

Хмельницький національний університет  
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту  
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА ДИПЛОМНА РОБОТА

Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти

Рівень вищої освіти

ПСИХОЛОГІЧНІ ТА СОЦІАЛЬНІ ПЕРЕДУМОВИ АГРЕСИВНОЇ  
ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

Назва теми

Галузь знань - 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність - 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 22245

номер ІНП

Виконав: здобувач IV курсу, група ППЗ-21-1  Дарія ВАСИЛЮК

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник: \_\_\_\_\_

науковий ступінь, вчене звання



Підпис

Дмитро БІДЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки  
доктор психологічних наук, професор



Підпис

Таїсія КОМАР

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

30 травня 2025р.

Хмельницький, 2025

## ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту

Кафедра психології та педагогіки

Освітній рівень перший (бакалаврський)

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітня програма освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології та педагогіки

 Таїсія КОМАР

підпис

протокол № 5 від 12 грудня 2024 р.

### ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ ДИПЛОМНУ РОБОТУ

Дарія ВАСИЛЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ здобувача

1. Тема кваліфікаційної дипломної роботи: "Психологічні та соціальні передумови агресивної поведінки підлітків".

Керівник кваліфікаційної дипломної роботи: Дмитро БІДЮК, кандидат педагогічних наук, старший викладач.

Затверджено наказом ректора університету від 07 лютого 2025 р. № 23

2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 30 травня 2025 р.

3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження методика діагностики форм агресивної поведінки в повсякденному спілкуванні (А. Басса та А. Дарки); методика визначення рівня самооцінки Дембо-Рубінштейна (адапована для підлітків); тест Бойка на визначення рівня соціальної та особистісної фрустрації (модифікована версія В.В. Бойком)».

4. Зміст кваліфікаційної дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1 Теоретичні основи дослідження психологічних та соціальних передумов агресивної поведінки підлітків; теоретичні підходи до вивчення феномену агресивної поведінки; вікові та соціально-психологічні особливості підлітків у контексті агресивної поведінки; психологічні фактори агресивної поведінки підлітків; соціальні чинники формування агресії у підлітків; висновки до розділу; розділ 2 Емпіричне дослідження психологічних та соціальних чинників агресії підлітків; характеристика вибірки та методики дослідження агресивної поведінки підлітків; аналіз і узагальнення отриманих результатів; Практичні рекомендації щодо профілактики агресивної поведінки у підлітків; висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання, додатки.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень) 3 рисунки, 1 таблиця.

## 6. Консультанти розділів кваліфікаційної дипломної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

Дата видачі завдання 12 грудня 2024 р.

## КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примі
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 01.10.2024 р.	викон
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 01.12.2024 р.	викон
3	Оформлення вступу кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.02.2025 р.	викон
4	I розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.03.2025 р.	викон
5	II розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.04.2025 р.	викон
6	Загальні висновки.	До 01.05.2025 р.	викон
7	Оформлення кваліфікаційної дипломної роботи.	До 30.05.2025 р.	викон
8	Попередній захист кваліфікаційної дипломної роботи.	___ травня 2025 р.	викон
9	Захист кваліфікаційної дипломної роботи (відповідно графіку)	___ червня 2025 р.	викон

Здобувач  Дарія ВАСИЛЮК  
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник роботи  Дмитро БІДЮК  
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

## АНОТАЦІЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ ДИПЛОМНОЇ РОБОТИ

Тема кваліфікаційної дипломної роботи : "Психологічні та соціальні передумови агресивної поведінки підлітків".

Здобувач Дарія ВАСИЛЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Дмитро БІДЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна дипломна робота включає 57 сторінок, 1 таблиці, 4 рисунки, перелік джерел посилання складає 45 найменувань.

Ключові слова: агресивна поведінка, підлітки, соціалізація, сімейне виховання, профілактика.

Об'єкт дослідження: є агресивна поведінка підлітків.

Предмет дослідження: є психологічні та соціальні передумови агресивної поведінки підлітків.

За результатами дослідження розроблено практичні рекомендації щодо профілактики агресивної поведінки підлітків.

Отримані результати можуть стати основою для розробки психокорекційних програм, спрямованих на розвиток у підлітків навичок саморегуляції, емоційного інтелекту, емпатії, а також для підвищення психологічної обізнаності педагогів, батьків та фахівців соціальної сфери щодо чинників, які спричиняють агресію.

Дипломник  Дарина ВАСИЛЮК

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної дипломної роботи до захисту 30 травня 2025 р.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТА СОЦІАЛЬНИХ ПЕРЕДУМОВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ.....	10
1.1 Теоретичні підходи до вивчення феномену агресивної поведінки.....	10
1.2 Вікові та соціально-психологічні особливості підлітків у контексті агресивної поведінки.....	14
1.3 Психологічні фактори агресивної поведінки підлітків.....	17
1.4 Соціальні чинники формування агресії у підлітків.....	21
Висновки до розділу.....	26
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТА СОЦІАЛЬНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСІЇ ПІДЛІТКІВ.....	28
2.1 Характеристика вибірки та методики дослідження агресивної поведінки підлітків.....	28
2.2 Аналіз і узагальнення отриманих результатів.....	33
2.3 Практичні рекомендації.....	42
Висновки до розділу.....	50
ВИСНОВКИ.....	52
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	54

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Проблема агресивної поведінки підлітків є однією з найбільш актуальних у сучасному суспільстві, оскільки підлітковий вік – це період інтенсивного психоемоційного розвитку, формування самоідентичності та соціалізації. У цей час відбуваються значні зміни в когнітивній, емоційній та поведінковій сферах, що може спричиняти труднощі у контролі власних імпульсів та взаємодії з оточенням.

Агресивна поведінка підлітків є складним і багатофакторним явищем, яке формується під впливом як внутрішніх психологічних особливостей, так і зовнішніх соціальних умов. Серед психологічних передумов можна виділити низьку самооцінку, емоційну нестабільність, фрустрацію, труднощі у самоконтролі та схильність до імпульсивних реакцій. Натомість соціальні чинники, такі як особливості виховання в сім'ї, проблеми у спілкуванні з однолітками, соціальна ізоляція, конфлікти в освітньому середовищі та вплив медіа, суттєво впливають на формування агресивної поведінки.

Проблема агресивної поведінки як серед підлітків, так і серед дорослих привертала увагу як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників упродовж тривалого часу. Вивчення цього феномена здійснюється в межах різних теоретичних підходів: інстинктивістського (З. Фрейд, К. Лоренц), біологічного (В. Гесс, Р. Джекобс, С. Меднік, Д. Олдс), фрустраційного (Дж. Доллард, Л. Дуб, Н. Міллер), когнітивного (Л. Берковіц, Л. Ерон, Д. Зілманн, Л. Х'юсманн) та соціального (А. Бандура, А. Басс, Р. Берон, Д. Річардсон, Б. Крейхі). Кожен із зазначених підходів має власне пояснення природи та механізмів агресивної поведінки.

Зростання рівня агресії серед підлітків спостерігається у різних соціокультурних умовах, що вимагає комплексного підходу до вивчення цього явища. Останні дослідження свідчать про те, що поєднання психологічних та соціальних факторів сприяє формуванню деструктивних моделей поведінки, які

можуть призводити до соціальної дезадаптації, правопорушень та труднощів у міжособистісному спілкуванні.

У зв'язку з цим особливої значущості набуває аналіз психологічних і соціальних передумов агресивної поведінки підлітків, що дозволяє не лише виявити ключові механізми її формування, але й розробити ефективні методи профілактики та корекції. Вивчення цієї проблеми є важливим для розробки психологічних програм, спрямованих на формування навичок самоконтролю, емоційного інтелекту та ефективної комунікації серед підлітків, а також для вдосконалення виховних стратегій у сім'ї та освітніх закладах.

Таким чином, актуальність теми дослідження визначається необхідністю глибшого розуміння факторів, що зумовлюють агресивну поведінку підлітків, а також пошуком ефективних шляхів її профілактики та корекції на психологічному та соціальному рівнях.

**Об'єктом дослідження** є агресивна поведінка підлітків.

**Предметом дослідження** є психологічні та соціальні передумови агресивної поведінки підлітків.

**Мета дослідження:** Теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити соціально-психологічні фактори, що впливають на агресивність підлітків.

Відповідно до мети дослідження були визначені наступні його **завдання:**

1. Здійснити теоретичний аналіз та охарактеризувати підходи до визначення поняття агресивність.
2. Визначити показники та чинники агресивності підлітків.
3. Встановити зв'язок між агресивністю та чинниками агресивності.
4. Розробити практичні рекомендації щодо профілактики агресивної поведінки підлітків.

**Гіпотеза дослідження:** агресивна поведінка підлітків зумовлена сукупністю психологічних та соціальних чинників, і їх своєчасне виявлення дозволяє ефективно запобігати проявам агресії.

**Методи дослідження:** *теоретичні* (аналіз, порівняння та узагальнення наукових джерел з проблеми дослідження, синтез); *емпіричні* (анкетування, спостереження) ; *методи математичної обробки даних*.

**Практичне значення дослідження** полягає в можливості використання його результатів для підвищення ефективності профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків у закладах освіти, соціального захисту та психологічної допомоги. Отримані дані можуть стати основою для розробки психокорекційних програм, спрямованих на розвиток у підлітків навичок саморегуляції, емоційного інтелекту, емпатії, а також для підвищення психологічної обізнаності педагогів, батьків та фахівців соціальної сфери щодо чинників, які спричиняють агресію. Дослідження сприятиме створенню безпечного соціального середовища, попередженню девіантної поведінки, а також формуванню індивідуальних підходів у роботі з агресивними підлітками.

**Експериментальна база дослідження.** Комунальний заклад загальної середньої освіти "Ліцей № 9 Хмельницької міської ради". В ньому взяли участь 50 підлітків віком 13–15 років (учні 8–9 класів загальноосвітнього навчального закладу), з яких 30 були дівчатами, а 20 – хлопцями.

**Апробація результатів дослідження.** Результати дослідження обговорювались на Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології підлітка: теорія та практика» (м. Хмельницький, 2025 р.).

**Структура роботи:** робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку використаних джерел посилання (45 найменувань). Загальний обсяг дипломної роботи – 58 сторінок машинописного тексту (основна частина – 52 сторінки).

## РОЗДІЛ 1

# ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТА СОЦІАЛЬНИХ ПЕРЕДУМОВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

### 1.1 Теоретичні підходи до вивчення феномену агресивної поведінки

Агресивна поведінка є складним і багатофакторним феноменом, що розглядається в психологічній науці як соціально-психологічний, когнітивний, емоційний і біологічний процес. Різні наукові підходи пояснюють природу агресії з різних точок зору, що дає змогу розширити розуміння її механізмів і чинників.

Агресивність у психологічному контексті (від лат. *aggressio* — напад) визначається в двох основних аспектах. По-перше, як тимчасовий стан, що проявляється через раптові спалахи гніву та імпульсивну поведінку, спрямовану на об'єкт фрустрації, який є причиною конфлікту. По-друге, як стійка характеристика особистості, що виявляється в схильності до агресивних вчинків. Агресивність як особистісна риса може формуватися внаслідок негативного соціального досвіду, вроджених особливостей, психічних розладів та інших чинників. У більшості наукових досліджень агресивність розглядається як постійна схильність до агресивної поведінки, а також як стабільна риса особистості [19, с. 15].

Г. Коджапірова трактує агресивність як деструктивну поведінку, спрямовану на досягнення певної мети, яка порушує соціальні норми та правила і може призводити до фізичних ушкоджень або викликати негативні емоційні реакції. Така поведінка зазвичай спричиняє напруження, страх і пригнічення.

Науковець В. Клайн розглядає агресивність як таку, що містить "певні здорові риси", які можуть бути корисними для соціального функціонування. До цих рис відносяться завзятість, наполегливість і ініціативність. Таким чином, більшість науковців трактують агресивність як стабільну характеристику особистості, що визначає готовність до агресії, хоча іноді агресивність

розглядається і як ситуативна риса. Агресивність може проявлятися в різних формах, зокрема у вигляді агресії та агресивної поведінки. Термін "агресія" часто використовується для позначення тимчасового психічного стану особистості та її емоційного фону. Попри численні дослідження агресивності, питання її сутності залишається відкритим.

Психологічні механізми агресивності вперше були досліджені психоаналітиком Зигмундом Фрейдом. Він виділив два основні інстинкти — інстинкт життя та інстинкт смерті, які є вродженими аспектами людської природи, що робить агресивність невід'ємною характеристикою людини [9, с. 5].

Агресивна поведінка є складним і багатограним феноменом, який можна розглядати з різних підходів, кожен з яких надає власне пояснення причин і механізмів агресії. Розглянемо найпоширеніші у літературних джерелах:

Біологічна (етологічна) теорія агресивності, запропонована К. Лоренцем, трактує агресію як вроджений інстинкт, що має на меті збереження виду. Лоренц порівнює поведінку тварин і людей, виявляючи подібність у їхніх діях, і стверджує, що агресія є важливою для виживання в умовах боротьби за існування. Цей підхід пояснює агресивну поведінку як спосіб захисту та збереження життя через перемогу над супротивником або його усунення. Лоренц вважає агресію базовим інстинктом, спрямованим на забезпечення виживання виду, підкреслюючи її можливу небезпеку для людства. Він визнає, що хоча агресивність є вродженою, її прояви можуть бути регульовані вихованням та моральною відповідальністю. Водночас деякі етологи стверджують, що людство може бути нездатне контролювати свою агресію, і тому завжди залишатиметься схильним до конфліктів, вбивств та воєн, що становить загрозу для його існування.

Біологічний підхід підкреслює, що агресія має еволюційну природу і є вродженою реакцією, спрямованою на виживання і домінування. Це підкреслює ідею, що агресія — це інстинктивна поведінка, яка активується у відповідь на зовнішні подразники, що пов'язано з біологічними структурами мозку [6, с. 11]. Зокрема, мигдалеподібне тіло відіграє роль у виникненні емоцій, зокрема страху

і агресії, тоді як любові частки забезпечують контроль за емоційними реакціями, і їх знижена активність може призводити до труднощів у самоконтролі. Гормони, такі як тестостерон і кортизол, також важливі у цьому контексті. Підвищений рівень тестостерону сприяє агресивній поведінці, тоді як кортизол може як стимулювати агресію в стресових ситуаціях, так і пригнічувати її в залежності від контексту. Нейромедіатори, такі як серотонін і дофамін, також мають значний вплив: низький рівень серотоніну пов'язаний з імпульсивною агресією. За Фройдом, агресія виникає через конфлікти між Еросом (інстинкт життя) та Танатосом (інстинкт смерті), де агресія виступає як енергія, що спричинена напруженням між цими силами. Відтак, агресивна поведінка може бути розглянута як механізм для розрядки внутрішнього конфлікту. У підлітковому віці це часто проявляється у вигляді агресії через незадоволені потреби або переживання емоційних криз. Еріх Фромм продовжив цю ідею, розрізняючи доброякісну агресію (як захист) і злоякісну агресію (як наслідок соціальних проблем і внутрішніх конфліктів). Агресія підлітків, з його точки зору, є відповіддю на емоційні труднощі та невизначеність соціального середовища [15, с. 5].

За біхевіоризмом, агресія не є вродженою якістю, а формується через підкріплення і соціальне навчання. Поведінка стає результатом взаємодії з оточенням: якщо агресивні реакції приносять винагороду або досягають бажаного результату, то вони зміцнюються. Альберт Бандура запропонував соціально-когнітивну теорію, яка акцентує увагу на тому, що діти та підлітки можуть навчатися агресії через спостереження за іншими (моделювання поведінки). Це, наприклад, відображається в наслідуванні агресивних моделей поведінки від дорослих або внаслідок сприйняття агресії як ефективною стратегією для досягнення мети, що особливо видно у впливі медіа [13].

Когнітивна модель агресії акцентує увагу на викривлених сприйняттях реальності. Підлітки, що мають агресивну поведінку, часто інтерпретують нейтральні ситуації як ворожі чи загрозові, що призводить до емоційних

реакцій. Вони можуть відчувати загрозу, навіть коли її насправді немає, що підвищує ймовірність агресивної поведінки.

Важливим фактором є також рівень самооцінки: як занижена, так і завищена самооцінка можуть провокувати агресію. Низька самооцінка може сприяти агресії як захисному механізму, а завищена — як способом самоствердження.

Соціально-культурні теорії акцентують увагу на культурних нормах і соціальних очікуваннях, які формують поведінку індивіда. Виховання в агресивному середовищі або відсутність підтримки в сім'ї і колективі може посилювати агресивні тенденції. Екологічна теорія Бронфенбреннера вказує на те, що агресія виникає внаслідок багаторівневої взаємодії особистості з оточенням (сім'я, школа, культурне середовище). Наприклад, соціальні або економічні труднощі можуть підвищувати рівень агресії в суспільстві, а проблеми в сім'ї можуть сприяти виникненню конфліктів у школі.

А. Басс визначає три типи агресії: фізичну агресію, яка включає примусове застосування фізичної сили, наприклад, під час бійки; подразнення, що проявляється в схильності до вираження негативних емоцій через незначні порушення, такі як грубе ставлення; та вербальну агресію, яка проявляється через негативні висловлювання як у формі (крик, образи), так і в змісті словесних реакцій (лайка, загрози) [7].

Існує теорія відчуження, яка передбачає формування основ агресивної поведінки ще в ранньому дитинстві. Коли діти не отримують необхідної уваги та емоційної підтримки від батьків, вони можуть відчувати відчуженість і провину. Це може впливати на їх емоційний стан, призводити до зниження самооцінки та виникнення почуття провини [17]. На такому психологічному фоні може сформуватися стійка схильність до агресивної поведінки, яка стає спробою привернути хоч якусь увагу. Однак жодна окрема теорія не може повною мірою пояснити агресивну поведінку людини, оскільки існують й інші теорії, які також застосовуються для її аналізу.

Узагальнюючи, агресія є результатом складної взаємодії біологічних, психологічних і соціальних факторів. Для розуміння та корекції агресивної поведінки важливо застосовувати інтегративний підхід, що дозволяє врахувати всі ці аспекти.

## **1.2 Вікові та соціально-психологічні особливості підлітків у контексті агресивної поведінки**

Підлітковий вік є періодом інтенсивних змін у фізіологічному, психологічному та соціальному розвитку особистості. Ці зміни безпосередньо впливають на емоційну сферу та поведінкові реакції підлітків, включаючи агресивні прояви. Особливості віку та соціальної адаптації підлітків створюють специфічні умови для виникнення та вираження агресії.

Підлітковий вік (орієнтовно 12–18 років) є надзвичайно важливим і водночас складним етапом у психофізичному розвитку особистості. У цей період спостерігається інтенсивне фізичне дозрівання, зумовлене активізацією ендокринної системи, що супроводжується гормональними перебудовами. Саме ці гормональні зміни можуть істотно впливати на емоційну сферу підлітка, знижуючи рівень емоційної стабільності та здатність до саморегуляції.

Емоційна чутливість у підлітковому віці зростає, що проявляється у схильності до частих і раптових змін настрою, високій реактивності на зовнішні подразники, загостреному переживанні як позитивних, так і негативних емоцій. Це може супроводжуватися підвищеною імпульсивністю, труднощами з контролем агресивних імпульсів, а також посиленням конфліктності у взаєминах з оточенням — як у родині, так і в школі чи в середовищі однолітків.

Крім того, цей вік пов'язаний із кризою ідентичності: підліток прагне знайти відповідь на запитання "хто я?" та утвердитися як особистість, що нерідко відбувається шляхом опору авторитетам, експериментів із поведінкою або формуванням нових форм соціальної взаємодії. У разі відсутності емоційної підтримки, безпечного середовища чи позитивних моделей поведінки, підліток

може обирати деструктивні форми самовираження, зокрема агресивну поведінку.

Особливої уваги заслуговують внутрішні конфлікти, які виникають у результаті суперечностей між бажаннями та реальністю, амбіціями і обмеженнями, прагненням до самостійності і залежністю від дорослих. За відсутності ефективних стратегій вирішення таких конфліктів можливе накопичення фрустрації, що також може виливатися в агресивні прояви [11, с. 7].

Особливістю підліткового віку є й активне формування самоідентичності. Власне, підлітки починають шукати своє місце в суспільстві, ставити під сумнів авторитети, що іноді виражається у протестних, агресивних формах поведінки. Водночас, у цей період підлітки мають обмежену здатність до довгострокового планування, що може призвести до спонтанних і неконтрольованих агресивних актів, особливо коли вони опиняються під впливом сильних емоційних чи соціальних стимулів.

Соціальний контекст є важливим чинником, який визначає специфіку агресивної поведінки підлітків. У підлітковому віці соціальні стосунки з однолітками та дорослими набувають особливої важливості, оскільки саме в цей період формується соціальна ідентичність особистості [13, с. 9]. Підлітки прагнуть знайти своє місце в групі, що може бути джерелом як підтримки, так і конфліктів.

Одним з головних соціальних аспектів цього віку є належність до певних соціальних груп. Агресивна поведінка може бути наслідком конкуренції за місце в групі чи боротьби за соціальний статус. Підлітки можуть проявляти агресію як спосіб самоутвердження або для досягнення визнання серед однолітків. У той же час, для багатьох підлітків цей вік супроводжується труднощами у встановленні емоційних зв'язків з дорослими, що може спричинити відчуття соціальної ізоляції або неприязні, що є підґрунтям для агресивних вчинків.

На етапі соціалізації підлітки починають активно протестувати проти авторитетів, зокрема батьків, вчителів, старших родичів, що може проявлятися в

агресії як реакції на спроби обмежити їхню автономію або вплинути на їхні погляди. Відсутність взаєморозуміння з дорослими чи однолітками може посилити агресивні тенденції, коли підлітки шукають можливості для вираження своєї індивідуальності або боротьби за свої права.

Крім того, важливими соціально-психологічними факторами є культура та соціальні норми, в яких перебуває підліток. Відчуття соціальної несправедливості або невизнання може посилити в нього агресивні тенденції. У цьому контексті підлітки часто зіштовхуються з конфліктами в школі, в колективі, на вулиці, де агресія може бути використана як спосіб захисту або боротьби з несправедливістю.

Агресивна поведінка підлітків є складним і багатофакторним феноменом, що безпосередньо пов'язаний з особливостями перехідного віку. У цей період відбувається не лише активна перебудова організму, а й формування особистості, її ціннісних орієнтацій, самооцінки та системи соціальних відносин. Сукупність біологічних, емоційних і соціальних чинників створює специфічне середовище, в якому агресивна поведінка може виникати як реакція на різноманітні внутрішні та зовнішні виклики.

Підлітки часто стикаються з внутрішніми суперечностями: прагнення до самостійності та незалежності конфліктує з потребою в безпеці, підтримці та розумінні з боку дорослих. Ці внутрішні протиріччя супроводжуються глибокими емоційними переживаннями, нестабільністю настрою, підвищеною чутливістю до критики та схильністю до імпульсивних дій. Усе це значно знижує здатність до самоконтролю і може спричинити неадекватні, іноді агресивні реакції на зовнішні подразники.

Підлітковий вік є часом активної соціалізації, особистість підлітка формується під впливом взаємодії з однолітками, педагогами, батьками, соціальними мережами та масовою культурою. Відсутність позитивних моделей поведінки, конфліктні стосунки в сім'ї чи школі, булінг або соціальна ізоляція — усе це може викликати у підлітків почуття ворожості, відчуженості або

неприйняття, що нерідко виливається в агресію як спосіб самозахисту або демонстрації сили.

Також важливо враховувати соціальний тиск, який у підлітковому віці є особливо інтенсивним. Бажання бути прийнятим у групі, довести свою значимість або відповісти на провокації — часто стають поштовхом до агресивної поведінки, особливо в умовах низької емоційної зрілості чи невміння конструктивно вирішувати конфлікти.

Таким чином, агресивність підлітків є не просто проявом "поганої поведінки", а результатом комплексного впливу вікових, психологічних і соціальних чинників. Це вимагає системного підходу до профілактики, що включає психологічну підтримку, розвиток емоційного інтелекту, формування навичок ненасильницького спілкування та створення сприятливого соціального середовища. Розуміння цих особливостей є важливим для розробки стратегій профілактики та корекції агресивної поведінки у підлітків [9, с. 11].

### **1.3 Психологічні фактори агресивної поведінки підлітків**

Дослідження психологічних чинників, що зумовлюють агресивну поведінку особистості, є особливо актуальним у сучасних умовах трансформації суспільних процесів та змін у системі цінностей. Попри взаємозв'язок із соціальними аспектами, психологічні фактори мають власні закономірності формування та розвитку. У контексті етіології агресії ключову роль відіграють особливості емоційної регуляції, когнітивні механізми, рівень фрустраційної толерантності, самооцінка, особистісні риси та схильність до наслідування агресивних моделей поведінки. Недостатній розвиток навичок емоційного самоконтролю, когнітивні спотворення, імпульсивність, труднощі у формуванні соціальних зв'язків та низький рівень емпатії можуть виступати детермінантами агресивної поведінки підлітків.

Дослідження, проведені А. Бандурою, а також такими науковцями, як Ю. Б. Гіпенрейтер, Т. М. Трапезнікова, А. О. Реан та іншими, підтвердили, що в сім'ях, де діти та підлітки демонструють агресивну поведінку, часто

спостерігається несприятливий психологічний клімат. Для таких родин характерні конфліктні відносини між батьками, емоційна дистанційність, недостатня увага до потреб дитини та залучення її до сімейних суперечок. Особливу роль у розвитку агресивної поведінки відіграє наявність емоційного зв'язку між дитиною та одним із батьків, оскільки це сприяє активізації механізму наслідування. У подібних умовах дитина може ототожнювати себе з агресивним членом родини, сприймаючи його як зразок для наслідування. Агресивна модель поведінки, що засвоюється в сімейному середовищі, може включати не лише конкретні дії, а й систему цінностей і переконань батьків [12, с. 22]. Крім того, одночасне поєднання безпосереднього прояву агресії та її схвалення у сім'ї підсилює вплив цієї поведінки на дитину, формуючи в неї відповідні поведінкові патерни.

Агресивна поведінка підлітків є багатофакторним феноменом, який визначається поєднанням емоційних, когнітивних та особистісних чинників. У підлітковому віці відбуваються інтенсивні психологічні зміни, що впливають на сприйняття світу, саморегуляцію та соціальні взаємодії. Окремі особливості психічного розвитку можуть посилювати схильність до агресивних дій та реакцій [22, с. 25].

### *1. Емоційна регуляція та імпульсивність*

Емоційна регуляція передбачає здатність людини контролювати свої почуття та керувати емоційними реакціями відповідно до ситуації. У підлітковому віці ця здатність ще не є повністю сформованою, що може спричиняти імпульсивні спалахи гніву, роздратування чи навіть фізичної агресії. Імпульсивність, яка є частиною особистісного розвитку в цей період, означає низьку здатність до рефлексії перед діями. Через це підлітки можуть реагувати агресивно навіть у ситуаціях, які не становлять для них реальної загрози.

### *2. Темперамент та індивідуальні особливості психіки*

Темперамент визначає схильність до певного типу поведінкових реакцій. Наприклад:

✓ Холеричний тип (емоційно збудливі, імпульсивні) частіше проявляє агресивну поведінку через низьку стійкість до стресу.

✓ Меланхолійний тип (чутливі, тривожні) може виражати агресію непрямим способом, наприклад, через пасивну агресію або самопошкоджувальну поведінку.

✓ Сангвініки та флегматики зазвичай краще контролюють свої емоції, тому рідше демонструють агресивні реакції.

Окрім темпераменту, особливості нервової системи (сильний або слабкий тип) впливають на здатність справлятися з агресивними імпульсами.

### *3. Самооцінка та рівень впевненості в собі*

Агресивна поведінка може бути пов'язана як із заниженою, так і з завищеною самооцінкою.

✓ Низька самооцінка змушує підлітка відчувати невпевненість у собі, що може призводити до агресивних реакцій як способу самоствердження. Такі підлітки можуть агресивно захищатися навіть у ситуаціях, які не несуть загрози.

✓ Завищена самооцінка (яка може бути нестійкою) призводить до агресивних проявів у відповідь на будь-яку критику, оскільки підліток сприймає її як підрив власного статусу.

### *4. Когнітивні спотворення та атрибутивні процеси*

Когнітивні спотворення – це помилки мислення, які можуть провокувати агресивну поведінку.

✓ "Ворожа атрибуція" – підліток схильний сприймати нейтральну чи випадкову поведінку інших як навмисно ворожу. Наприклад, якщо хтось випадково зачепив його у коридорі, він може сприйняти це як напад і відповісти агресією.

✓ Чорно-біле мислення – якщо хтось не є другом, то він автоматично ворог, що може призводити до конфліктів.

✓ Переконавання про виправданість агресії – "щоб тебе поважали, потрібно бути сильним", "краще вдарити першим" тощо.

### *5. Рівень соціальної компетентності*

Соціальна компетентність передбачає:

- ✓ розуміння емоцій інших людей,
- ✓ ефективну комунікацію,
- ✓ здатність до співпраці,
- ✓ навички вирішення конфліктів.

Якщо у підлітка низький рівень соціальної компетентності, він може використовувати агресію як спосіб комунікації або вирішення проблем, оскільки не знає альтернативних (мирних) стратегій взаємодії.

#### *6. Рівень фрустраційної толерантності*

Фрустрація – це стан психічного напруження, який виникає в ситуації, коли підліток стикається з перешкодами на шляху до своєї мети.

✓ Високий рівень фрустраційної толерантності дозволяє підлітку спокійно реагувати на труднощі та шукати конструктивні шляхи вирішення проблем.

✓ Низький рівень сприяє агресивній поведінці у відповідь на невдачі, наприклад, якщо щось не вдалося в навчанні або у стосунках з однолітками.

#### *7. Ідентифікація з агресивними моделями поведінки*

Підлітки схильні наслідувати поведінку значущих дорослих (батьків, вчителів, кумирів), а також персонажів фільмів, ігор або соціальних мереж. Якщо ці моделі демонструють агресію як ефективний спосіб взаємодії, підліток може сприйняти таку поведінку як норму [22, с. 5].

#### *8. Потреба у владі та домінуванні*

У підлітковому віці посилюється прагнення до соціального статусу, що може спричинити агресивну поведінку як спосіб демонстрації сили та контролю. Це особливо виражено у групах підлітків, де існує конкуренція за лідерство.

#### *9. Емоційне вигорання та психічне напруження*

Підлітки, які стикаються з постійним стресом (навчальні навантаження, конфлікти в сім'ї, соціальний тиск), можуть накопичувати внутрішнє напруження, яке потім проявляється у вигляді агресії.

#### *10. Деформація морально-етичних норм*

У середовищі, де агресивна поведінка виправдовується або заохочується (наприклад, у кримінальних групах, серед окремих субкультур), підліток може розглядати агресію як соціально прийнятний спосіб взаємодії.

Отже, агресивна поведінка підлітків формується під впливом багатьох психологічних чинників. Це поєднання особистісних характеристик (емоційна регуляція, темперамент, самооцінка), когнітивних процесів (сприйняття ситуацій, наявність когнітивних спотворень), соціальних факторів (вплив оточення, рівень соціальної компетентності) та стресових обставин. Взаємодія цих чинників визначає інтенсивність, частоту та форми агресивної поведінки.

#### **1.4 Соціальні чинники формування агресії у підлітків**

Агресивна поведінка підлітків формується під впливом низки соціальних чинників, які безпосередньо впливають на процес їх соціалізації, спосіб взаємодії з соціальним оточенням, а також на рівень засвоєння соціальних норм, цінностей і культурних зразків поведінки. У цьому віці особливо важливим є належність до групи, ідентифікація з соціальними ролями та авторитетами, а також пошук власного місця в суспільстві. Якщо соціальне середовище є дисфункціональним або характеризується негативними моделями поведінки, це може сприяти формуванню агресії як засобу самоствердження, захисту чи компенсації.

Наукові дослідження (наприклад, праці А. Бандури, Л. Берковітца, Д. Долларда) свідчать про те, що агресія може бути результатом як прямого впливу соціального оточення, так і процесів соціального навчання. Теорія соціального навчання (А. Бандура) пояснює, що індивід засвоює моделі поведінки через спостереження за значущими іншими (батьками, однолітками, медіаобразами), які можуть демонструвати як конструктивні, так і деструктивні форми взаємодії. У разі, коли агресивні дії отримують підкріплення (наприклад, у формі уваги, домінування чи задоволення потреб), вони можуть фіксуватись як ефективний спосіб досягнення мети.

Соціально-психологічні дослідження також підтверджують, що дезорганізоване сімейне середовище, де відсутня емоційна підтримка, спостерігається насильство або нехтування, є одним із провідних чинників ризику виникнення агресії в підлітковому віці. Схильність до агресивної поведінки підвищується й у ситуаціях, коли підлітки перебувають у стані соціальної фрустрації, мають труднощі у встановленні міжособистісних стосунків або зазнають булінгу.

З іншого боку, позитивне соціальне середовище, емоційна підтримка, залучення до конструктивної діяльності, наявність адекватних рольових моделей та ефективне функціонування інститутів соціалізації (школа, родина, громада) можуть виступати захисними факторами у попередженні проявів агресивності. З огляду на це, важливою складовою профілактичної роботи є формування в підлітків навичок ефективної комунікації, емпатії, соціальної відповідальності та емоційного самоконтролю.

Одним із ключових соціальних чинників є культура насильства у суспільстві. У соціумах, де толерується жорсткість у взаємодії між людьми, агресія може розглядатися не лише як допустима, а й як соціально схвалювана форма поведінки. Наприклад, у суспільствах із високим рівнем соціальної напруги або політичної нестабільності поширюється уявлення про силу та домінування як засіб вирішення конфліктних ситуацій. Для підлітків, чия свідомість ще перебуває у стадії становлення, подібні установки можуть ставати основою для агресивних патернів поведінки [32, с. 13].

Одним із факторів, що сприяють агресії, є соціальні фрустратори, які зумовлені конкретною соціально-економічною ситуацією в суспільстві. За твердженням Е. Аронсона, агресія може виникати через відчуття не абсолютної, а відносної депривації, коли індивід усвідомлює, що інші мають кращі умови життя, більше матеріальних благ тощо. Згідно з одним із соціологічних визначень, агресія може бути способом подолання фрустрації, що виникає в результаті неадекватного перерозподілу соціальних благ, досягнення цілей без врахування інтересів інших, несправедливого вирішення проблем на користь

однієї сторони за рахунок погіршення умов для інших. Українське суспільство, зокрема молодіжне середовище, має значний потенціал для виникнення агресії через соціальне розшарування. Наприклад, конфлікти між групами "забезпечених" і "незабезпечених" можуть бути яскравим проявом цього явища. Соціально-економічні умови мають безпосередній вплив на агресивність підлітків. Діти, які зростають у соціально нестабільних або малозабезпечених сім'ях, частіше стикаються з порушенням їхніх прав, байдужістю або авторитарним стилем виховання, що сприяє формуванню у них негативного ставлення до оточуючого світу. Економічна нерівність може викликати почуття несправедливості та соціального відчуження, що нерідко провокує прояви агресії як спосіб самоствердження або компенсації внутрішніх переживань [22, с. 14].

Особливе значення має мікросоціальне середовище, зокрема соціальний статус підлітка серед однолітків. У підлітковому віці основним референтним середовищем стає група однолітків, що визначає норми прийнятної поведінки та рівень допустимості агресії. У середовищах, де насильство є способом комунікації або регулювання статусної ієрархії, агресія сприймається як необхідна складова взаємодії. Підлітки, які прагнуть відповідати очікуванням групи, можуть застосовувати агресію для демонстрації сили, захисту свого соціального статусу або як спосіб адаптації до норм середовища.

Важливим соціальним чинником є вплив засобів масової інформації та цифрових технологій. У сучасному інформаційному просторі поширюється велика кількість контенту, що містить сцени насильства, демонстрацію агресії як ефективного засобу досягнення мети або виправдання насильницької поведінки. Підлітки, особливо ті, які мають недостатній рівень критичного мислення, можуть некритично засвоювати подібні моделі поведінки, що формує у них толерантне ставлення до агресії та насильницької взаємодії. Крім того, соціальні мережі нерідко стають платформою для кібербулінгу, що сприяє розвитку агресивних тенденцій у підлітковому середовищі [9, с. 13]. Дослідження, проведені в США протягом тривалого часу, виявили певне явище: коли в засобах масової інформації з'являються повідомлення про випадки вбивств та

згвалтувань, це часто призводить до збільшення кількості подібних насильницьких інцидентів у даному регіоні. Це явище отримало назву "соціальне зараження". Особливу увагу слід приділити аналізу сучасного ринку комп'ютерної продукції, який переповнений програмами, здатними стимулювати користувачів до агресивної поведінки. Згідно з наявними даними, близько 85% комп'ютерних ігор мають насильницький характер, при цьому агресія часто виступає як центральна тема віртуальних світів. Крім того, автори цих ігор часто рекомендують застосовувати тактику "випаленої землі". Проблема зростання агресивного контексту в комп'ютерних іграх була визнана однією з основних на VII Європейському Конгресі з психології ще у 2001 році [11, с. 25].

Окрім вище перерахованого, значну роль у процесі соціалізації відіграють заклади освіти, зокрема дитячі садки та школи. Наприкінці 1980-х – на початку 1990-х років вперше з'явилися наукові матеріали, що привернули увагу до прихованих форм насильства в освітньому середовищі. Соціологічні дослідження, проведені в цей період серед підлітків, засвідчили, що значна частина респондентів зазнавала проявів жорстокого ставлення з боку педагогів. Виникнення агресивної поведінки у вчителів загальноосвітніх шкіл та вихователів дошкільних установ розглядається як наслідок професійної деформації. За окремими дослідженнями, виявлено, що педагогічна агресія частіше спостерігається серед жінок-викладачів. Насильство з боку педагогів не лише спричиняє зростання агресивності у дітей, але й формує у них схильність до насильницької поведінки в майбутньому, що може закріплювати агресію як стійку характеристику особистості [34, с. 27].

Значний вплив на формування агресивності справляє система освіти, яка є однією з основних соціалізаційних інституцій. Педагогічні підходи, що ґрунтуються на авторитаризмі, жорсткій дисципліні або застосуванні покарань, можуть провокувати у підлітків почуття несправедливості, сприяючи виникненню агресивних реакцій. Крім того, високий рівень конкуренції, перевантаження навчальними вимогами та відсутність емоційної підтримки з

боку педагогів можуть підвищувати рівень фрустрації та агресії у підлітковому середовищі.

Таким чином, соціальні чинники відіграють визначальну роль у процесі формування агресивної поведінки підлітків. Соціокультурне середовище, у якому зростає підліток, виступає не лише тлом його розвитку, а й активним джерелом соціальних установок, норм та моделей поведінки. Рівень соціально-економічного розвитку суспільства, доступ до якісної освіти, наявність чи відсутність соціальної підтримки, культурних і моральних орієнтирів — усе це безпосередньо впливає на стиль взаємодії підлітка з оточенням.

Згідно з концепцією «соціального детермінізму» (Е. Дюркгейм, Т. Парсонс), поведінка індивіда значною мірою визначається соціальними умовами, в яких він існує. У підлітковому віці, коли особистість перебуває у процесі активного становлення, зростає значущість зовнішніх соціальних впливів — авторитет однолітків, очікування з боку дорослих, соціальні ролі, які нав'язуються інституціями. У цьому контексті групова належність (особливо до девіантних або маргіналізованих субкультур) може відігравати роль потужного каталізатора агресивної поведінки, оскільки часто сприяє легітимізації деструктивних форм соціальної взаємодії [41, с. 32].

З позицій соціальної психології (Р. Кеттел, К. Левін, Г. Олпорт), соціальна ситуація розвитку особистості формується у взаємодії між індивідом і його мікросоціальним оточенням. Наприклад, освітнє середовище — важливий агент соціалізації — може як слугувати ресурсом позитивного розвитку (у разі підтримки, розвитку емоційного інтелекту, залучення до соціально значущої діяльності), так і бути джерелом психологічного тиску, виключення чи булінгу, що провокує агресію як форму захисної або компенсаторної реакції [42, с. 28].

Крім того, рівень сформованості соціальних навичок (комунікативної компетентності, емпатії, саморегуляції) впливає на здатність підлітка конструктивно розв'язувати конфлікти. Дефіцит таких навичок часто спонукає до використання агресії як засобу впливу чи захисту. У свою чергу,

профілактичні програми, орієнтовані на розвиток соціального інтелекту, можуть значною мірою знижувати рівень агресивних проявів.

### **Висновки до розділу**

У висновках до розглянутих аспектів феномену агресивної поведінки підлітків можна зазначити, що агресія є складним і багатогранним психологічним явищем, яке формується під впливом численних теоретичних підходів та факторів. Вивчення теоретичних аспектів агресивної поведінки дозволяє краще зрозуміти її природу та механізми, що визначають різноманітність проявів агресії в різних ситуаціях та умовах. Відносно підлітків, важливу роль у формуванні агресії відіграють вікові та соціально-психологічні особливості, які виявляються у період активного розвитку особистості, що супроводжується високим рівнем емоційної нестабільності, пошуком самовизначення та схильністю до протестної поведінки. Ці особливості зумовлюють вразливість підлітків до різних негативних впливів, що може сприяти агресивним реакціям на стресові ситуації.

Психологічні фактори, які формують агресивну поведінку підлітків, включають емоційні, когнітивні та мотиваційні аспекти, що можуть як підвищувати схильність до агресії, так і забезпечувати її вираження в умовах соціального та індивідуального стресу. Відчуття несправедливості, негативні переживання, конфлікти з оточенням і невідповідність особистісних прагнень соціальним нормам можуть стати підґрунтям для агресивних проявів.

Соціальні чинники, які впливають на агресивну поведінку підлітків, тісно пов'язані з середовищем, у якому вони розвиваються. Соціальна ситуація, взаємодія з однолітками, а також вплив родини, освітніх закладів та мас-медіа можуть як підтримувати агресивні тенденції, так і сприяти їх подоланню. У зв'язку з цим, важливим є розуміння того, як соціальні зміни та впливи можуть як підсилювати, так і пом'якшувати прояви агресії у підлітків, зокрема через

формування моделей поведінки, норм і цінностей, що взаємодіють з індивідуальними психологічними факторами.

Таким чином, агресивна поведінка підлітків є результатом складної взаємодії вікових, психологічних і соціальних чинників, що потребує комплексного підходу до дослідження та корекції агресії у підлітковому середовищі.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТА СОЦІАЛЬНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСІЇ ПІДЛІТКІВ

#### 2.1 Характеристика вибірки та методики дослідження агресивної поведінки підлітків

Дослідження агресивної поведінки підлітків має на меті аналіз психологічних механізмів, які сприяють її виникненню та закріпленню. Вибірка дослідження включала 50 підлітків віком 13–15 років (учні 8–9 класів загальноосвітнього навчального закладу), з яких 30 були дівчатами, а 20 – хлопцями. Такий розподіл дозволяє здійснити комплексний аналіз агресивної поведінки підлітків, враховуючи вплив психологічних і соціальних факторів на її прояви.

Дослідження проводилося із застосуванням трьох психодіагностичних методик, які доповнюють одна одну, дозволяючи отримати комплексне уявлення про рівень агресії, її форми, взаємозв'язок з самооцінкою та рівнем фрустрації.

1. *Методика діагностики форм агресивної поведінки в повсякденному спілкуванні (А. Басса та А. Дарки).*

Методика Баса-Дарки є однією з найбільш розповсюджених у психологічній практиці для визначення форм агресії та її проявів у повсякденному житті. Вона розроблена на основі концепції агресії як багатовимірного феномену та дозволяє оцінити не лише загальний рівень агресивності, а й специфічні прояви агресії у міжособистісних стосунках.

Методика включає сім шкал, що відображають різні аспекти агресивної поведінки:

- ✓ *Фізична агресія* – виражена у безпосередньому застосуванні сили до інших людей або предметів;
- ✓ *Вербальна агресія* – проявляється через грубі висловлювання, підвищений тон, сарказм та інші мовні засоби вираження агресивності;

- ✓ *Опосередкована агресія* – агресивні дії, спрямовані не безпосередньо на об'єкт агресії, а реалізовані через третіх осіб або непрямі способи (чутки, маніпуляції, псування речей тощо);
- ✓ *Негативізм* – опозиційна поведінка, що проявляється через активний або пасивний спротив соціальним нормам, вимогам та авторитетам;
- ✓ *Рівень подразливості* – тенденція до імпульсивних реакцій, швидкого виникнення гніву та втрати самоконтролю в стресових ситуаціях;
- ✓ *Образливість* – схильність до частих образ, відчуття несправедливого ставлення з боку інших;
- ✓ *Підозрілість* – тенденція до недовіри, очікування загрози або ворожих намірів з боку оточення.

Ця методика дозволяє отримати детальні кількісні показники щодо проявів агресивності, що сприяє подальшому аналізу причин її формування та проявів у поведінці підлітків.

## 2. Методика визначення рівня самооцінки Дембо-Рубінштейна (адаптована для підлітків).

Самооцінка є ключовим психологічним параметром, що визначає рівень впевненості особистості у своїх силах, впливає на стиль міжособистісної взаємодії та може відігравати важливу роль у формуванні агресивної поведінки. В межах нашого дослідження для оцінки рівня самооцінки підлітків використовувалася методика, що дозволяє виявити її загальні характеристики, стабільність та адекватність. Методика призначена для визначення рівня самооцінки підлітків, її стабільності та адекватності. Вона дозволяє виявити індивідуальні особливості самосприйняття, що можуть впливати на формування агресивної поведінки, соціальну адаптацію та стиль міжособистісного спілкування.

Методика проводиться у формі опитувальника або тесту, що містить серію тверджень, які підлітки оцінюють за певною шкалою (наприклад, від «повністю не згоден» до «повністю згоден»). Тестування може проводитися як індивідуально, так і у груповому форматі в аудиторних умовах. Інструкція

пояснюється перед початком тестування, а відповіді аналізуються за допомогою відповідних шкал та ключів для інтерпретації результатів.

1. *Загальний рівень самооцінки* – визначає, чи є вона високою, середньою або низькою.

2. *Стабільність самооцінки* – оцінює схильність підлітка до змін у самосприйнятті під впливом зовнішніх обставин.

3. *Адекватність самооцінки* – виявляє, наскільки уявлення підлітка про себе відповідає реальним досягненням.

Результати тестування аналізуються шляхом підрахунку балів, які співвідносяться з відповідними рівнями самооцінки. Отримані дані дозволяють визначити, чи є самооцінка підлітка гармонійною або дисгармонійною, що може впливати на його поведінкові реакції, включаючи агресивність.

Зв'язок між самооцінкою та агресивністю пояснюється тим, що низька самооцінка може провокувати компенсаторну агресію, тоді як завищена – сприяти агресивним реакціям у відповідь на критику або загрозу власному статусу. Використання даної методики дозволяє глибше зрозуміти внутрішні психологічні чинники, що впливають на агресивну поведінку підлітків.

Опитувальник складається з 32 тверджень, на які учасники мають дати відповіді, обираючи один із п'яти можливих варіантів: «дуже часто», «часто», «інколи», «рідко», «ніколи». Кожна відповідь оцінюється за відповідною шкалою:

- «Дуже часто» — 4 бали
- «Часто» — 3 бали
- «Інколи» — 2 бали
- «Рідко» — 1 бал
- «Ніколи» — 0 балів

Після заповнення опитувальника підраховується загальна сума балів для кожного респондента, що дає змогу визначити рівень його самооцінки. На основі отриманих результатів самооцінка класифікується як висока, середня або низька.

3. *Тест Бойка на визначення рівня соціальної та особистісної фрустрації (модифікована версія В.В. Бойком).*

Фрустрація є одним із ключових факторів, що можуть викликати агресивну поведінку, оскільки вона є наслідком неможливості реалізувати певні потреби та прагнення. Тест Бойка використовується для визначення рівня соціальної та особистісної фрустрації у підлітків, що дозволяє оцінити їхню здатність долати труднощі без залучення агресивних стратегій.

Методика передбачає оцінку двох ключових аспектів:

✓ *Соціальна фрустрація* – рівень невдоволення, спричиненого проблемами у взаємодії з соціумом (конфлікти з однолітками, учителями, батьками, соціальна несправедливість);

✓ *Особистісна фрустрація* – внутрішня напруга, що виникає через невідповідність між бажаним і реальним станом речей, відчуття незадоволеності власними досягненнями.

Тест також дозволяє оцінити фрустраційну толерантність – здатність підлітка справлятися з негативними емоціями, що виникають у ситуаціях розчарування, втрати або обмежень. Високий рівень фрустрації може спричиняти агресивні прояви, особливо у випадках, коли підліток не має ефективних механізмів подолання стресових ситуацій.

Ця методика дає можливість оцінити різні рівні соціальної фрустрації у підлітків, зокрема: дуже низький, знижений, невизначений, помірний, підвищений та дуже високий. Іноді може бути зафіксована майже повна відсутність фрустрації. Крім того, методика дозволяє визначити рівні особистісної фрустрації, серед яких виділяються: високий, стійка схильність до фрустрації та відсутність фрустрації.

Для покращення точності та актуальності оцінок у підлітковому віці, текст методики був адаптований шляхом заміни сфери професійної діяльності на навчальну. Також були внесені корективи у формулювання деяких соціальних сфер, щоб вони краще відповідали віковим особливостям респондентів. Для того,

щоб підлітки могли правильно зрозуміти предмет оцінки та надати коректні відповіді, було додано детальніші пояснення.

Рівні соціальної фрустрації:

- *Дуже низький рівень*: Підлітки з таким рівнем фрустрації задоволені своїми досягненнями та умовами соціальних взаємодій, що свідчить про їх позитивне ставлення до навколишнього середовища і відсутність суттєвого психоемоційного стресу.

- *Знижений рівень*: Підлітки з цим рівнем фрустрації можуть відчувати незначний дискомфорт у соціальних ситуаціях або навчанні, однак цей дискомфорт не є критичним і не має великого впливу на їх загальний психоемоційний стан.

- *Невизначений рівень*: Цей рівень характеризується непостійними емоційними реакціями на соціальні ситуації. Підлітки з таким рівнем фрустрації можуть коливатися у своєму ставленні до оточуючих та власних досягнень.

- *Помірний рівень*: Підлітки з помірним рівнем фрустрації відчувають певні труднощі у соціальній взаємодії, що спричиняє психоемоційне напруження. Цей рівень фрустрації потребує уваги з боку психологів чи педагогів для корекції стану.

- *Підвищений рівень*: Підлітки з підвищеним рівнем фрустрації часто відчувають незадоволення своїм становищем у різних сферах життя, що може проявлятися у вигляді значного психоемоційного стресу і потребує серйозної психологічної підтримки.

- *Дуже високий рівень*: Підлітки з дуже високим рівнем фрустрації перебувають у стані постійного психоемоційного напруження, що може суттєво ускладнювати їх взаємодію з соціумом. У таких випадках необхідне негайне втручання та інтенсивна психологічна допомога.

Застосування трьох вищезазначених методик у сукупності дозволяє отримати багатовимірний аналіз агресивної поведінки підлітків.

- ✓ Методика Баса-Даркі дає можливість виявити рівень агресії та її конкретні форми.

✓ Методика визначення рівня самооцінки Дембо-Рубінштейна (адаптована для підлітків), дозволяє визначити, як ставлення підлітка до самого себе може впливати на його агресивні прояви.

✓ Тест Бойка дає змогу оцінити рівень фрустрації, яка може слугувати тригером для агресивної поведінки.

Взаємозв'язок цих параметрів є ключовим для розуміння механізмів формування агресії у підлітків. Отримані результати можуть бути використані для подальшої розробки програм профілактики та корекції агресивної поведінки в освітньому середовищі.

## **2.2 Аналіз і узагальнення отриманих результатів**

Згідно з нашим дослідженням, агресивна поведінка є поширеним явищем серед підлітків 8-9 класів, що може бути пов'язано з віковими особливостями, емоційною нестабільністю, соціальними впливами та міжособистісними стосунками. Підлітковий період характеризується підвищеною імпульсивністю, чутливістю до оцінок з боку оточуючих, прагненням до самоствердження, що може сприяти агресивним проявам у спілкуванні та поведінці.

Агресивна поведінка може мати різні форми та інтенсивність, від відкритих проявів фізичної сили до словесних атак чи пасивного опору соціальним нормам. Вона може бути реакцією на фрустрацію, способом захисту особистих кордонів або наслідком внутрішньої невпевненості. Важливим є розуміння того, які саме чинники впливають на рівень агресії у підлітків, що дозволить розробити ефективні шляхи її корекції та профілактики.

У ході дослідження агресивної поведінки підлітків за методикою А. Басса та А. Дарки було проаналізовано шість основних показників: фізичну агресію, вербальну агресію, непрямую агресію, негативізм, роздратування та підозрілість. Вибірку становили 50 підлітків (учні 8-9 класів), серед яких 30 дівчат та 20 хлопців.

Згідно з обробленими даними, найвищі показники продемонстрували фізична агресія та вербальна агресія. Це свідчить про те, що у значної частини підлітків агресивність проявляється через відкриті форми вираження, такі як словесні конфлікти або фізичні дії. Дещо нижчі середні показники зафіксовані за шкалами роздратування та негативізму, що може свідчити про емоційну нестабільність і схильність до опору авторитетам чи соціальним нормам.

Найнижчі середні значення виявлені за шкалами підозрілості та непрямой агресії. Це може свідчити про те, що підлітки менш схильні до прихованих чи маніпулятивних форм агресії, а також мають порівняно невисокий рівень недовіри до оточення.

Розглянемо отримані результати детальніше.

✓ *Фізична агресія*

- Високий рівень: **32%** (16 підлітків)
- Середній рівень: **46%** (23 підлітки)
- Низький рівень: **22%** (11 підлітків)

Фізична агресія є однією з найвиразніших форм агресивної поведінки, оскільки майже третина підлітків має її високий рівень.

✓ *Вербальна агресія*

- Високий рівень: **40%** (20 підлітків)
- Середній рівень: **44%** (22 підлітки)
- Низький рівень: **16%** (8 підлітків)

Підлітки частіше проявляють агресію у словесній формі, що може свідчити про проблеми з контролем емоцій і конфліктну комунікацію.

✓ *Непряма агресія*

- Високий рівень: **18%** (9 підлітків)
- Середній рівень: **50%** (25 підлітків)
- Низький рівень: **32%** (16 підлітків)

Цей показник демонструє, що більшість підлітків схильні до помірного рівня непрямой агресії, наприклад, через чутки чи пасивну агресію.

✓ *Негативізм*

- Високий рівень: **20%** (10 підлітків)
- Середній рівень: **48%** (24 підлітки)
- Низький рівень: **32%** (16 підлітків)

Наявність високого негативізму свідчить про опір авторитетам і схильність до провокаційної поведінки.

- ✓ Роздратування
- Високий рівень: **28%** (14 підлітків)
- Середній рівень: **42%** (21 підліток)
- Низький рівень: **30%** (15 підлітків)

Високий рівень роздратування може бути пов'язаний із низькою стресостійкістю та проблемами з емоційною регуляцією.

- ✓ *Підозрілість*
- Високий рівень: **14%** (7 підлітків)
- Середній рівень: **46%** (23 підлітки)
- Низький рівень: **40%** (20 підлітків)

Низький рівень підозрливості у більшості підлітків свідчить про відносно довірливе ставлення до оточення, проте у певної частини молоді є підвищена настороженість.

Отримані результати свідчать про наявність агресивних тенденцій у поведінці підлітків, що може бути обумовлено комплексом психологічних, соціальних та особистісних факторів. Зокрема, високий рівень фізичної та вербальної агресії серед частини респондентів вказує на труднощі в регуляції емоцій, що можуть бути спричинені підлітковою кризою, особливостями соціального оточення або недостатнім розвитком навичок конструктивної комунікації.

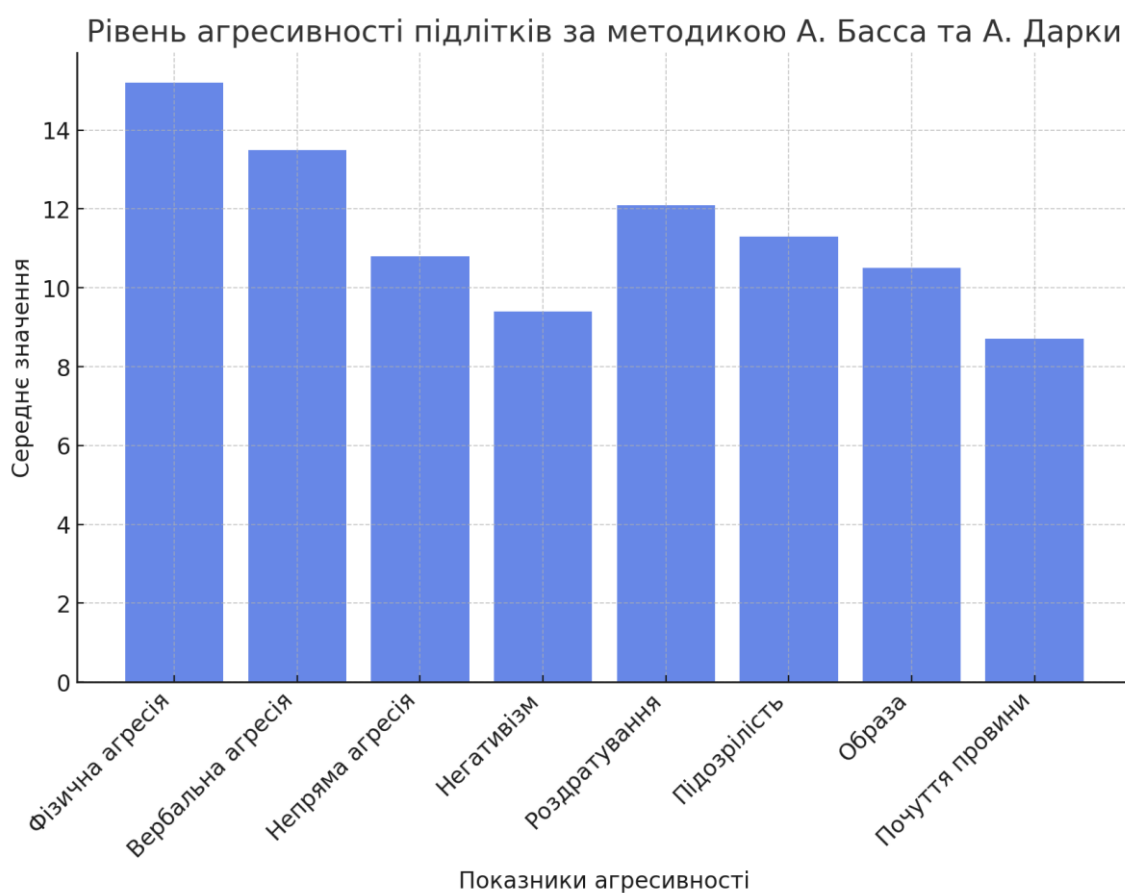
Значна вираженість вербальної агресії може свідчити про використання конфліктного стилю спілкування у міжособистісних відносинах, що, своєю чергою, може призводити до загострення соціальних взаємодій як у навчальному середовищі, так і поза ним. Високий рівень фізичної агресії може бути ознакою

низької толерантності до фрустрації, імпульсивності та нездатності підлітків знаходити соціально прийнятні способи розв'язання проблемних ситуацій.

Ці тенденції вимагають особливої уваги з боку педагогів, психологів та батьків, оскільки неконтрольоване зростання агресивної поведінки може сприяти дезадаптації, погіршенню емоційного стану та розвитку соціальних конфліктів. Важливим аспектом профілактичної роботи є впровадження програм розвитку емоційного інтелекту, навчання навичкам ненасильницької комунікації та формування позитивних моделей поведінки у підлітків.

Таким чином, результати дослідження підкреслюють необхідність цілеспрямованої роботи з підлітками щодо зниження агресивних проявів, розвитку стресостійкості та навичок ефективної взаємодії у соціальному середовищі.

Рисунок 2.1 – Рівні агресивності за методикою



Формування самооцінки є важливим психологічним процесом, який значною мірою визначає емоційний стан, соціальну адаптацію та поведінкові особливості підлітків. Самооцінка впливає на рівень впевненості у власних

силах, мотивацію досягнень, стиль міжособистісної взаємодії та реакції на стресові ситуації. У ході дослідження було проведено аналіз рівня самооцінки підлітків за методикою Дембо-Рубінштейна (адаптованою для підліткового віку), що дозволило виокремити три основні рівні: низький, середній і високий.

Отримані результати свідчать про наявність відмінностей у рівнях самооцінки серед підлітків, що може мати значний вплив на їхню поведінку, соціальні взаємодії та емоційний стан.

*Аналіз рівнів самооцінки:*

- *Низька самооцінка (30%)* – цей рівень самооцінки вказує на підвищену тривожність, невпевненість у власних силах і труднощі в соціальній адаптації. Такі підлітки можуть відчувати страх перед невдачами, уникати конкурентних ситуацій та мати схильність до самоізоляції. Низька самооцінка також може бути фактором ризику розвитку агресивної поведінки як захисного механізму або способу самоствердження.

- *Середня самооцінка (50%)* – переважаюча частина підлітків демонструє середній рівень самооцінки, що є найбільш оптимальним для здорової соціальної адаптації. Вони мають адекватне уявлення про свої можливості, здатні ставити реалістичні цілі та впевнено взаємодіяти з оточенням. Проте за умов зовнішніх стресових факторів цей рівень самооцінки може змінюватися.

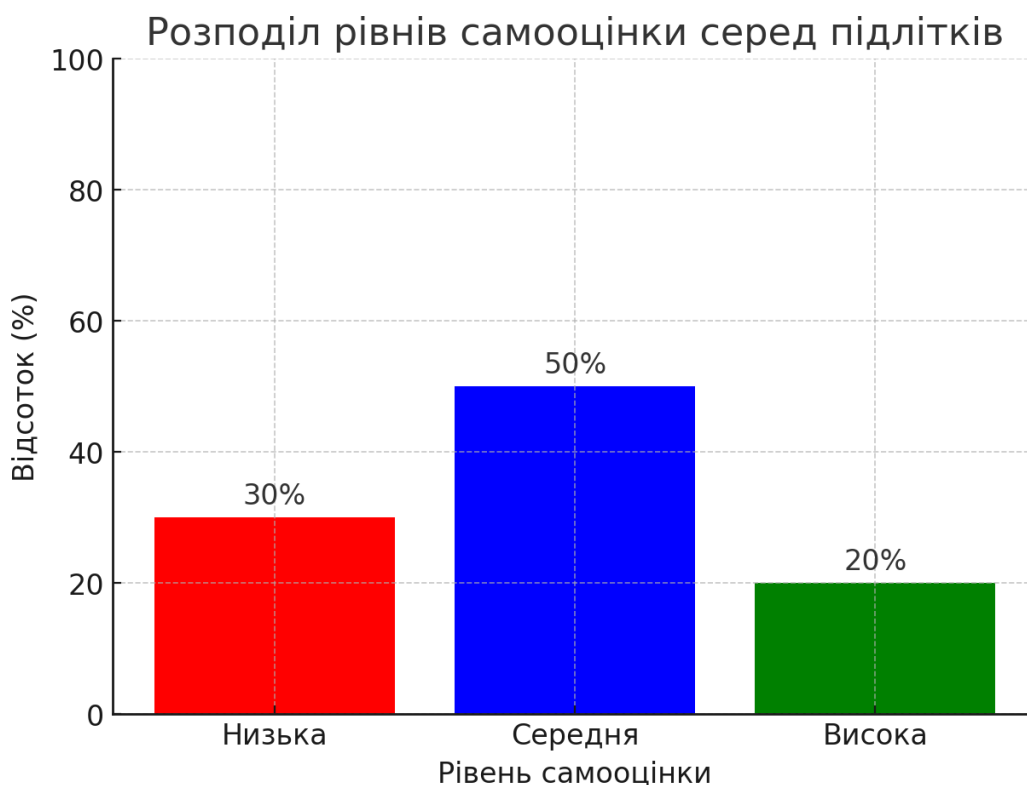
- *Висока самооцінка (20%)* – цей рівень свідчить про впевненість у власних силах, здатність до активного самоствердження та прагнення до лідерства. Однак у деяких випадках надмірно висока самооцінка може бути пов'язана з недостатньою самокритичністю, схильністю до домінування над іншими та зниженим рівнем емпатії.

Дані свідчать, що більшість підлітків (50%) мають адекватний рівень самооцінки, що є сприятливим фактором для соціальної адаптації. Проте 30% підлітків із низькою самооцінкою можуть бути схильні до емоційних труднощів, уникнення соціальних контактів або навіть розвитку захисної агресивної поведінки. Водночас 20% респондентів із високою самооцінкою можуть

демонструвати тенденції до домінування та конфліктності, особливо у конкурентному середовищі.

Отримані результати підкреслюють значущість цілеспрямованої підтримки підлітків у формуванні адекватної самооцінки, оскільки саме цей психологічний аспект значною мірою визначає їхню поведінкову активність, рівень емоційного благополуччя та ефективність соціальних контактів. Низька самооцінка може провокувати агресивні реакції як спосіб самоствердження або компенсації відчуття невпевненості, тоді як надмірно завищена самооцінка може спричиняти конфлікти через схильність до домінування або невміння сприймати критику. Тому важливо створювати умови для формування збалансованого уявлення підлітків про власні можливості та особистісні якості, що сприятиме зниженню ймовірності агресивної поведінки, розвитку навичок ефективної комунікації та гармонійної інтеграції в соціальне середовище.

Рисунок 2.2 – Загальні результати у вигляді діаграми у (%)



У результаті проведеного дослідження рівня соціальної фрустрації підлітків за методикою Бойка та детального аналізу отриманих даних було встановлено наступне.

Рівень соціальної та особистісної фрустрації є важливим показником психологічного стану підлітків, що відображає їхню здатність адаптуватися до соціального середовища, справлятися з труднощами та зберігати емоційну рівновагу. У рамках дослідження було оцінено рівень соціальної фрустрації серед 50 підлітків (30 дівчат і 20 хлопців) за методикою В.В. Бойка. Результати показали наступний розподіл:

- Низький рівень фрустрації – 30%
- Середній рівень фрустрації – 50%
- Високий рівень фрустрації – 20%

Порівняльний аналіз результатів між дівчатами та хлопцями

Дівчата (n = 30):

- Низький рівень соціальної фрустрації – 9 дівчат (30%)
- Середній рівень соціальної фрустрації – 15 дівчат (50%)
- Високий рівень соціальної фрустрації – 6 дівчат (20%)

Серед дівчат переважає середній рівень соціальної фрустрації, що вказує на наявність певного психоемоційного напруження, яке може бути пов'язане з навчальним процесом, міжособистісними відносинами та внутрішніми конфліктами. Водночас 30% дівчат мають низький рівень фрустрації, що свідчить про їхню психологічну стійкість і здатність адаптуватися до соціального середовища без значних емоційних труднощів. Високий рівень фрустрації виявлено у 20% дівчат, що може свідчити про сильний вплив соціальних чинників на їхній емоційний стан, зокрема можливі труднощі у спілкуванні, проблеми самооцінки та страх перед майбутнім.

Хлопці (n = 20):

- Низький рівень соціальної фрустрації – 6 хлопців (30%)
- Середній рівень соціальної фрустрації – 10 хлопців (50%)
- Високий рівень соціальної фрустрації – 4 хлопці (20%)

Аналогічно до дівчат, серед хлопців переважає середній рівень соціальної фрустрації (50%). Це може свідчити про схожі труднощі в адаптації до соціальних умов, хоча їхні причини можуть мати дещо інший характер,

наприклад, пов'язаний із потребою самоствердження або конкуренцією в соціальному середовищі. Низький рівень фрустрації виявлено у 30% хлопців, що свідчить про їхню емоційну стійкість та здатність ефективно справлятися зі стресовими ситуаціями. Водночас 20% хлопців мають високий рівень соціальної фрустрації, що може сигналізувати про значний рівень внутрішньої напруги, відчуття несправедливості або незадоволення власним становищем у соціальному просторі.

Порівняльний аналіз дівчат і хлопців:

Результати дослідження демонструють, що загальний розподіл рівнів соціальної фрустрації між дівчатами та хлопцями є однаковим: 30% мають низький рівень, 50% – середній, 20% – високий. Це свідчить про схожі тенденції у сприйнятті соціального середовища незалежно від статі.

Однак можливі відмінності в причинах фрустрації. Дівчата можуть бути більш схильні до переживань, пов'язаних із соціальними взаємодіями, оцінкою їхньої зовнішності та міжособистісними конфліктами. Хлопці ж можуть частіше відчувати фрустрацію через потребу досягнення статусу, конкурентні відносини та очікування щодо їхньої соціальної ролі.

Інтерпретація та значення отриманих результатів:

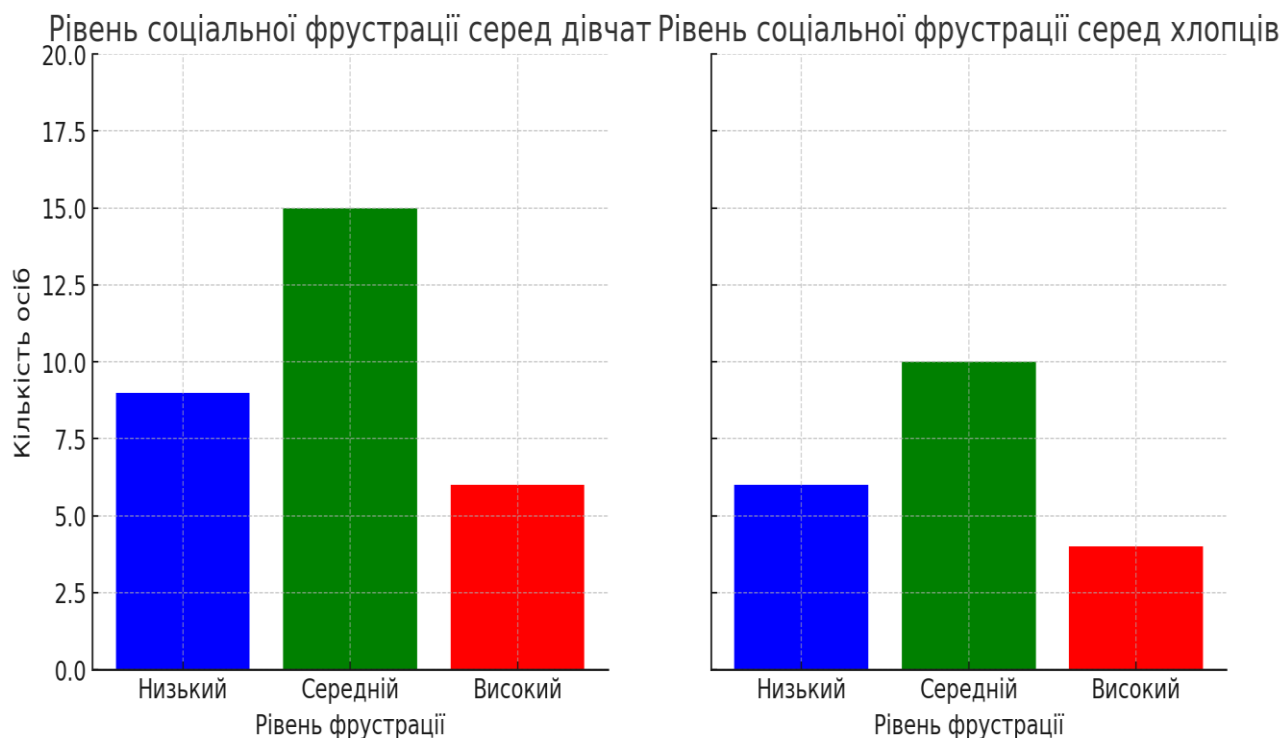
Отримані дані свідчать про те, що більшість підлітків (50%) мають середній рівень соціальної фрустрації, що є характерним для цього віку. Вони можуть стикатися з труднощами у взаємодії з соціальним середовищем, проте ці труднощі не завжди призводять до глибоких негативних наслідків.

Наявність 20% підлітків із високим рівнем соціальної фрустрації викликає занепокоєння, оскільки цей показник може свідчити про ризик розвитку емоційних розладів, агресивної або девіантної поведінки. Висока фрустрація може впливати на їхнє самопочуття, формування особистості та здатність будувати здорові соціальні відносини.

30% підлітків із низьким рівнем фрустрації мають кращу адаптацію до соціального середовища, демонструють високий рівень стресостійкості та задоволеності власним життям.

Для більш детального перегляду розподілу рівнів соціальної та особистісної фрустрації серед підлітків результати подано у вигляді діаграми (Рисунок 2.3).

Рисунок 2.3 – Загальні результати у вигляді діаграми у (%)



Таким чином, результати дослідження підкреслюють необхідність роботи з підлітками, які мають високий рівень соціальної фрустрації, зокрема, проведення психологічних тренінгів, групових занять та індивідуальних консультацій для формування навичок подолання стресу та адаптації до соціальних умов. З огляду на отримані результати, необхідно продовжувати відстеження соціального стану підлітків та впроваджувати програми, спрямовані на підвищення рівня їхньої соціальної адаптації та емоційного комфорту.

На основі проведеного дослідження було сформульовано рекомендації, необхідні для зниження рівня агресивної поведінки у підлітків та сприяння їхній ефективній соціальній адаптації. Отримані результати вказують на наявність у частини підлітків підвищеного рівня агресії, соціальної фрустрації та нестабільної самооцінки, що може призводити до конфліктних ситуацій, труднощів у міжособистісних взаємодіях і негативного впливу на емоційне благополуччя. У зв'язку з цим необхідно розробити рекомендації, спрямовані на

формування конструктивних моделей поведінки, розвиток навичок саморегуляції та підтримку сприятливого соціального середовища для підлітків.

### **2.3 Практичні рекомендації щодо профілактики агресивної поведінки у підлітків**

Агресивна поведінка підлітків є однією з найбільш актуальних проблем у сучасному суспільстві, що викликає занепокоєння серед педагогів, психологів та батьків. Це явище може мати серйозні соціальні, психологічні та навіть фізичні наслідки для самого підлітка, його оточення та суспільства в цілому. Агресія може проявлятися у вигляді фізичних нападів, словесних образ, знущань або пасивної агресії, і вона часто є ознакою глибших проблем у психоемоційному розвитку підлітка.

Серед соціальних наслідків агресивної поведінки можна виділити погіршення взаємин з однолітками, друзями та членами родини, що може призвести до ізоляції та соціальної невлаштованості. Підлітки, які проявляють агресію, можуть мати труднощі з адаптацією в колективі, а також з розвитком здорових міжособистісних стосунків у майбутньому. Вони можуть стати об'єктом булінгу, а їхня агресія може призвести до порушення дисципліни та навіть до юридичних наслідків.

Психологічні наслідки агресії також є серйозними. Вони можуть включати зниження самооцінки, розвиток тривожних та депресивних розладів, а також труднощі у навчанні та соціалізації. Підлітки, які агресивно реагують на стресові ситуації, часто не вміють ефективно виражати свої емоції та почуття, що може призвести до постійного внутрішнього напруження.

У контексті попередження агресії, важливим є підхід, що передбачає комплексні заходи. Це означає, що профілактика агресії не може бути обмежена лише одним аспектом: необхідно впливати на кілька сфер одночасно. Психологічні заходи повинні включати розвиток емоційної компетентності та самоконтролю, соціальні заходи — формування здорових стосунків у групах

однолітків, а освітні заходи — надання необхідних знань про наслідки агресії та формування культури миру. Підліток має отримати підтримку як вдома, так і в навчальному закладі, щоб мати можливість долати труднощі, не вдаючись до агресії як механізму захисту чи вираження своїх емоцій.

Таким чином, профілактика агресивної поведінки у підлітків вимагає комплексного підходу, який враховує не тільки індивідуальні особливості підлітка, але й соціальне середовище, в якому він знаходиться. Це потребує активної участі батьків, педагогів, психологів і навіть державних органів, щоб створити сприятливі умови для здорового розвитку підлітків і зменшення рівня агресії.

На нашу думку рекомендації, що сприятимуть профілактиці агресивної поведінки у підлітків це важлива ініціатива, оскільки агресія може мати серйозні наслідки як для самих підлітків, так і для їх оточення. Створення та впровадження ефективних стратегій допоможе мінімізувати ризик виникнення агресії та сприятиме розвитку здорових емоційних і соціальних навичок у підлітків. У наступних рекомендаціях ми враховуємо психологічні, соціальні та освітні аспекти, щоб комплексно підійти до вирішення цієї проблеми.

### *1. Створення безпечного та підтримуючого середовища вдома та в школі.*

Безпечне та підтримуюче середовище є основою для розвитку емоційно здорової особистості. У родині та школі важливо забезпечити атмосферу, де підліток відчуває себе зрозумілим, прийнятним і підтримуваним. Батьки та педагоги повинні бути готові до відкритої комунікації з підлітком, слухати його думки, переживання і проблеми, без оцінок і критики. Підлітки, які відчувають емоційну підтримку, менш схильні до агресії, оскільки вони мають можливість конструктивно виражати свої емоції та переживання.

### *2. Навчання емоційної саморегуляції.*

Підлітки часто не вміють правильно виражати свої емоції, особливо в стресових ситуаціях. Навчання емоційної саморегуляції допомагає зменшити агресію, адже підліток вчиться розпізнавати свої емоції, контролювати їх і не допускати їхнього неконтрольованого прояву. Практики саморегуляції можуть

включати методи глибокого дихання, медитацію, ведення щоденників емоцій або техніки "часу на паузу", що дають можливість зупинитися та подумати перед тим, як реагувати на ситуацію.

### *3. Створення позитивних соціальних моделей.*

Підлітки часто наслідують поведінку дорослих або однолітків, тому дуже важливо забезпечити позитивні соціальні моделі як вдома, так і в школі. Батьки та вчителі мають демонструвати здорові способи вирішення конфліктів, повагу до інших, конструктивну комунікацію та терпимість до різних поглядів. Важливо, щоб підлітки мали можливість спостерігати за цими моделями поведінки і застосовувати їх у своєму житті.

### *4. Розвиток навичок вирішення конфліктів.*

Агресивна поведінка часто виникає в результаті невміння підлітка вирішувати конфлікти мирним шляхом. Тому важливо навчити підлітків стратегіям вирішення конфліктів, які допоможуть їм уникати насильницьких чи агресивних реакцій. Це може включати навчання активному слуханню, пошуку компромісів, переговорним технікам і розпізнаванню агресивних провокацій у поведінці інших людей. Залучення підлітків до рольових ігор або спеціальних тренінгів може значно полегшити цей процес.

### *5. Підтримка здорових фізичних звичок та активного способу життя.*

Фізичні навантаження мають великий вплив на емоційний стан підлітків. Спорт і фізична активність сприяють виробленню ендорфінів — "гормонів щастя", які допомагають знижувати рівень стресу та тривоги, що може стати причиною агресії. Регулярні заняття спортом або активні групові заняття, такі як танці чи йога, сприяють розвитку самодисципліни та самоконтролю. Важливо залучати підлітків до таких заходів, що допоможе зменшити ймовірність виникнення агресивної поведінки через незадоволені фізичні чи емоційні потреби.

### *6. Активне залучення підлітка до позашкільної діяльності.*

Позашкільні активності, такі як клуби за інтересами, волонтерство або спортивні команди, є чудовою можливістю для підлітка розвивати свої інтереси,

знаходити друзів та зміцнювати соціальні навички. Участь у таких заходах допомагає підліткам формувати почуття належності до колективу, що може зменшити ізоляцію та агресивні прояви. Важливо підтримувати підлітка в його виборі та надавати йому можливість спробувати різні види діяльності, що відповідають його захопленням.

#### *7. Підтримка розвитку критичного мислення.*

Розвиток критичного мислення допомагає підліткам аналізувати свої емоції та реакції, а також усвідомлювати наслідки своїх вчинків. Це особливо важливо в ситуаціях конфліктів, коли підліток має можливість зупинитися й обдумати свою реакцію замість того, щоб діяти імпульсивно. Навчання підлітків оцінювати ситуацію, вивчати альтернативи та розглядати наслідки своїх рішень допомагає знижувати рівень агресії та покращує їхню здатність до конструктивного вирішення проблем.

#### *8. Сприяння розвитку емоційної інтелігентності.*

Емоційна інтелігентність (EI) є здатністю розпізнавати свої емоції, управляти ними, а також розуміти та взаємодіяти з емоціями інших людей. Підлітки, які розвивають емоційну інтелігентність, краще справляються з конфліктами, менш схильні до агресії і можуть розпізнавати негативні емоції, не даючи їм контролювати своє поведіння. Важливо забезпечити навчання навичкам емоційного самовизначення та управління емоціями, що включає в себе вміння визнавати та правильно реагувати на власні емоційні стани.

#### *9. Запобігання булінгу та дискримінації.*

Агресивна поведінка часто є наслідком пережитих образ або булінгу, як з боку однолітків, так і з боку дорослих. Необхідно активно працювати над створенням інклюзивного середовища, в якому кожен підліток відчувається рівноправним та захищеним від дискримінації чи булінгу. Це включає впровадження освітніх програм, які сприяють розвитку емпатії та розуміння різноманіття. Важливо, щоб підлітки знали, куди звертатися за допомогою в разі булінгу, і як підтримати інших, хто перебуває в складній ситуації.

#### *10. Формування здорових взаємин у сім'ї.*

Сім'я є першим і найважливішим соціальним оточенням підлітка. Здорові сімейні стосунки, засновані на взаємній повазі, відкритій комунікації та підтримці, допомагають знизити рівень агресії в підлітковому віці. Підлітки, які відчують емоційну стабільність вдома, мають менший ризик проявляти агресію в інших сферах життя. Важливо працювати над тим, щоб батьки були готові підтримувати своїх дітей у важких ситуаціях, при цьому встановлюючи чіткі межі і правила, але зберігаючи атмосферу довіри та поваги.

#### *11. Проведення тренінгів з управління стресом.*

Підлітки часто відчують стрес через різні фактори, такі як навчання, стосунки з однолітками чи батьками, а також внутрішні емоційні конфлікти. Хронічний стрес може стати причиною агресивної поведінки. Тому важливо впроваджувати програми з навчання управлінню стресом, що можуть включати техніки релаксації, вправи на зниження фізичного напруження та методи розслаблення, такі як йога або медитація. Підлітки повинні навчитися розпізнавати ознаки стресу та використовувати здорові стратегії для його подолання.

#### *12. Створення програм підтримки для підлітків з труднощами в адаптації.*

Деякі підлітки стикаються з важкими адаптаційними процесами, такими як переїзд, зміна навчального закладу або соціальні проблеми в колективі. Відсутність адаптації може викликати почуття фрустрації та агресії. Потрібно створювати програми підтримки, які допоможуть таким підліткам адаптуватися до нових умов. Це може бути організація зустрічей із психологами, спеціальні соціальні групи або наставництво, що дозволяють підліткам знайти підтримку та отримати поради щодо подолання труднощів.

#### *13. Встановлення чітких меж та правил поведінки.*

Чіткі правила та межі в сім'ї та школі допомагають підліткам зрозуміти, що є прийнятним, а що — ні. Важливо, щоб ці правила були послідовними і зрозумілими для підлітка, а також, щоб батьки та вчителі їх дотримувалися. Регулярне обговорення наслідків за порушення правил дозволяє уникнути

непорозумінь і забезпечити більш здорову атмосферу в колективі. Проте важливо, щоб ці правила не були надмірно строгими чи авторитарними, оскільки це може викликати протест або опір, що сприятиме розвитку агресії.

#### *14. Використання позитивного підкріплення.*

Замість того, щоб зосереджуватися на покараннях за негативну поведінку, важливо активно використовувати позитивне підкріплення. Коли підлітки демонструють позитивні зміни у поведінці або беруть участь у здорових способах вирішення конфліктів, важливо відзначати це і винагороджувати. Це може бути як похвала, так і надання можливостей для участі в цікавих заходах чи заходах на вибір. Позитивне підкріплення сприяє формуванню внутрішньої мотивації підлітка до здорової поведінки.

#### *15. Навчання підлітків навичкам асертивної поведінки.*

Асертивна поведінка дозволяє підліткам виражати свої думки, почуття та переконання без агресії та без порушення прав інших. Це означає, що вони можуть бути впевненими у собі, не поступатися своїми принципами, але при цьому виявляти повагу до інших людей. Тренування асертивності включає в себе навчання правильному висловленню своїх бажань і відчуттів, не вдаючись до агресії чи пасивності. Така поведінка допомагає підліткам краще вирішувати конфлікти і зменшує ймовірність виникнення агресії.

#### *16. Використання медіа та цифрових технологій для навчання та розвитку.*

Сучасні підлітки проводять значну частину свого часу в інтернеті та в соціальних мережах, тому важливо використовувати ці ресурси для навчання та розвитку. Інтерактивні онлайн-програми, відеоуроки та мобільні додатки можуть бути чудовими інструментами для навчання підлітків навичкам управління емоціями, вирішення конфліктів або розвитку критичного мислення. Вони можуть навчити підлітків справлятися з труднощами та стресом у сучасному цифровому світі, не вдаючись до агресії.

#### *17. Підтримка стосунків з однолітками через групові заходи.*

Організація групових заходів, таких як майстер-класи, спортивні змагання або культурні програми, допомагає підліткам встановлювати позитивні стосунки з однолітками. Ці заходи дозволяють підліткам не лише знайомитися з новими людьми, але й навчатися співпраці, взаємоповазі та конструктивним способам вирішення конфліктів. Залучення підлітків до таких групових активностей може сприяти зміцненню їх соціальних навичок і мінімізувати можливість прояву агресії в стосунках з іншими.

#### *18. Пропагування здорових ролей моделей у ЗМІ.*

Медіа, особливо соціальні мережі, можуть мати великий вплив на поведінку підлітків. Важливо пропагувати здорові ролі моделей, які демонструють способи вирішення конфліктів без застосування агресії. Це може бути через фільми, книги, телешоу або онлайн-ресурси, які показують приклади конструктивної комунікації, розв'язання проблем і підтримки між людьми. Важливо навчити підлітків аналізувати медіа-контент і відрізняти позитивні приклади поведінки від тих, що можуть сприяти насильству чи агресії.

#### *19. Залучення підлітків до проектів зі зміцнення громади.*

Підлітки, які беруть участь у громадських проектах, волонтерських ініціативах або діяльності, спрямованій на допомогу іншим, часто стають більш емпатійними та відповідальними. Залучення до таких ініціатив дозволяє підліткам знайти позитивні способи самовираження, зменшує рівень стресу та соціальної ізоляції, а також сприяє розвитку почуття власної значущості. Це дає їм можливість розвивати свої соціальні навички, що є важливим для попередження агресії.

#### *20. Підвищення обізнаності батьків і педагогів щодо психологічних аспектів агресії.*

Батьки та педагоги повинні мати достатній рівень обізнаності щодо причин та механізмів агресивної поведінки у підлітків. Важливо проводити тренінги, семінари та інформаційні заходи, на яких вони зможуть дізнатися більше про психологічні аспекти розвитку підлітків, механізми виникнення агресії та способи профілактики. Знання таких аспектів допоможе батькам і педагогам

ефективніше взаємодіяти з підлітками, вчасно виявляти ознаки агресії та застосовувати відповідні методи підтримки та корекції поведінки.

Наші рекомендації, розроблені для профілактики агресивної поведінки у підлітків, мають спільну мету — створення умов для розвитку здорових емоційних та соціальних навичок у підлітків. Вони сприяють тому, щоб підлітки могли краще розуміти та контролювати свої емоції, будувати конструктивні стосунки з оточенням і знаходити способи вирішення конфліктів без використання агресії.

Однією з основних ідей цих рекомендацій є забезпечення стабільного та підтримуючого середовища вдома, в школі та в суспільстві. Підлітки, які відчують емоційну підтримку та безпеку в своєму оточенні, мають значно менший ризик проявляти агресію. Це допомагає їм розвивати позитивні соціальні навички, навчатися емоційної саморегуляції та впевнено ставати частиною суспільства.

Крім того, багато рекомендацій зосереджуються на розвитку критичного мислення, емоційної інтелігентності та асертивної поведінки, що дозволяє підліткам впоратися з труднощами та конфліктами мирним і конструктивним способом. Вони вчать підлітків розпізнавати свої емоції, правильно виражати їх і обирати здорові стратегії для подолання стресу.

Завдяки впровадженню таких заходів підлітки не лише зменшують ризик прояву агресії, а й вчаться важливим життєвим навичкам, таким як співпраця, комунікація та управління своїми емоціями. Цей підхід дозволяє формувати більш здорову і гармонійну особистість, що є ключовим фактором у профілактиці агресії та розвитку позитивних соціальних відносин.

Загалом, ці рекомендації є корисними не лише для зниження агресії, але й для формування в підлітків здатності до конструктивної самореалізації, покращення міжособистісних стосунків та розвитку психологічної стійкості до труднощів і стресів, з якими вони стикаються в житті.

Отже, можна підсумувати таким чином: запропоновані рекомендації сприяють комплексному підходу до профілактики агресивної поведінки у

підлітків, охоплюючи різні аспекти їх емоційного та соціального розвитку. Вони направлені на створення безпечного, підтримуючого середовища в родині, школі та суспільстві, що дозволяє підліткам відчувати себе важливими, зрозумілими та підтримуваними. Це знижує ймовірність виникнення агресії, оскільки підлітки можуть вирішувати свої емоційні проблеми конструктивним шляхом, не вдаючись до насильства чи імпульсивних вчинків.

Крім того, важливим є розвиток емоційної інтелігентності, саморегуляції та критичного мислення, що допомагає підліткам краще управляти своїми емоціями, усвідомлювати наслідки своїх вчинків і обирати мирні шляхи вирішення конфліктів. Навчання асертивності та соціальних навичок дозволяє підліткам взаємодіяти з оточенням без агресії, формуючи здорові соціальні відносини і знижуючи ризик виникнення агресивних проявів.

У підсумку, ці рекомендації сприяють розвитку більш гармонійної, емоційно стійкої та соціально адаптованої особистості. Вони допомагають підліткам зрозуміти важливість здорових стосунків, самоконтролю та конструктивного вирішення проблем. Це не лише запобігає агресії, а й сприяє більш позитивному, усвідомленому підходу до життя.

## **Висновки до розділу**

У результаті проведеного дослідження агресивної поведінки підлітків було розглянуто кілька важливих аспектів, що дозволяють більш глибоко зрозуміти проблему та розробити ефективні стратегії профілактики агресії.

У другому розділі ми здійснили детальний аналіз результатів дослідження та узагальнення отриманих даних, що дозволило виокремити основні фактори, які сприяють або зменшують агресивну поведінку серед підлітків. Для цього ми використовували спеціально підібрані методики, що дозволяють глибше оцінити рівень агресії, а також виявити можливі причини її виникнення. Так, методика діагностики форм агресивної поведінки в повсякденному спілкуванні (А. Басса та А. Дарки) дозволила виявити різні форми агресії, такі як фізична, вербальна і

непряма агресія, що були характерні для підлітків в нашій вибірці. Методика визначення рівня самооцінки Дембо-Рубінштейна (адаптована для підлітків) допомогла з'ясувати, як низька самооцінка може бути фактором ризику розвитку агресивної поведінки. Також тест Бойка на визначення рівня соціальної та особистісної фрустрації дозволив нам виявити, як соціальна фрустрація та конфлікти в особистому житті можуть спричинити агресивні прояви в поведінці підлітків.

Аналіз та узагальнення отриманих результатів дозволили зібрати ключові дані щодо характеру агресії серед підлітків, а також її зв'язку з внутрішніми та зовнішніми факторами. Дослідження виявило, що агресивна поведінка часто є наслідком стресових ситуацій, соціальної ізоляції, сімейних конфліктів або низької самооцінки. Також було зафіксовано, що підлітки, які мають підтримку з боку сім'ї або соціальних груп, демонструють значно менше агресивних проявів. Крім того, результати показали, що неправильне виховання або недолік уваги з боку батьків часто призводять до агресії, що проявляється у взаємодії з однолітками або в стосунках з дорослими. Виявлені закономірності в поведінці підлітків стали основою для розробки рекомендацій, які можуть допомогти у профілактиці агресії.

Завдяки запропонованим практичним рекомендаціям можна створити ефективні стратегії для профілактики агресивної поведінки серед підлітків. Рекомендації охоплюють кілька важливих напрямків: створення підтримуючого середовища в родині та школі, розвиток емоційної саморегуляції, покращення соціальних навичок, формування позитивних ролей моделей у суспільстві, активізація участі підлітків у громадських та соціальних проектах, а також навчання асертивної поведінки і управління стресом. Всі ці заходи сприяють розвитку емоційної стабільності у підлітків, зниженню рівня агресії та формуванню здорових соціальних зв'язків. Вони дозволяють не лише зменшити ризик виникнення агресії, але й сприяють розвитку більш позитивних і конструктивних моделей поведінки.

## ВИСНОВКИ

У першому розділі дослідження ми розглянули теоретичні підходи до вивчення агресивної поведінки, вікові та соціально-психологічні особливості підлітків, а також психологічні й соціальні чинники, що формують агресію. Важливими є різноманітні теоретичні концепції, які пояснюють феномен агресії: від біологічних до соціальних підходів, що дозволяє глибше зрозуміти механізми її виникнення та розвитку.

З точки зору вікових особливостей, підлітковий період характеризується високою чутливістю до змін в емоційно-психологічному стані, що може провокувати прояви агресивної поведінки. Розвиток самосвідомості, підвищення потреби в автономії, конфлікти з батьками, однолітками та вчителями є основними тригерами агресії. Зіставлення психологічних та соціальних факторів дозволяє визначити важливість підтримки з боку сім'ї та соціальних груп для мінімізації агресивних проявів серед підлітків.

Загалом, перший розділ підкреслює, що агресивна поведінка підлітків є результатом комплексного впливу вікових, психологічних та соціальних чинників. Тому для ефективної профілактики та корекції агресії необхідно враховувати всі ці аспекти.

У другому розділі було представлено методологічну частину дослідження, де ми описали характеристику вибірки та використані методики для оцінки агресивної поведінки серед підлітків. Застосовані методики дозволили отримати різнобічні дані, що сприяли глибокому аналізу і розумінню факторів, які впливають на агресію підлітків.

Опис вибірки підлітків різного віку та соціального статусу дозволив здійснити коректний аналіз і порівняння поведінкових патернів в залежності від різних соціальних умов і факторів. Застосовані методики, такі як тести для визначення рівня агресії, самооцінки та фрустрації, допомогли точно оцінити рівень агресивної поведінки та її основні прояви серед підлітків.

Аналіз отриманих результатів показав, що агресивна поведінка підлітків є багатофакторним явищем, яке залежить від внутрішніх (самооцінка, емоційна стабільність) і зовнішніх (сімейне середовище, соціальні контакти, шкільні стосунки) чинників. Виявлені закономірності дозволяють розробити конкретні стратегії для профілактики агресії серед підлітків. Основними рекомендаціями є створення підтримуючого середовища в родині та школі, розвиток емоційної саморегуляції, покращення соціальних навичок і формування здорових моделей поведінки.

Таким чином, результати дослідження підкреслюють важливість комплексного підходу до вирішення проблеми агресивної поведінки у підлітків, який охоплює як індивідуальний розвиток підлітка, так і вплив його соціального середовища. Це дозволяє створити умови для формування гармонійної особистості, здатної до ефективного самовираження, конструктивного вирішення конфліктів та підтримки здорових соціальних відносин. Розроблені рекомендації є важливим інструментом для батьків, педагогів та соціальних працівників, які можуть застосовувати ці підходи для зниження рівня агресії серед підлітків та сприяння їх емоційному та соціальному розвитку.

Отже, поставлена в дослідженні мета успішно реалізована, а висунута гіпотеза підтверджена отриманими результатами.

**ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ**

1. Агаджанян С. С. Психологічні особливості агресивної поведінки в підлітковому віці : дипломна робота магістра / С. С. Агаджанян. – Одеса : ОНУ ім. І. І. Мечникова, 2021. – 91 с.
2. Атаманчук Н. М., Борисенко К. О. Психологічні причини агресивної поведінки підлітків // Тези 74-ї наукової конференції професорів, викладачів, наукових працівників, аспірантів та студентів Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» (Полтава, 25 квітня – 21 травня 2022 р.). – Полтава : Нац. ун-т ім. Ю. Кондратюка, 2022. – Т. 2. – С. 45–47.
3. Бурлака Д. Р. Соціально-психологічні чинники агресивної поведінки підлітків під час воєнного стану : дипломна робота бакалавра / Д. Р. Бурлака. – Київ : Національний авіаційний університет, 2024. – 46 с.
4. Вовканич М. Д. Соціально-психологічні особливості прояву агресивної поведінки в підлітковому віці // Науковий вісник Ужгородського національного університету : Серія: Педагогіка. Соціальна робота. – Ужгород : Видавництво УжНУ «Говерла», 2012. – С. 38–42.
5. Гайдамашко І. А. Помилки сімейного виховання як фактор виникнення агресивної поведінки підлітків // Науковий вісник Ужгородського національного університету : Серія: Педагогіка. Соціальна робота. – Ужгород : Видавництво УжНУ «Говерла», 2011. – С. 38–40.
6. Геворгян К. А. Психологічні чинники агресивної поведінки у сучасних підлітків : дипломна робота бакалавра / К. А. Геворгян. – Київ : Національний авіаційний університет, 2021. – 50 с.
7. Губарь Ф. О. Психологічні особливості агресивної поведінки дітей та підлітків : дипломна робота бакалавра / Ф. О. Губарь. – Одеса : ОНУ ім. І. І. Мечникова, 2017. – 67 с.

8. Дроздов О. Ю. Соціально-психологічні фактори динаміки агресивної поведінки молоді : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / О. Ю. Дроздов. – Чернігів, 2003. – 225 с.
9. Ковальчук А. С. Психологічні особливості агресивної поведінки підлітків : дипломна робота бакалавра / А. С. Ковальчук. – Київ : Національний авіаційний університет, 2022. – 60 с.
10. Кучерявенко В. В. Профілактика агресивної поведінки підлітків : дипломна робота бакалавра / В. В. Кучерявенко. – Кривий Ріг : Криворізький державний педагогічний університет, 2023. – 55 с.
11. Масліхова М. П. Особливості агресивної поведінки підлітків з різними умовами виховання : дипломна робота магістра / М. П. Масліхова. – Одеса : ОНУ ім. І. І. Мечникова, 2019. – 103 с.
12. Мельничук М. Статеві відмінності агресивної поведінки дітей підліткового віку // Молодий вчений. – 2021. – № 4 (92). – С. 150–154.
13. Моїсеєва О. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції // Юридична психологія. – 2020. – № 1. – С. 45–50. [psychped.naiu.kiev.ua](http://psychped.naiu.kiev.ua)
14. Орос О. Б. Агресивна та насильницька поведінка серед дітей підліткового віку // Вісник НТУУ «КПШ». Політологія. Соціологія. Право. – 2018. – № 2 (38). – С. 112–117.
15. Павелків В. Р. Психологічні особливості та детермінанти агресивної поведінки підлітків // Проблеми сучасної психології. – 2010. – № 9. – С. 120–125.
16. Подкопаєва Ю. В., Дубешко Є. В. Психологічні особливості агресивної поведінки підлітків // Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень: збірник наукових праць. – Київ : НАУ, 2019. – С. 317–322. [Національний авіаційний університет+1](#)[Наукова періодика України+1](#)
17. Савінова Н., Стельмах Н., Берегова М., Іванова Т. Агресія підлітків як психолого-педагогічна проблема // Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету. – 2020. – № 3. – С. 133–141.

18. Смаглюк А. В. Психологічні основи профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків : дипломна робота магістра / А. В. Смаглюк. – Дніпро : Університет імені Альфреда Нобеля, 2021. – 75 с.
19. Слободюк С. П. Психологічні особливості агресивності молодших підлітків на етапі адаптації до нових умов навчання : дипломна робота магістра / С. П. Слободюк. – Кривий Ріг : Криворізький державний педагогічний університет, 2022. – 60 с. [Електронна бібліотека КДПУ](#)
20. Сорока О. В. Проблема агресивної поведінки у дітей молодшого підліткового віку // Науковий вісник Ужгородського національного університету : Серія: Педагогіка. Соціальна робота. – Ужгород : Видавництво УжНУ «Говерла», 2007. – С. 38–42.
21. Цветкова А. С. Психологічні особливості корекції агресивної поведінки підлітків : дипломна робота магістра / А. С. Цветкова. – Одеса : ОНУ ім. І. І. Мечникова, 2022. – 91 с.
22. Вальчук Ю. В. Психологія агресивної поведінки сучасних підлітків: діагностично-корекційний аспект : кваліфікаційна робота бакалавра / Ю. В. Вальчук. – Тернопіль : ТНТУ ім. І. Пулюя, 2022. – 87 с.
23. Іванова В. В. Причини та форми агресивної поведінки підлітків // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 5. – С. 14–16.
24. Березка С. В. Причини та види агресивної поведінки особистості // Психологічні науки. – 2017. – № 9. – С. 85–93.
25. Благута Р. І. Профілактика делінквентності неповнолітніх: психолого-правові аспекти : монографія / Р. І. Благута. – Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2008. – 176 с.
26. Бовть О. Б. Агресивні реакції та шляхи їх корекції в молодших школярів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06 / О. Б. Бовть. – Київ, 2011. – 15 с.
27. Болтівець С. І. Проблеми визначення детермінант девіацій у поведінці дітей // Проблеми девіантної поведінки: історія, теорія, практика : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Київ, 2002. – С. 53–59.

28. Бондарчук О. І. Психологія девіантної поведінки: курс лекцій / О. І. Бондарчук. – Київ : МАУП, 2006. – 88 с.
29. Волянська О. В. Проблема агресивної поведінки підлітків: фактори та механізми соціалізації // Вісник Національного університету «Юридична академія імені Ярослава Мудрого». – 2016. – № 3 (30). – С. 117–134.
30. Гаркавець С. О. Психологічні особливості системи цінностей правопорушника : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06 / С. О. Гаркавець. – Харків, 2001. – 15 с.
31. Горькова І. А. Медико-психологічне дослідження формування характеру делінквентних підлітків / І. А. Горькова. – Харків, 2002. – 87 с.
32. Дроздов О. Ю. Соціально-психологічні фактори динаміки агресивної поведінки молоді : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / О. Ю. Дроздов. – Чернігів, 2003. – 225 с.
33. Журавльов В. С. Чому агресивні підростки // Психолог. – 2001. – № 2. – С. 12–18.
34. Запухляк О. К. Зв'язок злочинності неповнолітніх з їх агресивністю // Особистість у розбудові відкритого демократичного суспільства в Україні. – Дрогобич : Коло, 2005. – С. 319–326.
35. Казміренко Л. І., Тужеляк Н. М. Проблема агресії як соціальний феномен в юридико-психологічному дискурсі // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. – 2011. – № 4. – С. 444–454.
36. Карпінська Т. Основні методи та прийоми попередження і контролю агресивної поведінки // Психологія і суспільство. – 2014. – № 4. – С. 104–111.
37. Киричук Г. Асоціальна поведінка підлітків (агресивність у підлітків) // Психологічна газета. – 2005. – № 7. – С. 16–17.
38. Кузнецова Л. М. Психолого-педагогічна корекція дитячої агресивності // Початкова школа. – 1999. – № 3. – С. 24–27.
39. Лановенко І. П. Боротьба з груповими правопорушеннями / І. П. Лановенко. – Київ, 2001. – 165 с.

40. Лаут Г. В. Корекція поведінки дітей і підлітків / Г. В. Лаут. – Київ : Академія, 2015. – 224 с.
41. Лукинчук В. Т. Прояви агресії в обдарованих дітей // Обдарована дитина. – 2000. – № 7. – С. 8–12.
42. Лящ О. П. Концептуальна модель психологічної профілактики агресивних проявів // Психолого-педагогічні аспекти розвитку і формування особистості людей з особливими потребами. – 2020. – Розділ 4. – С. 252–257.
43. Мелоян А. Е. Аналіз феномена агресії в психологічних дослідженнях // Вісник ХДПУ ім. Г. С. Сковороди. – 2001. – Вип. 7. – С. 126–130.
44. Мізерна О. О. Корекційна тренінгова програма «Самовдосконалення» для подолання агресивних проявів серед підлітків // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. – № 4. – С. 25–30.
45. Мойсеєва О. Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції // Юридична психологія. – 2020. – № 1. – С. 45–50.