджети та інші статусні речі – починають виконувати роль символічних засобів самовираження і стають одним із критеріїв соціального визнання у підлітковому середовищі [18].

Для детальнішого аналізу нижче наведено систематизовану психологічну характеристику підліткового віку за ключовими сферами розвитку (табл. 1.2).

Таблиця 1.2

Психологічна характеристика підліткового віку

Сфера розвитку	Основні характеристики	Поведінкові маркери
Когнітивна (мислення)	- Перехід до формально-операційного мислення. - Розвиток метакогнітивних здібностей.	- Оперування гіпотетичними поняттями (етика, справедливість). - Гіпотетично-дедуктивне мислення. - Багатоваріантність розв'язання проблем.
Особистісна (самосвідомість)	- Посилення рефлексії. - Криза ідентичності («Хто я?»). - Формування «почуття дорослості».	- Роздуми про життєві цілі. - Експерименти з ролями (лідер, бунтар, аутсайдер). - Дистанціювання від родини. - Імітація кумирів (блогерів, зірок).
Емоційна	- Емоційна лабільність («гормональна буря»). - Розвиток емпатійного потенціалу.	- Різкі коливання настрою без видимих причин. - Висока афективність (спалахи гніву, образи). - Гіперсенситивність до зовнішньої критики. - Тривожність через тілесні зміни.

Вольова	- Розвиток саморегуляції та цілеспрямованості. - Амбівалентність вольових дій.	- Вибіркова відповідальність (залежність від інтересу). - Капітуляція перед імпульсами. - Конфлікти «хочу – не хочу», «можу – не можу».
Соціальна та комунікативна	- Зміна провідної діяльності (пріоритет спілкування).	- Однолітки як емоційна підтримка. - Страх соціальної ізоляції. - Асиміляція «правил дружби»,

Продовження табл. 1.2

	- Прагнення до мікросоціальної автономії.	перша закоханість. - Ризик девіантної соціалізації при фрустрації.
Моральний розвиток	- Формування критичної системи цінностей. - Виражений соціальний ідеалізм.	- Скепсис щодо авторитету дорослих. - Нігілістичний протест, суперечки заради суперечок. - Гостре неприйняття подвійних стандартів.
Матеріально-споживча спрямованість	- Речі та бренди як медіатори самовираження.	- Матеріальні об'єкти як «соціальна валюта» статусу. - Маркетингова залежність (ілюзія значущості).

Фундаментальним вектором психічного розвитку у підлітковому віці є інтелектуальна перебудова, пов'язана з формуванням формально-операційного мислення. Когнітивні процеси поступово втрачають залежність від наочного досвіду та конкретних об'єктів, набуваючи абстрактно-логічного характеру. Одночасно формується основа метакогніції – здатності особистості рефлексувати над власними пізнавальними процесами, самостійно моделювати, контролювати та коригувати інтелектуальні стратегії [3].

У поведінковій площині та реальній діяльності ці новоутворення проявляються через здатність оперувати теоретичними конструктами та категоріями високого рівня узагальнення, зокрема етичними принципами, гуманістичними цінностями та ідеєю соціальної справедливості. Мислення набуває гіпотетично-дедуктивного характеру: підліток стає спроможним висувати абстрактні припущення, вибудовувати складні причинно-наслідкові зв'язки та перевіряти гіпотези на рівні мисленнєвих операцій [4, с. 175]. Крім

того, розвиток інтелектуальної гнучкості дозволяє відійти від лінійного сприйняття дійсності й усвідомлювати багатоваріантність і альтернативні способи розв'язання проблемних ситуацій, що суттєво розширює адаптаційні можливості особистості.

Етап пубертатного розвитку характеризується суттєвими соматичними змінами, провідним змістом яких є інтенсивне статеве дозрівання. Ці біологічні процеси, які в науковій літературі часто описуються як «ендокринні зміни», зумовлюють значні трансформації як на фізичному, так і на психоемоційному рівнях. Інтенсивність цих змін може створювати ризики тимчасової дестабілізації внутрішньої рівноваги особистості.

Аналіз емоційної сфери підлітків засвідчує її підвищену нестабільність, що зумовлена взаємодією біологічних і психосоціальних чинників. Гормональні зміни знижують поріг емоційної збудливості та впливають на стабільність психічних реакцій. Це проявляється у частих і швидких коливаннях настрою, які можуть виникати без очевидних зовнішніх причин. Послаблення когнітивного контролю над емоціями спричиняє появу раптових афективних реакцій – від підвищеної емоційності та радості до гніву, агресії або глибокої образи.

Паралельно відбувається формування емоційної ідентичності та розвиток емпатійних здібностей. Прагнення до виокремлення власного «Я» та одночасної інтеграції в соціальне середовище зумовлює підвищену чутливість до зовнішніх оцінних суджень. Критика або зауваження, особливо з боку референтної групи чи значущих дорослих, часто сприймаються підлітком як загроза особистісній цілісності, що спричиняє виражені захисні реакції протестного характеру. Додатковим фактором емоційної нестабільності є підвищений рівень тривожності, який має подвійне спрямування: з одного боку, він пов'язаний з переживаннями щодо змін власного тіла, з іншого – з екзистенційними страхами соціальної ізоляції та самотності. У результаті емоційна сфера підлітка набуває суперечливого характеру, в якому біологічні зміни поєднуються з підвищеною соціально-перцептивною вразливістю, що

визначає специфіку його адаптаційних реакцій [21, с. 212].

Трансформація вольової сфери у підлітковому віці характеризується гетерохронністю розвитку, за якої формування вищих регуляторних механізмів поєднується з нестабільністю поведінкових патернів. Одним із ключових новоутворень цього періоду є розвиток саморегуляції та становлення свідомої цілеспрямованості. Підліток поступово опановує навички довгострокового планування та вольового зусилля, однак вольова сфера залишається суперечливою та амбівалентною. Ця суперечливість відображає незавершеність розвитку лобних структур мозку та внутрішній конфлікт між свідомим контролем поведінки і ситуативними імпульсивними реакціями.

У поведінковій площині зазначена амбівалентність проявляється через феномен вибіркової відповідальності та часткової дисциплінованості. Вольова активність значною мірою зумовлюється наявністю безпосереднього інтересу та високого рівня внутрішньої мотивації; за їх відсутності знижується здатність до підтримання вольового зусилля. Крім того, через функціональну незрілість гальмівних механізмів психіки спостерігається переважання емоційних імпульсів над раціональними намірами, що може призводити до порушення раніше сформованих програм поведінки. Додатковим чинником нестабільності виступають внутрішньоособистісні конфлікти, які проявляються у формі когнітивно-вольових дисонансів: «хочу – не хочу» (внутрішній конфлікт мотивацій і опір зовнішнім вимогам) та «можу – не можу» (зниження почуття самоєфективності, що супроводжується коливаннями між завищеними очікуваннями та відчуттям безпорадності).

Зміни соціально-комунікативної сфери у підлітковому віці супроводжуються суттєвими змінами міжособистісної взаємодії та трансформацією провідного типу діяльності. Навчально-пізнавальна діяльність поступово втрачає свій провідний статус у мотиваційній структурі особистості, поступаючись місцем інтимно-особистісному спілкуванню, яке стає основним простором для самовираження та особистісного розвитку. Цей

процес відбувається паралельно з посиленням прагнення до автономії, що проявляється у віддаленні від дорослих, переосмисленні їхнього авторитету та перегляді дитячих моделей поведінки, що зумовлює пошук нових референтних груп.

У поведінковій площині та реальній діяльності ці новоутворення проявляються через перенесення психоемоційної опори на однолітків, які виступають основним джерелом підтримки та засобом підтвердження власної значущості. Рівень важливості діяльності значною мірою залежить від її включеності в соціальний контекст. У підлітковому віці формується потреба у входженні до молодіжної субкультури або мікрогрупи; прагнення стати «своїм» супроводжується страхом соціальної ізоляції. В цьому середовищі відбувається засвоєння правил міжособистісної взаємодії (норм лояльності, взаємодопомоги та групової взаємності), а також формуються основи психосексуального розвитку, зокрема перші романтичні симпатії та переживання [1, с. 69]. Мотиваційна сфера спілкування змінюється: від потреби у включеності до групи – до прагнення зайняти більш значуще місце в колективі, встановити власні психологічні межі та реалізувати потребу в самоствердженні [8, с. 112].

Порушення комунікативної сфери та деструктивні конфлікти в мікрогрупі часто виступають чинниками зниження академічної успішності. Водночас покращення та стабілізація міжособистісних взаємин має протилежний ефект і сприяє підвищенню навчальних результатів підлітка [2, с. 174]. Реалізація просоціальної активності на цьому етапі може проявлятися через різні види діяльності: навчально-пізнавальну, трудову, креативну, спортивну або соціально орієнтовану. Її ключовою ознакою є переживання підлітком власної значущості та корисності для референтної групи.

Ключовим змістовим ядром підліткового періоду є криза ідентичності та процес самовизначення. У відповідь на запит «Хто я?» індивід експериментує з різними соціальними ролями – від лідерських і протестних до пасивно-споглядальних. Важливим проявом цього етапу є поведінкова імітація, що

полягає у копіюванні моделей поведінки медійних фігур, інфлюенсерів або значущих дорослих. На основі цього поступово формується власна система цінностей, яка на ранніх етапах часто вступає в суперечність з нормами сім'ї та школи [5, с. 320]. Додатковим ризиком цього періоду є можливість девіантної соціалізації. У разі невдачі у здобутті соціального визнання в провідних групах підліток може переживати фрустрацію, що підвищує його чутливість до зовнішнього впливу. Це, у свою чергу, може сприяти включенню до асоціальних або деструктивних неформальних груп, де статус досягається через порушення соціальних і морально-правових норм [27, с. 75].

Трансформація морально-етичної сфери підлітка пов'язана з переосмисленням попередніх світоглядних установок і формуванням автономної ціннісної системи. У цьому процесі важливу роль відіграє розвиток критичного мислення, що зменшує залежність від зовнішніх авторитетів. Для цього періоду характерний соціальний ідеалізм – прагнення до справедливого та досконалого суспільного устрою. У поведінці це проявляється зростанням скептицизму щодо традиційних норм і авторитетів, передусім батьків і педагогів. Підліток частіше демонструє протестні реакції та дискусійну поведінку як спосіб утвердження власної автономії. Конфлікт між ідеалізованими уявленнями та реальними соціальними нормами може призводити до когнітивного дисонансу і посилення опозиційних установок [25, с. 312].

Трансформація мотиваційно-потребнісної сфери підлітка в сучасному соціокультурному середовищі характеризується посиленням матеріально-споживчої орієнтації. Предмети побуту, одяг і брендові символи поступово виходять за межі утилітарної функції та набувають значення засобів самопрезентації й формування зовнішньої ідентичності. У підлітковому середовищі вони часто виконують роль маркерів соціального статусу та групового визнання. Це підсилює залежність від медіа- та маркетингового впливу, який формує уявлення про зв'язок між володінням певними речами та особистісною значущістю. Обмежені матеріальні можливості родини можуть

спричиняти фрустрацію, зниження самооцінки та напруження у взаєминах із батьками.

Отже, підлітковий період постає як багатовимірний і внутрішньо суперечливий процес перебудови психічної організації індивіда. Психологічний профіль цього віку визначається взаємодією біологічних чинників пубертату та інтенсивних соціокультурних впливів. Розвиток когнітивної сфери, зокрема формально-логічного мислення та рефлексії, відбувається на тлі емоційної нестабільності, вольової амбівалентності та кризи ідентичності. Провідна орієнтація на спілкування з однолітками та прагнення до автономії від дорослих змінюють механізми соціалізації. У цьому контексті успішна адаптація та моральне самовизначення залежать від здатності долати внутрішні суперечності, інтегруватися в референтне середовище та конструктивно розв'язувати кризові ситуації транзитного етапу.

1.3. Соціально-психологічні чинники агресивної поведінки та її наслідки у підлітковому віці

В сучасних психолого-педагогічних дослідженнях проблема агресивної поведінки підлітків набуває особливої актуальності. Це пов'язано з тим, що підлітковий вік характеризується інтенсивними фізіологічними, емоційними та соціально-психологічними змінами, які супроводжують процес формування особистісної та психосоціальної ідентичності. Одним із характерних проявів цього періоду є підвищена емоційна чутливість і афективна лабільність, що можуть виявлятися в імпульсивних реакціях на зауваження, вимоги або оцінки з боку дорослих та однолітків.

Формування зазначених девіантних проявів має комплексний та міждисциплінарний характер. Воно зумовлюється взаємодією зовнішніх соціальних чинників (соціальної нестабільності, деструкції суспільних

інститутів) та внутрішніх закономірностей вікового розвитку, які впливають на становлення комунікативної сфери особистості. Сучасні суспільно-політичні зміни, економічна нестабільність, а також воєнні та безпекові виклики безпосередньо впливають на систему ціннісних орієнтацій, психоемоційний стан і поведінкові моделі підлітків.

Узагальнена система соціально-психологічних чинників, що зумовлюють агресивну поведінку підлітків, а також напрями відповідних деструктивних змін представлена у таблиці 1.3. [22, с. 310]. Дані таблиці унаочнюють складну багатокомпонентну структуру детермінант підліткової агресивної поведінки, а також диференціюють напрями її впливу на життєвий простір неповнолітніх. Наведена систематизація дозволяє розглядати агресивну поведінку не як випадковий ізольований акт, а як результат сукупного впливу біологічних, соціальних і макросоціальних чинників.

Таблиця 1.3

Чинники та наслідки агресивної поведінки в підлітковому віці

Група чинників	Зміст чинників та механізми впливу	Наукове обґрунтування	Наслідки для особистості та соціуму
1. Мікросоціум: сімейне середовище	Деформація виховних стратегій (авторитарний стиль, гіперконтроль, емоційне відчуження). Домашнє насильство, депривація базових потреб у безпеці та емоційній підтримці.	Концепція соціального наuczіння А. Бандури; праці Ю. Гіппенрейтер; дослідження О. Мойсеєвої; теорія виховних моделей О. Власової.	Порушення емоційної регуляції; формування неадаптивних копінг-стратегій; зниження емпатії; негативні зміни самооцінки; ризик тривожних і депресивних проявів.
2. Інституційний простір: освітнє середовище	Педагогічна упередженість, суб'єктивізм, низький рівень емпатійної взаємодії. Хронічний навчальний стрес та	Теоретичні положення О. Яковлевої; емпіричні дослідження В. Сабат, О. Кінах [22, с. 310].	Зниження навчальної мотивації; погіршення академічної успішності; зростання

	академічний тиск. Формування агресії як захисної реакції.		конфліктності у шкільному середовищі.
3. Референтна група однолітків	Булінг, групова ієрархізація, соціальна ізоляція. Використання агресії як засобу підвищення статусу в групі.	Дослідження Є. Кірічевської.	Порушення міжособистісних зв'язків; соціальна ізоляція; формування девіантних моделей поведінки.
4. Індивідуально- психологічний та ендогенний рівень	Гормональні зміни, нейромедіаторний дисбаланс (серотонін, дофамін). Незрілість префронтальної	Нейробіологічні та вікові дослідження розвитку центральної нервової системи.	Закріплення девіантних поведінкових патернів; схильність до асоціальних форм поведінки;

Продовження табл. 1.3

	кори. Акцентуації характеру, низький емоційний інтелект, страх соціальної ізоляції.		використання агресії як провідного способу взаємодії.
5. Макросоціум і медіапростір	Соціально-економічна нестабільність, вплив воєнних умов, психофізіологічне виснаження. Вплив медіа, що сприяє нормалізації насильницьких моделей поведінки.	Аналіз сучасних соціокультурних та безпекових умов розвитку підлітків.	Закріплення агресивних моделей поведінки; підвищений ризик соціальної дезадаптації.

Розглядаючи витоки підліткової агресії, доцільно виокремити індивідуально-психологічний та психофізіологічний рівні. Біологічне підґрунтя – гормональна перебудова організму, коливання нейромедіаторного обміну та незавершене дозрівання лобних часток кори головного мозку – зумовлює підвищену емоційну вразливість і імпульсивність. Проте зазначені нейробіологічні чинники реалізуються у поведінкових проявах лише у поєднанні з індивідуально-психологічними особливостями, зокрема

акцентуаціями характеру, зниженим рівнем емпатії та страхом соціальної ізоляції.

Наступні ланки причинно-наслідкового комплексу – сімейне середовище та інституційні простори – виступають важливими чинниками формування агресивної поведінки підлітків. Порушення виховного потенціалу сім'ї (від авторитарного стилю до емоційної байдужості) позбавляє дитину відчуття безпеки та психологічної підтримки. Водночас заклади освіти замість виконання підтримувальної та стабілізуючої функцій часто посилюють фрустрацію через суб'єктивізм педагогів і високий рівень тривожності, зумовлений постійним оцінюванням. Особливого значення набуває референтна група однолітків, у межах якої вербальна або фізична агресія може використовуватися як засіб підтримання соціального статусу та формування групової ієрархії. У таких умовах підліток може вдаватися до агресивних дій як для самоствердження, так і для захисту від соціального виключення та цькування. На макросоціальному рівні ці процеси підсилюються сучасними суспільними умовами, зокрема тривалим впливом воєнної ситуації, економічною нестабільністю та впливом медіапростору, в якому можуть поширюватися агресивні моделі поведінки.

Узагальнення векторів наслідків свідчить, що регулярне відтворення агресивної поведінки призводить до погіршення особистісного та соціального функціонування підлітка. Виявлені у процесі аналізу сфери дезадаптації перебувають в тісному взаємозв'язку та взаємно підсилюють одна одну. Порушення внутрішньої регуляції, що супроводжується закріпленням неадаптивних копінг-стратегій, зумовлює зниження когнітивних можливостей індивіда.

Наслідком цього є академічний регрес, за якого тривала психоемоційна напруга знижує навчальну мотивацію, погіршує успішність і підвищує ризик освітньої дезадаптації. Завершальним етапом зазначеної динаміки є порушення процесів соціальної інтеграції, що проявляється у послабленні нормативних соціальних зв'язків і підвищенні ризику залучення підлітка до

асоціальних груп, де девіантні моделі поведінки можуть сприйматися як норма.

Отже, агресивна поведінка у підлітковому віці є складним багатовимірним феноменом, формування якого зумовлене сукупністю причинних чинників [19, с. 46]. Ключові детермінанти мікро-, мезо- та макрорівнів не функціонують ізольовано, а перебувають у стані взаємодії та взаємного посилення. Як наслідок, кумулятивний ефект сімейних деформацій, шкільного дистресу, групового тиску та загальної соціально-політичної й воєнної нестабільності призводить до трансформації ситуативних афективних реакцій підліткового віку у стійкі форми девіантної поведінки особистості.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ

2.1 Діагностика рівнів агресивної поведінки молодших підлітків

Організацію експериментального дослідження соціально-психологічних чинників агресивної поведінки молодших підлітків визначено на основі теоретичних положень, викладених у попередньому розділі роботи, що забезпечило концептуальну узгодженість дослідження. З метою емпіричного виявлення рівнів агресивної поведінки молодших підлітків проведено констатувальний етап експерименту на базі Економічного ліцею №9 імені Іванни Блажкевич.

Емпіричне дослідження здійснювалося за попередньо розробленою діагностичною програмою, яка передбачала комплексну організацію дослідницького процесу з урахуванням адміністративно-організаційних, етичних та психолого-педагогічних аспектів. Зокрема, здійснено такі кроки:

- Організаційне забезпечення: узгоджено з керівництвом закладу умови й порядок проведення емпіричного етапу роботи.
- Формування вибірки та регламенту: визначено коло респондентів, а також скоординовано з класними керівниками та психологом оптимальний графік і тривалість роботи з підлітками.
- Урахування контексту: взято до уваги специфіку життєдіяльності сучасних підлітків.
- Попередній аналіз: досліджено характерні прояви підліткової агресивності та враховано особистісні характеристики досліджуваних.
- Методичне забезпечення: підібрано й обґрунтовано комплекс діагностичного інструментарію, який пройшов верифікацію та погодження зі

шкільним психологом.

Мета експериментального дослідження полягає у виявленні впливу соціально-психологічних чинників на формування агресивної поведінки дітей раннього підліткового віку, а також в оцінці ефективності розробленої програми профілактики та корекції агресивних проявів.

Для досягнення поставленої мети було визначено такі завдання:

- Здійснити первинний діагностичний зріз для фіксації базового рівня та специфіки агресивних тенденцій у вибірці молодших підлітків.
- Інтерпретувати емпіричні дані щодо впливу мікро- та макросоціальних чинників на поведінкову сферу респондентів.
- Реалізувати програму психокорекційного та профілактичного супроводу, після чого верифікувати її динамічний вплив на зниження агресивності підлітків.

Емпірична складова дослідження охоплювала констатувальний, формувальний і контрольний етапи (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Етапи та методи експериментального дослідження

Етап дослідження	Зміст етапу	Основні методи та дії
Констатувальний етап	Визначення вихідного рівня агресивності молодших підлітків та чинників її прояву	- Діагностика рівня агресивності (методика Басса-Даркі; методика Розенцвейга (тест фрустраційних реакцій, P-F Study); методика діагностики агресивності (опитувальник А. Ассінгера)). - Бесіди з батьками. - Спостереження. - Аналіз соціального оточення (сім'я, школа, соціальні мережі).
Формувальний етап	Реалізація заходів, спрямованих на зниження агресивної поведінки	- Розробка та впровадження профілактично-корекційної програми. - Проведення занять, тренінгів, консультацій. - Залучення батьків і вчителів до корекційної роботи.
Контрольний етап	Оцінка ефективності	- Повторна діагностика рівня агресивності - Порівняльний аналіз результатів.

	проведеної роботи	- Формулювання висновків щодо ефективності програми.
--	-------------------	--

У дослідженні взяли участь 30 учнів із 7-А та 6-А класів Економічного ліцею №9 імені Іванни Блажкевич віком 11-13 років, оскільки саме в молодшому підлітковому віці закладаються основні способи реагування на конфлікти. Загальна вибірка була розподілена на дві групи після проведення констатувального етапу дослідження за рівнем виявленої агресії: експериментальну групу (ЕГ), до складу якої увійшло 15 учнів, та контрольну групу (КГ), що налічувала 15 учнів (оскільки класи по 15 осіб). Учасники обох груп перебували в однакових організаційно-педагогічних умовах в межах одного закладу освіти, що забезпечувало порівнюваність результатів дослідження. З учнями експериментальної групи здійснювалася цілеспрямована робота відповідно до розробленої програми заходів соціально-психологічної профілактики агресивної поведінки молодших підлітків, спрямованої на зниження рівня агресивності та формування конструктивних моделей поведінки.

Відповідно до визначених завдань емпіричного етапу роботи, було сформовано репрезентативний психодіагностичний інструментарій. Зазначений комплекс методик спрямований на детекцію та верифікацію ключових детермінант, що провокують виникнення й закріплення деструктивних поведінкових патернів у підлітків. Для забезпечення об'єктивності та валідності отриманих результатів у процесі експериментального дослідження було застосовано таку систему наукових методів:

- Теоретичні (аналіз літератури, порівняння, узагальнення).
- Емпіричні (методика діагностики показників і форм агресії Басса-Даркі (для виявлення рівня агресивності та її основних форм у підлітків); методика Розенцвейга (для дослідження особливостей поведінкових реакцій підлітка в ситуаціях фрустрації, тобто перешкод або невдач у досягненні мети);

опитувальник А. Ассінгера (для визначення рівня схильності до агресивної поведінки в міжособистісній взаємодії); спостереження, бесіди).

- Статистичні (обробка результатів, порівняння середніх значень, побудова графіків).

Констатувальний етап є важливим структурним компонентом експериментального дослідження агресивної поведінки молодших підлітків і слугує основою для формування об'єктивного уявлення про її рівень та особливості прояву. На цьому етапі здійснюється первинна діагностика, спрямована на виявлення кількісних і якісних характеристик агресивності, а також визначення соціально-психологічних чинників, що впливають на її формування та розвиток.

Метою констатувального етапу є комплексне визначення наявності, специфіки та рівня агресивної поведінки молодших підлітків, а також ідентифікація основних соціально-психологічних детермінант, що зумовлюють її прояви в умовах освітнього середовища.

Для виявлення рівня агресивності та особливостей її проявів у молодших підлітків використано комплекс психодіагностичних методик:

- методика діагностики показників і форм агресії А. Басса-А. Даркі;
- методика Розенцвейга (тест фрустраційних реакцій, P-F Study);
- методика діагностики агресивності (опитувальник А. Ассінгера).

Застосування зазначених інструментів забезпечило комплексний підхід до оцінювання як рівня агресивності, так і специфіки реакцій молодших підлітків у фруструючих та соціально значущих ситуаціях.

Методика Басса-Даркі використана для комплексного виявлення рівня та форм агресивності у підлітків, зокрема фізичної, вербальної, непрямой агресії, негативізму, образливості, підозріливості, а також схильності до переживання почуття провини. Застосований стандартизований опитувальник складається із 75 тверджень, з яких 67 є діагностичними, а решта виконують контрольну функцію. Респондентам пропонувалося оцінити кожне твердження за альтернативною шкалою «так/ні» відповідно до ступеня його

відповідності власним думкам, емоціям або поведінковим проявам.

Процедура діагностування включала кілька послідовних етапів. На підготовчому етапі учнів ознайомлено з метою дослідження у доступній формі, забезпечено доброзичливу атмосферу, а також конфіденційність отриманих результатів; інструкція до виконання тесту зачитувалася вголос. На етапі проведення учні працювали з роздрукованими бланками, на яких необхідно оцінити кожне твердження як «так» або «ні». Твердження охоплювали різні аспекти агресивної поведінки та емоційного реагування.

На етапі обробки результатів відповіді респондентів інтерпретувалися відповідно до ключа методики, що дозволило визначити показники за окремими шкалами агресивності. Зокрема, здійснювався підрахунок балів за такими шкалами: фізична агресія, вербальна агресія, непряма агресія, негативізм, образливість, підозріливість, а також показники емоційної вразливості та почуття провини. Сукупність отриманих даних дала змогу сформувати індивідуальні та групові профілі агресивності підлітків.

Методика Розенцвейга (тест фрустраційних реакцій, P-F Study) використана для виявлення особливостей реагування підлітків у ситуаціях фрустрації, а також для визначення типів агресивних реакцій і способів подолання труднощів у міжособистісній взаємодії. Дана проєктивна методика дозволяє дослідити не лише рівень агресивності, а й її спрямованість, характер і соціальну прийнятність поведінкових реакцій. Вона ґрунтується на аналізі відповідей респондентів на серію стимульних ситуацій, в яких зображено фруструючі обставини, що потребують вербальної реакції.

Процедура проведення тестування передбачала групову форму роботи з дотриманням стандартних умов організації психодіагностичного обстеження. На підготовчому етапі учнів ознайомлено з інструкцією та створено комфортну психологічну атмосферу, що сприяла щирості відповідей.

На етапі проведення підліткам пропонувалися стимульні картки із зображенням ситуацій, що містять елементи фрустрації (перешкоди, конфлікти, незадоволені потреби). Завдання респондентів полягало у

формулюванні відповіді від імені персонажа, зображеного на картинці. Відповіді фіксувалися письмово або усно залежно від організації процедури.

На етапі обробки результатів здійснювався якісний і кількісний аналіз відповідей відповідно до ключа методики. Оцінювання передбачало визначення типів реакцій за напрямом агресії (екстрапунітивні, інтрапунітивні, імпунітивні) та за її спрямованістю (на перешкоду, на самозахист або на розв'язання проблеми). Це дало змогу встановити переважні стилі реагування підлітків у фруструючих ситуаціях, а також виявити рівень їхньої соціальної адаптивності та схильність до агресивних або конструктивних форм поведінки.

Методика діагностики агресивності (опитувальник А. Ассінгера) використана для визначення рівня агресивності підлітків та особливостей її прояву у міжособистісній взаємодії. Дана методика спрямована на оцінювання схильності особистості до конфліктної, імпульсивної або агресивно-орієнтованої поведінки, а також дозволяє виявити ступінь самоконтролю у соціальних ситуаціях.

Процедура передбачала заповнення опитувальника, який містить низку тверджень, що відображають різні аспекти поведінки та міжособистісної взаємодії. Респондентам пропонувалося обрати варіанти відповідей відповідно до ступеня згоди з кожним твердженням (Додаток А).

На етапі обробки результатів здійснювався підрахунок балів відповідно до ключа методики, що дозволило визначити рівень агресивності кожного респондента. Отримані результати інтерпретувалися за відповідними рівнями (низький, середній, високий), що дало змогу охарактеризувати загальну тенденцію проявів агресивної поведінки в групі та використати ці дані для подальшого аналізу соціально-психологічних чинників агресії.

Додатково для виявлення соціально-психологічних чинників агресивної поведінки проведено анкетування учнів, спрямоване на вивчення особливостей сімейних взаємин, характеру спілкування з однолітками, наявності конфліктних ситуацій і проявів булінгу, а також впливу цифрового

середовища. Окрему увагу приділено аналізу часу перебування в соціальних мережах, характеру споживаного контенту, а також емоційного стану підлітків.

Додатково було організовано індивідуальні бесіди з батьками, спрямовані на верифікацію домінуючих стилів сімейного виховання, ступеня залученості дорослих у життєдіяльність підлітка, а також специфіки внутрішньосімейного мікроклімату (Додаток Б). Паралельно здійснювався моніторинг поведінки учнів у закладі освіти. Оцінюванню підлягали такі поведінкові маркери, як вербальна та невербальна експресія агресії (експресивна лексика, жестикуляція, фізичні дії), частота й тривалість конфліктів, тенденція до ініціювання сварок, а також характер реакцій на зазначені прояви з боку педагогів (Додаток В).

Результати діагностики рівня агресивності молодших підлітків за методикою Басса-Даркі наведені у таблиці 2.2. Результати діагностики рівня агресивності молодших підлітків за методикою Басса-Даркі свідчать про переважання середнього рівня агресивності в досліджуваній вибірці. Зокрема, 46,7% учнів мають середні показники, що може вказувати на наявність ситуативних проявів агресивності, які не носять стійкого характеру.

Таблиця 2.2

Результати діагностики рівня агресивності за методикою Басса-Даркі

Рівень агресії	Кількість підлітків (n=30)	Частка, %
Високий	9	30,0%
Середній	14	46,7%
Низький	7	23,3%

Високий рівень агресивності виявлено у 30,0% респондентів, що свідчить про значну частку підлітків з вираженою схильністю до агресивних реакцій у поведінці та міжособистісній взаємодії (рис. 2.1).

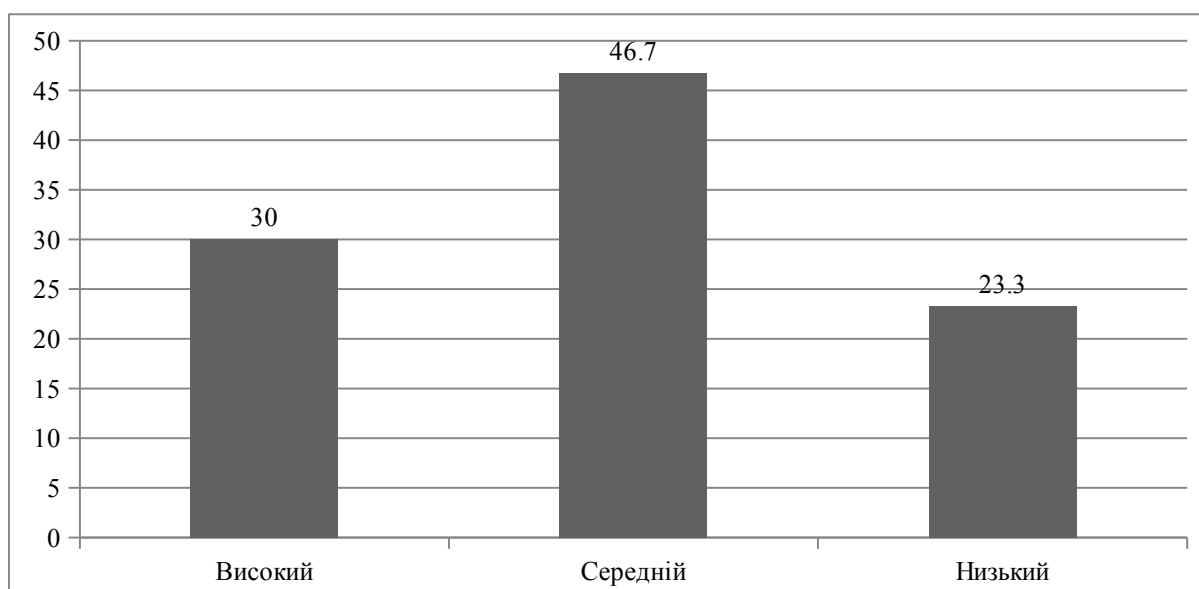


Рис. 2.1 Рівень агресивності підлітків за методикою Басса-Даркі, %

Низький рівень агресивності характерний для 23,3% учнів, які, ймовірно, демонструють більш врівноважені форми поведінки та кращий контроль емоційних реакцій. Отримані дані в цілому засвідчують необхідність подальшої соціально-психологічної роботи, спрямованої на зниження рівня агресивності та формування конструктивних способів поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях.

Показники прояву агресії по формах агресії (за шкалами методики) в експериментальній групі надаються у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Показники рівня прояву агресії за шкалами методики Басса-Даркі в експериментальній групі (середні бали)

Форма агресії	Середній бал (з 10)
Фізична агресія	6,9
Вербальна агресія	7,2
Непряма агресія	5,8
Негативізм	6,3
Підозрілість	5,4
Образливість	6,6
Почуття провини	4,7

Показники прояву агресії по формах агресії (за шкалами методики) в

контрольній групі надаються у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

**Показники рівня прояву агресії за шкалами методики Басса-Даркі
в контрольній групі (середні бали)**

Шкала	До формувального етапу експерименту
Фізична агресія	6,7
Вербальна агресія	7,0
Непряма агресія	5,9
Негативізм	6,2
Підозрілість	5,3
Образливість	6,5

Аналіз показників за шкалами методики Басса-Даркі в експериментальній групі свідчить про переважання підвищених значень зовнішніх форм агресії. Найвищі середні бали зафіксовано за вербальною (7,2) та фізичною агресією (6,9), що вказує на домінування відповідних поведінкових реакцій. Помірні показники мають образливість (6,6) і негативізм (6,3), тоді як непряма агресія (5,8) і підозрілість (5,4) є дещо нижчими. Найменше значення спостерігається за шкалою «почуття провини» (4,7), що може свідчити про знижений рівень внутрішнього самоконтролю. У контрольній групі загальна структура показників є подібною, однак із дещо нижчими або близькими значеннями. Найвищі показники також характерні для вербальної (7,0) та фізичної агресії (6,7), тоді як інші шкали залишаються на середньому рівні. Загалом результати обох груп до формувального етапу експерименту є зіставними, що підтверджує їх однорідність.

За результатами проведеного дослідження за методикою Розенцвейга (R-F Study) встановлено, що у вибірці переважають різні типи реагування в ситуаціях фрустрації, що свідчить про неоднорідність рівня соціальної адаптації та проявів агресивної поведінки (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Результати діагностики типів реакцій молодших підлітків у

фруструючих ситуаціях за методикою Розенцвейга

Тип реакції	Кількість підлітків (n=30)	Частка, %
Екстрапунітивні	12	40,0%
Інтрапунітивні	10	33,3%
Імпунітивні	8	26,7%

У 40% учнів домінують екстрапунітивні реакції, які характеризуються схильністю до зовнішнього спрямування агресії та пошуку винних у ситуації, що може проявлятися у формі звинувачень, дратівливості або конфліктності у міжособистісній взаємодії. Інша частина учнів демонструє інтрапунітивні реакції, що свідчить про схильність до самозвинувачення, підвищеної тривожності та внутрішнього переживання невдач, що може знижувати рівень їхньої впевненості у собі. Також виявлено групу учнів з імпунітивними реакціями, для яких характерне прагнення уникати конфлікту, применшувати значущість фруструючих ситуацій та орієнтуватися на їхнє нейтральне або конструктивне вирішення (рис. 2.2). Узагальнений аналіз результатів засвідчив, що значна частина молодших підлітків має недостатньо сформовані конструктивні способи подолання труднощів, що проявляється у схильності до агресивних або емоційно нестійких реакцій у стресових ситуаціях.

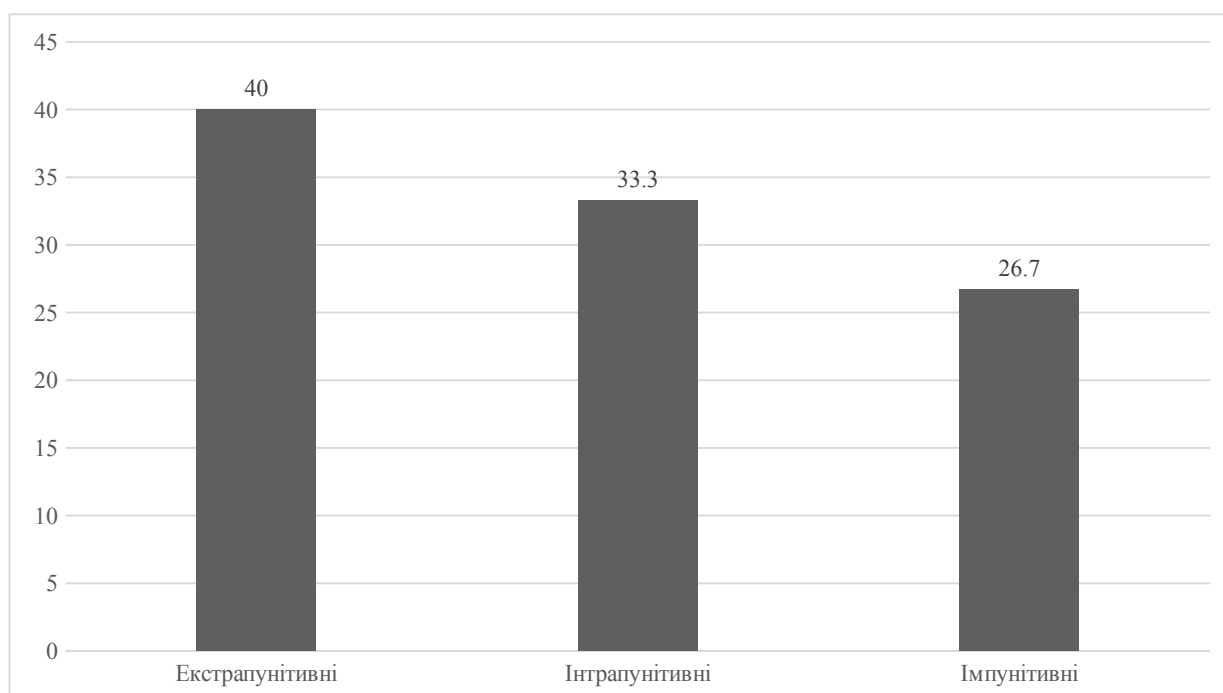


Рис. 2.2 Типи реакцій молодших підлітків за методикою P-F Study, %

За результатами проведеного дослідження за методикою діагностики агресивності (опитувальник А. Ассінгера) встановлено, що у вибірці молодших підлітків спостерігається переважання середнього рівня агресивності, що свідчить про періодичні прояви дратівливості та конфліктності в умовах міжособистісної взаємодії, проте без стійкої тенденції до систематичної агресивної поведінки. Це може вказувати на ситуативний характер агресивних реакцій, зумовлений віковими особливостями емоційного розвитку та специфікою соціального середовища молодших підлітків. Узагальнені результати подано в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

Результати діагностики рівня агресивності молодших підлітків за методикою А. Ассінгера

Рівень агресивності	Кількість підлітків (n=30)	Частка, %
Високий	8	26,7%
Середній	15	50,0%
Низький	7	23,3%

Аналіз отриманих даних свідчить, що значна частина учнів характеризується помірним рівнем агресивності, що проявляється в ситуативних конфліктах та емоційній реактивності (рис. 2.3). Водночас наявність групи з високим рівнем агресивності вказує на потребу у цілеспрямованій соціально-психологічній профілактичній роботі, спрямованій на розвиток навичок самоконтролю, емоційної регуляції та конструктивної взаємодії з оточенням.

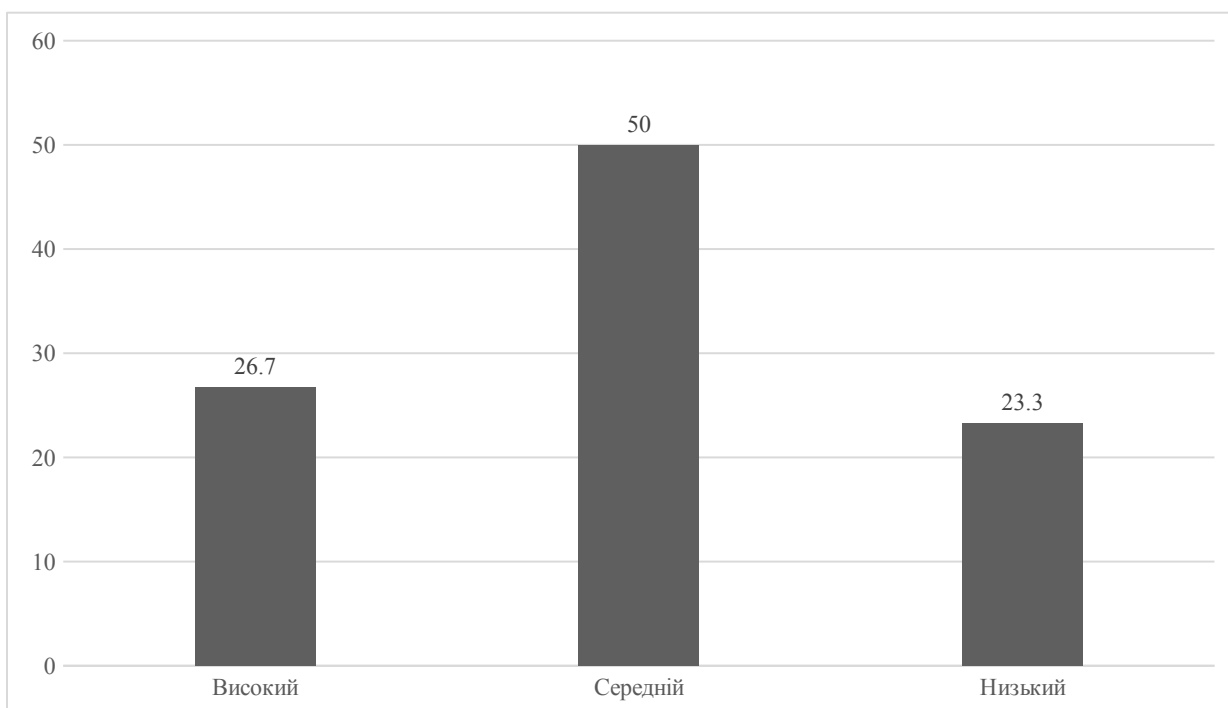


Рис. 2.3 Рівень агресивності респондентів за методикою Ассінгера, %

Анкетування молодших підлітків за основними соціальними чинниками дозволило отримати результати, що наведені у таблиці 2.7.

Таблиця 2.7

Результати анкетування молодших підлітків щодо наявності соціальних чинників, що впливають на агресивну поведінку, %

Чинник	Кількість підлітків (n=30)	Частка підлітків, що визнали наявність, %
Часті конфлікти в родині	16	53,3%

Погані або напружені стосунки з однолітками	14	46,7%
Перебування в Інтернеті понад 3 години на день	22	73,3%
Часте перегляд агресивного контенту	20	66,7%
Складнощі у стосунках з вчителями або психологом	10	33,3%
Відчуття самотності або непотрібності	12	40,0%

Отже, емпіричні дані засвідчують наявність вираженої соціально-психологічної дезадаптації у більшості молодших підлітків, зумовленої деструктивними факторами сімейного та мікросоціального середовища. Одночасно з цим критичними детермінантами розвитку агресивних проявів виступають високий рівень інтернет-адикції та споживання медіаконтенту.

Результати моніторингу ефективності впровадженої програми за якісними критеріями (на основі експертного педагогічного спостереження) узагальнено в таблиці нижче 2.8.

Таблиця 2.8

Результати оцінки ефективності за якісними показниками (за даними педагогічного спостереження)

Критерій	Показник
Кількість конфліктних ситуацій	7
Випадки криків/образ	5
Активність на уроці	Низька
Взаємодія з однолітками	Напружена

За результатами оцінки встановлено, що у досліджуваній групі зберігається відносно високий рівень конфліктності, про що свідчить наявність конфліктних ситуацій (7 випадків) та випадків криків і образ (5 випадків). Активність учнів на уроці залишається низькою, а взаємодія з однолітками характеризується як напружена, що в сукупності вказує на недостатній рівень соціально-психологічної адаптації та потребу в подальшій корекційно-профілактичній роботі.

Результати інтерв'ювання батьків засвідчують деструктивні тенденції у

вихованні: 40% респондентів фіксують дефіцит часу для взаємодії з дитиною, 53% не визнають небезпеку підліткової агресії, а 27% практикують авторитарну модель стосунків. Емпіричний зріз за підсумками цієї комунікації відображено в таблиці 2.9.

Таблиця 2.9

**Результати бесід з батьками щодо соціально-виховних умов розвитку
молодших підлітків, %**

Запитання	Відповіді
Батьки проводять з дитиною менше 30 хв. на день	40,0%
Вважають, що агресивність – не проблема	53,3%
Використовують авторитарний стиль виховання	26,7%

Шкільний моніторинг виявив, що серед 30 респондентів у 16 осіб зафіксовано вербальні конфлікти на перервах, а в 6 – провокативну поведінку під час занять. Подекуди деструктивність мала латентний характер (ігнорування, ізоляція). Результати фіксації поведінкових патернів учнів в освітньому просторі наведено в таблиці 2.10.

Таблиця 2.10

**Результати спостереження за формами прояву агресивної поведінки учнів у
шкільному середовищі**

Форма агресії	Кількість учнів (з 30)	Частка, %
Словесна агресія на перервах	16	53,3%
Провокативна поведінка на уроці	6	20%
Пасивна агресія (замкнутість)	8	26,7%

Таким чином, у 33,3% респондентів виявлено високий рівень агресивності, що потребує нагальної психокорекції. Провідними проявами виступають вербальна й фізична експресія та образливість. Серед базових тригерів – родинні конфлікти, булінг і деструктивний інтернет-контент. Гостроту проблеми посилює депривація довіри у стосунках підлітків як з батьками, так і з педагогами.

Отже, результати констатувального етапу експериментального дослідження засвідчили наявність у значної частини учнів середнього та високого рівнів агресивності з переважанням її вербальних і фізичних форм. Встановлено, що показники експериментальної та контрольної груп є порівнюваними, що підтверджує коректність формування вибірки та забезпечує надійність подальшого аналізу. Виявлені соціально-психологічні чинники, зокрема особливості сімейного виховання, напружені міжособистісні взаємини, значний вплив цифрового середовища та емоційна ізоляваність дітей, мають суттєве значення у формуванні агресивної поведінки. Дані педагогічного спостереження та бесід з батьками додатково підтверджують наявність проблем у соціальній адаптації та комунікації учнів. Отримані результати обґрунтовують необхідність реалізації цілеспрямованої соціально-педагогічної роботи, спрямованої на профілактику та корекцію агресивної поведінки молодших підлітків.

2.2 Впровадження системи заходів соціально-психологічної профілактики агресивної поведінки молодших підлітків

Практична реалізація формуального етапу дослідження (жовтень-листопад 2025 р.) передбачала чітку поетапність експериментальної роботи, що вимагало попереднього обґрунтування її цільових орієнтирів та конкретизації завдань. Провідний вектор цього етапу полягав в апробації та верифікації дієвості комплексу корекційних заходів, спрямованих на мінімізацію проявів агресії в учнів молодшого шкільного віку.

Досягнення зазначеної мети забезпечувалося шляхом інтеграції спеціально модифікованого інструментарію, а також консолідації зусиль учителів, психологічної служби та батьківської спільноти задля моделювання виховного простору з високим моральним потенціалом

Узагальнення представлених вище емпіричних результатів дозволило

визначити ключові вектори психолого-педагогічної діяльності, спрямованої на нівелювання агресивних проявів у молодших підлітків. Концептуальний базис розробки спирається на засади системності та комплексності. Ми стверджуємо, що деескалація підліткової агресивності можлива лише за умови дотримання науково вивіреної етапності виховного впливу та планомірного моделювання оптимальних педагогічних обставин, які виступають гарантом досягнення стійкої позитивної динаміки.

Досягнення стійкої позитивної динаміки передбачало розв'язання таких завдань формувального етапу дослідження:

1. Забезпечити мінімізацію проявів деструктивної поведінки молодших підлітків шляхом комплексної реалізації виховних, емоційно-комунікативних та психоосвітніх заходів.

2. Сприяти оптимізації та гармонізації інтерперсональної взаємодії досліджуваних із референтним середовищем (однолітками, батьками та педагогічним колективом).

3. Сформувати стійкі навички психоемоційного саморегулювання, емпатійної культури та конструктивних паттернів комунікативного реагування у конфліктних ситуаціях.

Емпіричну вибірку формувального етапу склали 15 молодших підлітків, які за результатами констатувального зрізу увійшли до експериментальної групи (ЕГ) та продемонстрували високий і середній рівні агресивності.

Зазначений етап експериментального дослідження тривав упродовж шести тижнів з періодичністю два заняття на тиждень. Психолого-педагогічний вплив здійснювався шляхом поєднання групової та індивідуальної форм роботи; хронометраж кожного заняття становив 45 хвилин. Розгорнуту структурно-функціональну архітектуру корекційних занять наведено у Додатку Г.

Організаційний формат експериментальної роботи поєднував тренінгову діяльність з традиційними формами освітнього процесу (зокрема, у межах годин куратора чи виховних заходів). Кожне заняття відбувалося за

обов'язкової участі практичного психолога або педагога. Методичний арсенал програми охоплював інтерактивні тренінги, рольове моделювання, групові дискусії, а також техніки психоемоційного розвантаження (Додаток Д).

Зміст корекційно-розвивального етапу складався з комплексу психолого-педагогічних заходів: тренінгів розвитку емоційного інтелекту, арттерапевтичних сесій, психогімнастики та рольових ігор, орієнтованих на відпрацювання навичок спілкування й конструктивне подолання міжособистісних суперечностей. Структура цього етапу передбачала поділ на п'ять базових модулів (табл. 2.11).

Таблиця 2.11

Змістова характеристика та інструментарій блоків корекційно-розвивальної програми

Назва блоку	Мета та завдання	Практичний інструментарій
1 блок. Емоційне саморегулювання та контроль афективних станів	- Розвиток навичок ідентифікації власних емоцій. - Вербалізація та експресія почуттів у нормативно прийнятних формах. - Опанування методів нівелювання гніву та психоемоційного напруження.	- <i>«Емоційний термометр»</i> (експрес-діагностика інтенсивності переживань). - <i>«Моє тіло – мій барометр»</i> (моніторинг соматичних маркерів гніву). - Релаксаційні, дихальні та супресивні техніки. - Проєктивне малювання, ведення <i>«Щоденника настрою»</i>.
2 блок. Інтенсифікація емпатійного потенціалу та міжособистісної перцепції	- Формування здатності до розуміння емоційних станів інших людей). - Розвиток соціальної чутливості.	- <i>«У чужих черевиках»</i> (аналіз ситуації з позиції опонента). - <i>«Дзеркало»</i> (кінестетична імітація емоційних проявів візаві). - Психотехніки аналізу міміки, пантоміміки та просодики. - Казкотерапевтичний аналіз.

Продовження табл. 2.11

3 блок. Конструктивна інтерперсональна взаємодія та стратегії подолання	- Навчання альтернативних, ненасильницьких паттернів реагування у конфліктних ситуаціях. - Формування культури	- <i>«Три Я»</i> (трансформація звинувачень у конструктивні «Я-повідомлення»). - Рольове моделювання типових колізій. - Метод ситуаційного вибору
---	---	---

конфліктів	компромісу.	(«Дилема дій»).
		- Кооперативні групові ігри («Спільний міст», «Командний порятунок»).
4 блок. Перебудова самооцінки та розвиток локусу контролю	- Зміцнення позитивного образу Я. - Зниження потреби у компенсаторному самоствердженні шляхом демонстрації агресії.	- «Мої сильні сторони» (візуалізація особистісних ресурсів). - «Реєстр особистих досягнень» (щоденна фіксація поведінкових успіхів). - «Соціальне віддзеркалення» (рефлексивний аналіз зворотного зв'язку). - КПП-техніки (модифікація деструктивних когнітивних схем та автостереотипів).
5 блок. Арттерапевтичне розвантаження та психогімнастична інтеграція	- Зняття м'язових та психічних затисків через творчість і рух. - Актуалізація прихованих емоцій, розвиток автентичного самовираження.	- Тематична ізотерапія («Архітектоніка мого гніву», «Я та мікросоціум», «Моя маска»).
		- Пластилінова / глиняна скульптурна терапія (кінестетичне відреагування афекту).
		- Рецептна та інтерактивна музикотерапія (слухання, рефлексія, звукова імпровізація).
		- Психогімнастика (мімічні та пантомімічні етюди на диференціацію почуттів).

Отже, спираючись на емпіричні дані, реалізовано комплекс психокорекційних та розвивальних завдань, спрямованих на зниження підліткової агресивності та нівелювання деструктивного впливу соціально-психологічних чинників. Оцінка результативності впровадженої програми буде здійснена на контрольному етапі експериментального дослідження.

2.3 Перевірка ефективності здійсненого експерименту з проблеми дослідження

Після впровадження системи корекційно-профілактичних заходів, спрямованих на зниження рівня агресивності молодших підлітків, здійснено

контрольний етап експериментального дослідження. Його основним завданням стало виявлення та фіксація змін у рівні та проявах агресивної поведінки в учасників експериментальної та контрольної груп.

З метою забезпечення порівнюваності результатів на контрольному етапі застосовувався той самий комплекс психодіагностичних методик, що й на констатувальному етапі дослідження. Результати діагностики середніх показників агресії в експериментальній групі на контрольному етапі експерименту наведена у таблиці 2.12.

Таблиця 2.12

Динаміка середніх показників агресивності за методикою Басса-Даркі на контрольному етапі в ЕГ до та після формувального етапу експерименту

Шкала	До формувального етапу експерименту	Після формувального етапу експерименту	Δ Зміна
Фізична агресія	6,9	5,3	-1,6
Вербальна агресія	7,2	5,6	-1,6
Непряма агресія	5,8	4,9	-0,9
Негативізм	6,3	5,1	-1,2
Підозрілість	5,4	4,6	-0,8
Образливість	6,6	4,8	-1,8
Почуття провини	4,7	5,2	+0,5

Для більшої наочності результати діагностики середніх показників агресії в експериментальній групі до і після формувального етапу експерименту надаються на рисунку 2.4.

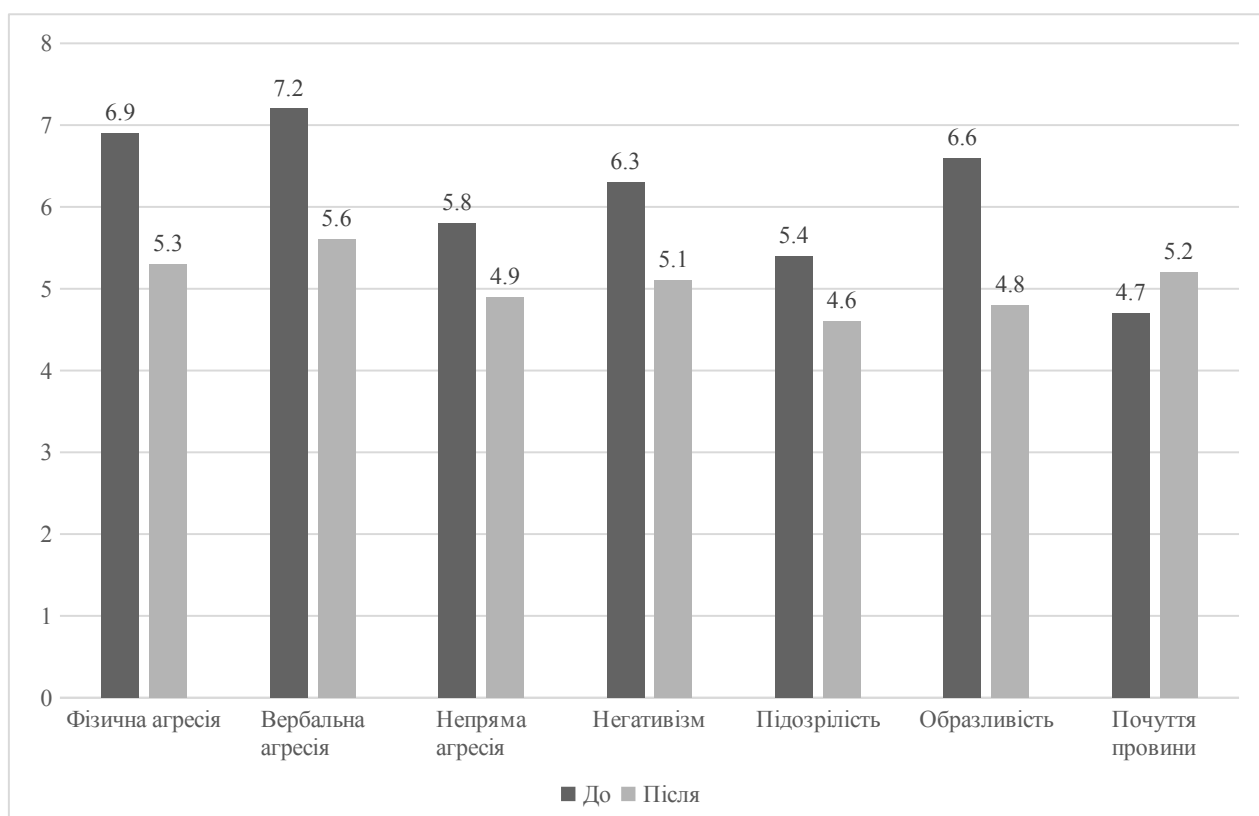


Рис. 2.4 Результати діагностики середніх показників агресії в експериментальній групі до і після формувального етапу експерименту, %

Результати діагностики середніх показників агресії в контрольній групі на контрольному етапі експерименту наведена у таблиці 2.13.

Таблиця 2.13

Динаміка середніх показників агресивності за методикою Басса-Даркі на контрольному етапі в КГ до та після формувального етапу експерименту

Шкала	До експерименту	Після експерименту	Δ Зміна
Фізична агресія	6,7	6,6	–0,1
Вербальна агресія	7,0	6,9	–0,1
Непряма агресія	5,9	5,8	–0,1
Негативізм	6,2	6,1	–0,1
Підозрілість	5,3	5,2	–0,1
Образливість	6,5	6,4	–0,1
Почуття провини	4,8	4,7	–0,1

Для більшої наочності результати діагностики середніх показників агресії в контрольній групі надаються на рисунку 2.5.

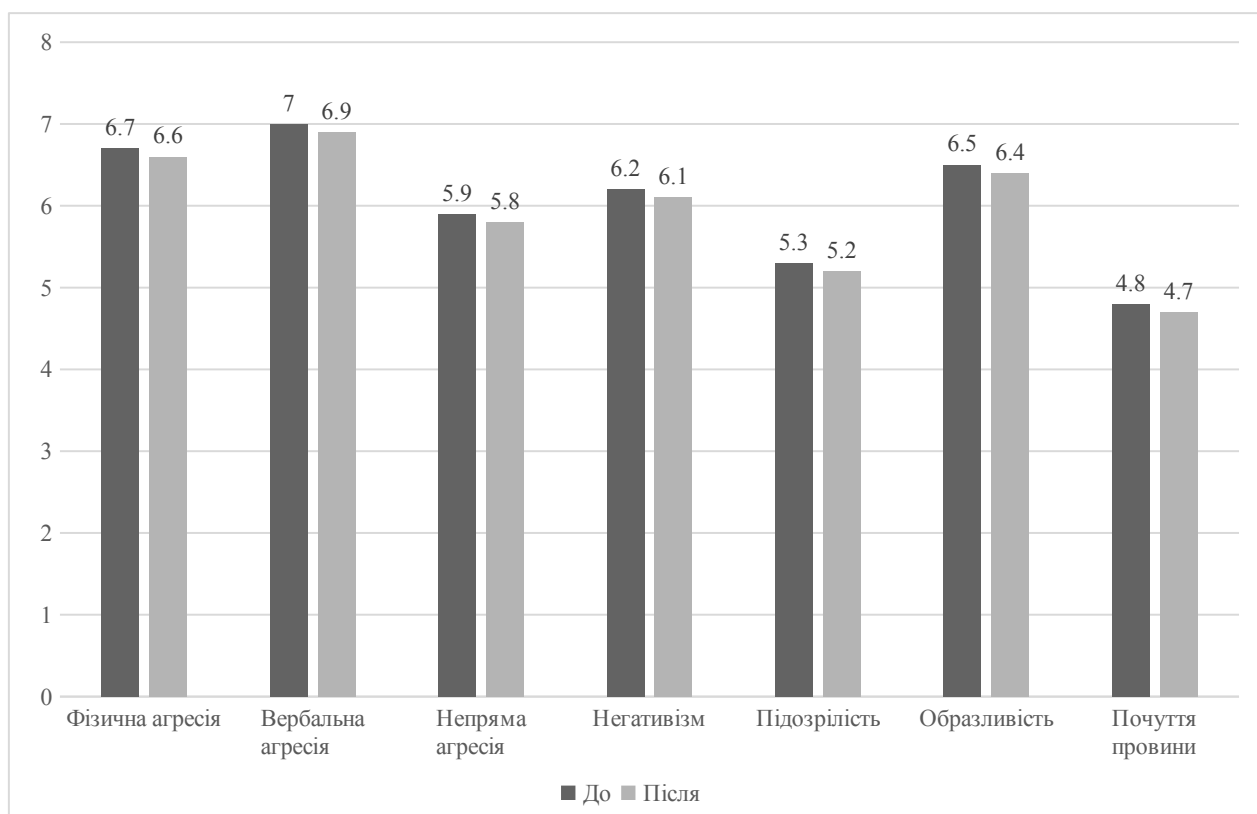


Рис. 2.5 Результати діагностики середніх показників агресії в контрольній групі до і після формувального етапу експерименту, %

Таким чином, у контрольній групі не виявлено статистично та якісно значущих змін показників агресивності. Водночас в експериментальній групі зафіксовано виражену позитивну динаміку зі зниженням середнього рівня агресивності приблизно на 22%, що підтверджує ефективність запровадженої корекційно-профілактичної програми.

Після реалізації формувального етапу експерименту здійснено повторну діагностику за методикою Розенцвейга з метою виявлення змін у характері реагування учнів у ситуаціях фрустрації в експериментальній (ЕГ) та контрольній (КГ) групах. Результати узагальнено в таблиці 2.14 та 2.15.

В експериментальній групі після впровадження корекційно-профілактичної програми спостерігається позитивна динаміка, що проявляється у зменшенні частки екстрапунітивних реакцій, які

характеризуються зовнішньою спрямованістю агресії та схильністю до звинувачення оточення.

Таблиця 2.14

**Динаміка типів реакцій учнів у фруструючих ситуаціях
(експериментальна група до та після формувального етапу експерименту)**

Тип реакції	До експерименту (n=15)		Після експерименту (n=15)	
	Кількість	%	Кількість	%
Екстрапунітивні	6	40,0%	5	33,3%
Інтрапунітивні	5	33,3%	4	26,7%
Імпунітивні	4	26,7%	6	40,0%

Одночасно відзначається зростання частки імпунітивних реакцій, що свідчить про підвищення рівня емоційної врівноваженості та більш конструктивне сприйняття фруструючих ситуацій. Частка інтрапунітивних реакцій зберігається на помірному рівні, що може вказувати на часткове формування усвідомлення власної відповідальності за поведінкові реакції.

Таблиця 2.15

**Динаміка типів реакцій молодших підлітків у фруструючих
ситуаціях (контрольна група до та після формувального етапу
експерименту)**

Тип реакції	До експерименту (n=15)		Після експерименту (n=15)	
	Кількість	%	Кількість	%
Екстрапунітивні	6	40,0%	6	40,0%
Інтрапунітивні	5	33,3%	5	33,3%
Імпунітивні	4	26,7%	4	26,7%

В контрольній групі суттєвих змін у структурі реакцій не виявлено. Зберігається переважання екстрапунітивних та інтрапунітивних реакцій, що свідчить про стабільність вихідного рівня соціально-психологічної адаптації та відсутність значущих змін у способах подолання фруструючих ситуацій.

Імпунітивні реакції залишаються найменш вираженими, що вказує на відсутність позитивної динаміки в розвитку конструктивних стратегій поведінки.

Після реалізації формувального етапу експерименту також здійснено повторну діагностику за методикою діагностики агресивності (опитувальник А. Ассінгера) з метою виявлення змін у рівні агресивності молодших підлітків в експериментальній (ЕГ) та контрольній (КГ) групах. Результати узагальнено в таблицях 2.16 та 2.17.

Таблиця 2.16

**Динаміка рівня агресивності молодших підлітків
(експериментальна група до та після формувального етапу експерименту)**

Рівень агресивності	До експерименту (n=15)		Після експерименту (n=15)	
	Кількість	%	Кількість	%
Високий	4	26,7%	2	13,3%
Середній	8	53,3%	7	46,7%
Низький	3	20,0%	6	40,0%

Отже, в експериментальній групі після впровадження корекційно-профілактичної програми спостерігається позитивна динаміка, що проявляється у зменшенні частки учнів із високим рівнем агресивності та збільшенні частки підлітків з низьким рівнем агресивності. Це свідчить про підвищення рівня емоційної саморегуляції, зниження імпульсивності та формування більш конструктивних моделей міжособистісної взаємодії.

Таблиця 2.17

**Динаміка рівня агресивності молодших підлітків (контрольна група
до та після формувального етапу експерименту)**

Рівень агресивності	До експерименту (n=15)		Після експерименту (n=15)	
	Кількість	%	Кількість	%
Високий	4	26,7%	4	26,7%

Середній	7	46,7%	7	46,7%
Низький	4	26,7%	4	26,7%

У контрольній групі суттєвих змін у структурі рівнів агресивності не виявлено, що підтверджує стабільність первинних показників та відсутність зовнішнього корекційного впливу.

Результати анкетування підлітків після впровадження корекційних засобів в експериментальній групі надаються у таблиці 2.18.

Таблиця 2.18

**Результати анкетування молодших підлітків експериментальної групи
після впровадження корекційно-розвивальної програми**

Позитивні зміни, які відчули учасники	Кількість учасників (з 15)
Стало легше контролювати свої емоції	14
Зменшилась кількість конфліктів з однолітками	12
Навчилися висловлювати злість словами, а не діями	10
З'явилося відчуття підтримки з боку дорослих	12

Отримані результати анкетування свідчать про позитивну динаміку в емоційно-поведінковій сфері молодших підлітків експериментальної групи після впровадження корекційно-розвивальної програми. Більшість учасників відзначили покращення емоційної саморегуляції, зниження конфліктності у взаємодії з однолітками та формування більш конструктивних способів вираження негативних емоцій. Високий рівень зацікавленості у продовженні тренінгової роботи додатково підтверджує ефективність реалізованих психолого-педагогічних заходів.

Результати моніторингу ефективності програми за якісними критеріями (на основі експертного педагогічного спостереження) узагальнено в таблиці 2.19. Отримані дані підтверджують позитивний вплив реалізованого психокорекційного комплексу на поведінкову сферу підлітків

експериментальної групи. Найбільш помітну редукцію зафіксовано за показниками фізичної та вербальної експресії, а також образливості. Водночас зросла здатність респондентів до рефлексії (через позитивну динаміку за шкалою почуття провини), покращилися навички емоційної саморегуляції та інтерперсональної комунікації.

Таблиця 2.19

Оцінка ефективності корекційно-розвивальної програми за якісними показниками (за результатами педагогічного спостереження)

Критерій	До експерименту	Після експерименту
Кількість конфліктних ситуацій	7	2
Випадки криків/образ	5	1
Активність на уроці	Низька	Середня/Висока
Взаємодія з однолітками	Напружена	Позитивна

Незмінність показників у контрольній групі засвідчила відсутність природних позитивних змін у рівні агресивності, що свідчить про ефективність цілеспрямованого психолого-педагогічного впливу. Отримані результати підтвердили висунуту гіпотезу про те, що соціально-психологічні чинники суттєво впливають на формування агресивної поведінки молодших підлітків, а впровадження спеціально розробленої профілактичної програми сприяє її зниженню.

Отже, результати апробації програми профілактики агресивної поведінки дітей раннього підліткового віку засвідчили її високу результативність. Реалізація комплексу заходів сприяла зменшенню рівня агресивності, покращенню емоційного стану учасників і розвитку навичок конструктивної міжособистісної взаємодії. Ефективність програми забезпечувалася комплексним підходом, який передбачав взаємодію сім'ї, закладу освіти та інших соціальних інститутів. Це дозволило досягти позитивних змін як в індивідуальній поведінці молодших підлітків, так і в особливостях їхньої взаємодії з однолітками та найближчим соціальним

оточенням.

ВИСНОВКИ

У результаті теоретичного аналізу наукових джерел встановлено, що агресивна поведінка підлітків є складним соціально-психологічним явищем, формування якого зумовлюється взаємодією особистісних, сімейних, соціальних та вікових чинників. Дослідники розглядають агресію як багатогранний феномен, що може проявлятися у фізичних, вербальних, непрямих формах та негативізмі, а її виникнення пов'язане з особливостями психічного розвитку, механізмами психологічного захисту та процесами соціалізації. Ефективна профілактика та корекція агресивної поведінки потребують комплексного врахування як внутрішніх психологічних особливостей особистості, так і впливу її найближчого соціального середовища.

Узагальнення наукових джерел дає підстави стверджувати, що підлітковий вік є складним і суперечливим етапом розвитку особистості, який характеризується інтенсивними когнітивними, емоційними, вольовими та соціальними змінами. У цей період відбувається формування самосвідомості, особистісної ідентичності, системи цінностей і моральних орієнтирів, а також зростає значущість міжособистісних взаємин з однолітками. Прагнення до самостійності, визнання та самоствердження нерідко супроводжується внутрішніми конфліктами, емоційною нестабільністю та критичним переосмисленням власного місця у світі. Саме тому підлітковий вік виступає важливим періодом становлення особистості, успішність якого значною мірою залежить від особливостей соціального середовища, підтримки дорослих та можливостей для конструктивної самореалізації.

В роботі визначено, що агресивна поведінка підлітків формується під впливом комплексу взаємопов'язаних соціально-психологічних чинників, серед яких провідне місце займають сімейне виховання, особливості освітнього середовища, взаємини з однолітками, індивідуально-психологічні характеристики, біологічні передумови та вплив медіапростору. У підлітковому віці агресія нерідко виступає способом реагування на внутрішні конфлікти, емоційне напруження, фрустрацію потреб у визнанні, безпеці та самоствердженні. Наслідки агресивної

поведінки проявляються у порушенні міжособистісних стосунків, зниженні навчальної мотивації, труднощах соціальної адаптації та ризику формування девіантних форм поведінки. Це зумовлює необхідність комплексної профілактичної роботи, спрямованої на створення сприятливих умов для гармонійного розвитку підлітка, формування його емоційної компетентності та конструктивних способів взаємодії з оточенням.

Результати констатувального етапу дослідження засвідчили наявність у молодших підлітків переважно середнього рівня агресивності: за методикою Басса-Даркі він виявлений у 46,7% респондентів, а високий рівень – у 30,0%; за методикою А. Ассінгера середній рівень зафіксовано у 50,0%, високий – у 26,7% учнів. Найбільш вираженими формами агресії є вербальна (7,2 бала в ЕГ та 7,0 бала в КГ) і фізична агресія (6,9 та 6,7 бала відповідно), що свідчить про схильність підлітків до відкритих конфліктних реакцій. За методикою Розенцвейга у 40,0% досліджуваних переважають екстрапунітивні реакції, тобто спрямування агресії назовні, тоді як інтрапунітивні та імпунітивні реакції виявлено відповідно у 33,3% і 26,7% учнів. Серед провідних соціально-психологічних чинників агресивної поведінки визначено тривале перебування в Інтернеті (73,3%), перегляд агресивного контенту (66,7%), часті конфлікти в родині (53,3%) та напружені стосунки з однолітками (46,7%). Отримані результати підтверджують необхідність впровадження цілеспрямованої профілактично-корекційної програми, спрямованої на зниження агресивності, розвиток навичок емоційної саморегуляції та покращення соціальної адаптації молодших підлітків.

У ході формувального етапу впроваджено комплексну систему соціально-психологічної профілактики агресивної поведінки, що охоплювала роботу з 15 учнями експериментальної групи протягом 6 тижнів. Програма поєднувала тренінгові, корекційно-розвивальні, арт-терапевтичні та психоосвітні заходи, спрямовані на розвиток емоційної саморегуляції, емпатії, конструктивного спілкування та підвищення самооцінки підлітків. Важливою складовою стала взаємодія з батьками й педагогами, що забезпечувала єдність виховного впливу та підтримку позитивних поведінкових змін. Реалізований комплекс заходів створив

необхідні умови для зниження рівня агресивності та формування більш адаптивних моделей поведінки, ефективність яких підлягає перевірці на контрольному етапі дослідження.

Результати контрольного етапу експерименту засвідчили виражену позитивну динаміку в експериментальній групі: за методикою Басса-Даркі середній рівень агресивності знизився приблизно на 22%, зокрема фізична та вербальна агресія зменшилися на 1,6 бала, а образливість – на 1,8 бала. За методикою Ассінгера частка учнів з високим рівнем агресивності скоротилася з 26,7% до 13,3%, тоді як частка з низьким рівнем зросла до 40,0%. Також за методикою Розенцвейга зменшилася частка екстрапунітивних реакцій (з 40% до 33,3%) і зросла кількість імпульсивних реакцій до 40%, що свідчить про розвиток більш конструктивних стратегій поведінки. У контрольній групі суттєвих змін не виявлено, що підтверджує ефективність впровадженої корекційно-профілактичної програми та доцільність застосування комплексних соціально-психологічних підходів до профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Близнюкова О. М. Психологічний аналіз чинників кризи підліткового віку. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 8. С.66–76.
2. Буковинська М. Л. Формування і розвиток особистості: соціальний аспект. *Формування ринкових відносин в Україні*. 2012. №8. С.172–175.
3. Власова О.І. Педагогічна психологія: навчальний посібник. Київ: Либідь, 2005. 400 с.
4. Гапоненко Л.О. Рефлексія як умова розвитку особистості: монографія. Дніпропетровськ: Пороги, 2009. 175 с.
5. Горностай П.П. Психологія особистості: словник-довідник. Київ: Рута, 2001. 320 с.
6. Гуцуляк Л. Профілактика агресивної поведінки підлітків у закладах загальної середньої освіти: Теоретичний аспект. *Humanitas*. 2022. Вип. 1. С. 22-28.
7. Дроздов О. Ю. Соціально-психологічні фактори динаміки агресивної поведінки молоді: дис. ... канд. псих. наук. Чернігів, 2003. 225 с.
8. Заброцький М. М. Основи вікової психології: навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2004. 112 с.
9. Іванова-Черноус К. І. Психологічні аспекти взаємовідносин дітей і батьків в підлітковому віці: дипломна робота бакалавра. Одеса, 2019. 93 с.
10. Ільїна Н. М. Конфлікти в загальноосвітній школі: навч. посіб. Суми: Унів. книга, 2015. 182 с.
11. Кіричевська Є. Насильство в загальноосвітніх навчальних закладах: стратегії подолання. *Практична психологія і соціальна робота*. 2010. №8. С.4-10.
12. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навч. посіб. Київ: МАУП, 2004. 192 с.
13. Мазоха І. С. Індивідуально-психологічні особливості агресивності особистості : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01 Київ, 2017. 197 с.
14. Мачуська І. Міжособистісне спілкування підлітків. *Шкільний світ*.

2007. № 17. С. 1 – 11.

15. Мізерна О. О. Психологічні особливості прояву агресії у дітей підліткового віку : дис. . канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2015. 91 с.

16. Меленчук Н., Прокопенко К. Психологічний захист осіб із різним рівнем агресивності. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2021. №1. С. 25-31.

17. Мойсєєва О. Є. Соціально-психологічні чинники агресії підлітків. *Актуальні проблеми психології*. 2015. №5. С. 309-317.

18. Павелків Р. В. Вікова психологія : підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Кондор, 2011. 468 с.

19. Пасічник Т. Агресія як психологічний феномен. *Психологічний журнал*. 2013. №5. С. 44-48.

20. Пілецька Л. С., Петричук М. Соціально-психологічні особливості девіантної поведінки підлітків. *Вісник Прикарпатського університету: Філософські і психологічні науки*. 2019. № 22. С. 91-96.

21. Періг І. М., Дроздюк В. Д. Емоційна саморегуляція у підлітковому віці. «Актуальні задачі сучасних технологій»: матеріали VI Міжнародної науково-технічної конференції молодих учених та студентів (Тернопіль, 16-17 листопада 2017). Тернопіль, 2017. С. 212–213.

22. Сабат В. Н., Кінах О. В. Особливості агресивної поведінки підлітків. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. 2012. №21 (1). С. 309-317.

23. Слободяник Н. В. Психолого-педагогічні умови формування гуманних взаємин підлітків (на заняттях аматорського музичного колективу): дис... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2001. 203 с.

24. Соціальна педагогіка: мала енциклопедія / за заг. ред. проф. І. Д. Зверєвої. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 336 с.

25. Токарева Н. М., Шамне А. В., Макаренко Н. М. Сучасний підліток у системі психологопедагогічного супроводу: монографія. Кривий Ріг, 2014. 312 с.

26. Трофимчук В. В. Соціально-психологічні чинники агресивності

підлітків з адиктивною поведінкою. *Проблеми сучасної психології*. 2021. №2. С. 154-161.

27. Шамне А. В., Данюк М. А., Мовчан О. В. Вікові особливості становлення компонентів самоактуалізації у період підліткового та юнацького віку. *Актуальні проблеми психології у закладах освіти*. 2012. С. 72–78.

28. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник : словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.

29. Шамне А. В. Образ дорослості як критерій діагностики особистісного розвитку в період переходу від дитинства до дорослості. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. Київ : Міленіум, 2007. Ч. 3. С. 446–453.

30. Шевченко В., Оганян А. Захисні механізми психіки та їх взаємозв'язок з формами агресивної поведінки. *Науковий вісник Мну імені В.О. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2016. №1 (16). С. 235-329.

31. Яковлева О.В. Причини агресивної поведінки молодших школярів. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2015. № 1 (290). С. 296-302.

32. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання. Київ: Вища школа, 2004. 679 с.

33. Яценко Л.Д. Особливості самооцінки у підлітковому віці. *Психолог*. 2006. №5. С.10–14.

34. Bandura A., Walters R. H Adolescent Aggression: A Study of the Influence of Child-Training Practices and Family Interrelationships. New York : The Ronald Press Company, 1959. 475 p.

35. Barlett C. P., Coyne S. M. A meta-analysis of sex differences in cyberbullying behavior: The moderating role of age. *Aggressive Behavior*. 2014. Vol. 40, Issue 5. P. 474–488. URL: <https://doi.org/10.1002/ab.21555>.

36. Fauzi F. A., Zulkefli N. A. M., Baharom A. Aggressive behavior in adolescent: The importance of biopsychosocial predictors among secondary school students. *Frontiers in Public Health*. 2023. Volume 11. URL:

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.992159>.

37. Fite J. E., Goodnight J. A., Bates J. E., Dodge K. A., Pettit G. S. Adolescent aggression and social cognition: Impulsivity as a moderator. *Aggressive Behavior*. 2008. Volume 34, Issue 5. P. 511-520. URL: <https://doi.org/10.1002/ab.20263>.

38. Kennedy L. Explaining youth aggression: A situational model of peer influence. *Journal of Theoretical Social Psychology*. 2024. Vol. 22, Issue 2. URL: <https://doi.org/10.1177/14773708241272526>.

39. Sharma M. K., Marimuthu P. Prevalence and Psychosocial Factors of Aggression Among Youth. *Indian Journal of Psychiatry*. 2014. Vol. 36, Issue 1. URL: <https://doi.org/10.4103/0253-7176.127249>.

40. Thompson E. L., Mehari K. R., Farrell A. D. Deviant Peer Factors During Early Adolescence: Cause or Consequence of Physical Aggression? *Child Development*. 2020. Vol. 91, Issue 2. P. 415–431. URL: <https://doi.org/10.1111/cdev.13242>.

ДОДАТКИ

Додаток

А

Методика діагностики показників і форм агресії Басса-Даркі

У цьому додатку подано психодіагностичну методику, яка використовувалася в процесі емпіричного дослідження.

Анкета для підлітків

Мета: виявлення соціально-психологічних чинників агресивної поведінки та рівня емоційного комфорту

Інструкція: Дай відповіді на запитання, обравши один із варіантів або написавши власну відповідь.

1. Як часто ти відчуваєш роздратування або злість?

- ☐ Дуже часто
- ☐ Іноді
- ☐ Рідко
- ☐ Ніколи

2. Як ти зазвичай поводишся, коли тебе щось дратує?

- ☐ Кричу, ламаю речі
- ☐ Закриваюся в собі
- ☐ Розмовляю з кимось
- ☐ Не знаю

3. У твоїй родині бувають конфлікти?

- ☐ Часто
- ☐ Іноді
- ☐ Дуже рідко
- ☐ Ніколи

4. Як ти оцінюєш свої стосунки з батьками?

- Дуже добрі
- Нормальні
- Напружені
- Погані

5. Чи були ситуації, коли тебе ображали однокласники?

- Так, часто
- Іноді
- Ніколи

6. Скільки часу ти щодня проводиш у соціальних мережах/іграх?

- Менше 1 години
- 1–3 години
- 3–5 годин
- Більше 5 годин

7. Який тип контенту ти найчастіше дивишся в інтернеті?

- Навчальний
- Розважальний
- Ігровий
- Агресивний (бійки, стрілянина, образи тощо)

8. Чи можеш ти звернутися до вчителя або шкільного психолога, якщо маєш проблему?

- Так
- Ні
- Не знаю

Додаток Б

Методика Розенцвейга (тест фрустраційних реакцій, Р-F Study)

У цьому додатку подано психодіагностичну методику, яка використовувалася в процесі емпіричного дослідження.

Анкета для батьків

Мета: зібрати інформацію про сімейні чинники, що можуть впливати на поведінку підлітка

1. Як ви оцінюєте стосунки у вашій родині?

- ☐ Гармонійні
- ☐ Іноді трапляються конфлікти
- ☐ Часто бувають конфлікти

2. Чи спостерігали ви у своєї дитини прояви агресивної поведінки?

- ☐ Так, регулярно
- ☐ Іноді
- ☐ Рідко
- ☐ Ніколи

3. Як ви зазвичай реагуєте на агресію дитини?

- ☐ Караю
- ☐ Пояснюю і розмовляю
- ☐ Ігнорую
- ☐ Шукаю допомоги

4. Який стиль виховання ви практикуєте?

- ☐ Авторитарний (все вирішую я)
- ☐ Демократичний (діалог)
- ☐ Ліберальний (дозволяю все)

5. Скільки часу ви проводите з дитиною щодня (у спілкуванні)?

- ☐ Менше 30 хв
- ☐ 30 хв – 1 год
- ☐ Більше 1 години

Додаток В

Опитувальник А. Ассінгера для визначення рівня агресивності

У цьому додатку подано психодіагностичну методику, яка використовувалася в процесі емпіричного дослідження.

Журнал спостережень за поведінкою учня

Дата	Ситуація/місце	Тип поведінки	Реакція учня	Реакція інших	Коментарі вчителя
10.03.26	Перерва у коридорі	Словесна агресія	Образив однокласника	Інші мовчали	Повторюється щотижня
11.03.26	Урок історії	Пасивна агресія	Ігнорує завдання	Вчитель зробив зауваження	Спостерігається замкнутість

Типи поведінки:

- Фізична агресія (удари, поштовхи)
- Словесна агресія (образи, крик)
- Пасивна агресія (ігнорування, демонстративне мовчання)
- Провокативна поведінка
- Агресія до себе (самопошкодження, депресивні висловлювання)

Додаток Г

Структура корекційних занять

Тема заняття	Мета заняття	Основні методи/вправи
Знайомство. Правила групи	Створити довірливу атмосферу, сформувати правила безпечної поведінки	Вправа «Долоня», мозковий штурм, групова угода
Мій гнів – мій сигнал	Розпізнавати гнів, вивчити його прояви, формувати саморегуляцію. Усвідомлення причин агресії, її проявів	Малюнок «вулкан гніву», дихальна техніка
Коли я злюся – як мені допомогти собі. Я в емоціях. Як не «вибухати»?	Освоїти техніки контролю емоцій та зниження напруги	Релаксація, «емоційний термометр», «стоп-реакція». Тренінг емоційного самоконтролю
Сила слухати і чути	Активне слухання, розвиток емпатії	Розвиток навичок слухати та розуміти
Як почуваються інші. Слова, які ранять. Конфлікт без конфлікту	Розвивати емпатію та уважність до почуттів інших	Ігри на міміку, вправа «У чужих черевиках». Розвиток навичок мирного вирішення конфліктів
Конфлікти: від гніву до діалогу. Дружба. Як знайти підтримку?	Формувати навички конструктивного спілкування в конфліктних ситуаціях. Соціальні зв'язки, довіра, підтримка	Моделювання конфліктів, «Я-висловлювання»
Говори, не бий	Навчити висловлювати негативні емоції словами	Рольові ігри, «образи без лайки», гра «Зміни тон»
Я маю силу – я можу впоратись	Підвищити самооцінку, впевненість у собі	Дерево сили, щоденник досягнень
У колі довіри: обговорення змін,	Самооцінка результатів,	Рефлексія
Творчість замість агресії	Перенаправити деструктивну енергію в креативне самовираження	Арт-терапія: малюнок гніву, музикотерапія
Я і моя команда	Розвивати здатність до співпраці, командної взаємодії	Групові вправи: «міст», «випробування довіри»
Індивідуальні бесіди з батьками та педагогами	Підтримка єдності впливу та інформування дорослих	Бесіди з батьками та педагогами
Я став іншим? Підсумки	Підсумувати зміни, дати оцінку процесу та результатам	Техніка «коло вражень», анкета, арт-підсумок

Додаток Д

**Програма тренінгових занять з розвитку емоційної саморегуляції та
профілактики агресивної поведінки підлітків**

Заняття 1. «Мій гнів – мій сигнал»

Блок: Емоційна грамотність і саморегуляція

Мета: Навчити підлітків розпізнавати гнів, розуміти його причини, навчитися керувати ним.

Структура заняття:

1. Вступне коло (5 хв) – коротка розмова: "Я сьогодні почуваюся як..."
2. Міні-лекція (10 хв): Що таке гнів? Які його ознаки? Гнів як природна емоція.
3. Вправа "Гнів як вулкан" (15 хв): Підлітки малюють "вулкан гніву", позначаючи, що їх "розпалює", і як "вивергається" гнів.
4. Техніка саморегуляції – "Дихання квадратом" (5 хв): вчимося дихати рівномірно.
5. Обговорення (10 хв): Що нового дізнався? Що допоможе мені наступного разу, коли я злюся?

Заняття 2. «У чужих черевиках»

Блок: Розвиток емпатії

Мета: Формувати вміння розуміти почуття інших через рольову гру.

Структура заняття:

1. Розминка "Мімічне дзеркало" (10 хв): діти в парах імітують емоції.
2. Рольова гра "У чужих черевиках" (20 хв): кожен отримує картку з роллю (наприклад: "я – дитина, яку не приймають у гру", "я – новенький у класі"). Завдання – зіграти ситуацію, а інші мають сказати, що, ймовірно, відчувала ця людина.
3. Обговорення (15 хв): Як змінилося моє ставлення після гри?

Заняття 3. «Говори, не бий»

Блок: Конструктивне спілкування

Мета: Навчити висловлювати незадоволення словами, а не агресією.

Структура заняття:

1. Теоретичний вступ (5 хв): Що таке "Я-повідомлення".
2. Вправа "Образи без лайки" (15 хв): підлітки отримують образливі фрази (наприклад: "Ти ідіот!") і переформулюють у конструктивні (наприклад: "Мені неприємно, коли ти смієшся з мене").
3. Групове моделювання конфлікту (15 хв): Вчимося реагувати словами.
4. Міні-рефлексія (5 хв): Як я можу сказати про свою злість без крику?

Заняття 4. «Моє сильне Я»

Блок: Підвищення самооцінки

Мета: Підвищити самооцінку, усвідомити власні сильні сторони.

Структура заняття:

1. Гра "Комплімент по колу" (10 хв): кожен говорить приємне про іншого.
2. Вправа "Моє дерево сили" (20 хв): на папері учні малюють дерево, де:
 - коріння – мої цінності,
 - стовбур – мої якості,
 - крона – мої досягнення.
3. Презентація дерев (10 хв): бажаючі діляться результатом.
4. Обговорення (5 хв): Що в мені є такого, що допомагає бути кращим?

Заняття 5. «Малюнок мого гніву»

Блок: Арт-терапія

Мета: Дати можливість висловити агресію у безпечній формі, знизити внутрішню напругу.

Структура заняття:

1. Розминка: рухлива вправа з м'ячем (5 хв).
2. Вправа "Малюнок мого гніву" (20 хв): підлітки малюють гнів як образ (можна використовувати фарби, олівці, колаж).
3. Обговорення (15 хв): Що я зобразив? Як це виглядає ззовні?
4. Техніка "Вирви злість" (10 хв): дозволяється зім'яти/порвати малюнок гніву як символ вивільнення емоції.