


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Кафедра загальної та практичної психології

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У  
ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

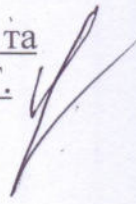
Кваліфікаційна робота здобувача  
освітнього ступеня бакалавр  
(бакалавр, магістр)

спеціальності 053 Психологія.  
(шифр і назва напрямку підготовки, спеціальності)

освітньої програми Психологія  
(назва освітньої програми)

Козьми Аліни Яківни   
(прізвище, ім'я, по батькові здобувача вищої освіти)

Керівник доцент Васильєва О. А.  
(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали)

Рецензент зав. кафедри дошкільної та  
початкової освіти доцент Іванова Д. Г.   
(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали)

Робота допущена до захисту  
на засіданні кафедри загальної та практичної психології

протокол № 11 від «28» травня 2026 р.

Завідувач кафедри

  
(підпис) (прізвище, ініціали)

Мазоха І.С.

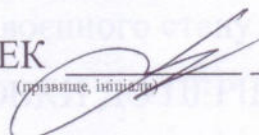
Робота пройшла публічний захист

на відкритому засіданні ЕК

«22» червня 2026 р.

Оцінка 193 балів *відмінно*  
(за стобальною шкалою) (за традиційною шкалою)

Голова ЕК

  
(підпис) (прізвище, ініціали)

Мазоха І.С.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ ..... 40

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження ..... 40

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження агресивності у підлітків в умовах воєнного стану ..... 42

2.3. Психологічні рекомендації щодо профілактики та зменшення проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану ..... 49

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ ..... 58

ВИСНОВКИ ..... 60

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ..... 63

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ .....	8
1.1. Теоретичний аналіз феномену агресивності у сучасній психології .....	8
1.2. Психологічні особливості прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану.....	18
1.3. Психологічні засоби профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану.....	28
ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ .....	39
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ .....	40
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження.....	40
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження агресивності у підлітків в умовах воєнного стану.....	42
2.3. Психологічні рекомендації щодо профілактики та зниження проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану.....	49
ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ .....	58
ВИСНОВКИ.....	60
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	63

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Сучасні умови воєнного стану в Україні суттєво змінюють соціальну ситуацію розвитку підлітків та позначаються на їхньому емоційному стані, поведінці й особливостях міжособистісної взаємодії. Тривалий вплив стресогенних чинників, зокрема постійної загрози безпеці, порушення звичних соціальних зв'язків і невизначеності життєвих перспектив, ускладнює перебіг вікового розвитку, знижує можливості конструктивного подолання труднощів та посилює емоційне напруження особистості. За таких обставин агресивність може виступати реакцією на хронічне психоемоційне напруження, фрустрацію та переживання небезпеки.

Підлітковий вік є критичним періодом становлення особистості, упродовж якого відбувається формування самосвідомості, ціннісних орієнтацій і способів міжособистісної взаємодії. Негативний вплив воєнної травматизації на зазначені процеси створює передумови для закріплення агресивних форм реагування, порушення міжособистісних взаємин та виникнення труднощів соціально-психологічної адаптації особистості.

Проблема агресивності посідає важливе місце у психологічній науці та представлена у працях зарубіжних і вітчизняних дослідників.

Теоретичні засади вивчення агресії та агресивності сформовано в межах психоаналітичного, фрустраційного, етологічного, гуманістичного, соціально-когнітивного та когнітивного підходів, представлених у роботах А. Бандури, Л. Берковіца, А. Басса, Дж. Долларда, В. Франкла, К. Лоренца, К. Роджерса, З. Фрейда та Д. Зілманна та інших учених. У дослідженнях науковців розкрито психологічну природу агресії, механізми її виникнення, чинники формування агресивної поведінки та особливості реагування особистості на фрустраційні й стресові обставини.

Психологічні особливості агресивної поведінки дітей і підлітків, причини її виникнення та форми прояву висвітлено у працях В. В. Анісімова, В. Б. Бедана, Н. М. Бугайової, С. В. Ворони, Т. Гончарової, Н. А. Голярдик,

В. М. Заїки, І. І. Марценковської, О. Є. Мойсєєвої, В. Олійник, С. Парфановича, С. В. Яковенка. Вплив воєнного стану, стресу, тривожності та психотравмуючих подій на емоційну сферу й поведінку підлітків досліджували Л. Т. Абсалямова, І. Астремська, Н. В. Гребінь, Н. О. Євдокимова, В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, Л. Б. Наугольник, О. Ю. Овчаренко, Є. В. Підчасов, Н. І. Чепелева, М. І. Томчук, О. Ф. Яцина. Питання психологічної профілактики, психокорекції, життєстійкості та психосоціальної підтримки підлітків розкрито у працях В. Л. Андрєєнкової, Н. Атаманчук, О. М. Борисюк, Ж. О. Воловодівської, Н. Д. Володарської, Т. В. Журавель, Л. С. Іваненко, С. Б. Кузікової, С. Д. Максименка, А. Нагорняка, Я. М. Омельченко, Т. О. Петренко, В. І. Розова.

У сучасних наукових дослідженнях висвітлено окремі аспекти впливу війни на психічне здоров'я підлітків, зокрема особливості переживання стресу, наслідки психотравмуючих подій, механізми психологічного захисту та напрями психокорекційної допомоги.

Водночас недостатньо дослідженими залишаються психологічні особливості прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану та можливості психологічної профілактики агресивних проявів.

Потреба у поглибленні наукових уявлень про зазначену проблему та розробленні практичних підходів до психологічної підтримки підлітків в умовах воєнного стану зумовила вибір теми магістерської роботи «Психологічні особливості прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану».

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану та визначити напрями її психологічної профілактики.

**Об'єкт дослідження** – агресивність особистості у підлітковому віці.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану.

Завдання дослідження:

- здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення феномену агресивності у сучасній психології;
- розкрити психологічні особливості підліткового віку та визначити чинники прояву агресивності в умовах воєнного стану;
- проаналізувати сучасні підходи до профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків;
- провести емпіричне дослідження психологічних особливостей прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану та здійснити аналіз й інтерпретацію отриманих результатів;
- розробити психологічні рекомендації щодо профілактики та зниження проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану.

Комплекс методів кваліфікаційного дослідження, використаних у процесі розв'язання поставлених завдань бакалаврської роботи, включав:

- теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукової літератури з проблеми дослідження;
- емпіричні: методика вивчення схильності особистості до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі (адаптація А.К. Осницького), методика оцінки агресивності в міжособистісних стосунках А. Ассінгера, методика визначення стилів поведінки в конфліктних ситуаціях К. Томаса (адаптація Н. Гришиної).

Експериментальну базу кваліфікаційної роботи становив Ізмаїльський ліцей № 1 з гімназією з поглибленим вивченням англійської мови Ізмаїльського району Одеської області.

*Апробацію набутих результатів.* Основні результати дослідження апробовано на X Всеукраїнській науково-практичній конференції молодих учених та студентів з нагоди Всеукраїнського дня науки «Пріоритетні напрями європейського наукового простору: пошук студента» (19 травня 2026 року, м. Ізмаїл).

Теоретичне значення дослідження полягає в уточненні психологічних особливостей прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану та визначенні чинників, що впливають на її формування.

Практичне значення дослідження полягає у використанні отриманих результатів у діяльності психологічних служб закладів освіти щодо профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану.

Структура і обсяг кваліфікаційної роботи репрезентовано вступом, двома розділами, висновками до розділів, загальними висновками, списком використаних джерел. Основний зміст роботи викладено на 62 сторінках; у роботі вміщено три рисунки й шість таблиць.

## **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

### **1.1. Теоретичний аналіз феномену агресивності у сучасній психології**

У сучасних психологічних дослідженнях (В. В. Анісімов [4], М. В. Барановська [7], В. Гуріна [7], С. В. Ворона [20], І. М. Галян [21], С. Т. Нестерук [21], О. Є. Мойсеева [45]) агресивність розглядається як одна з актуальних проблем психологічної науки, оскільки спостерігається зростання проявів деструктивної поведінки серед підлітків.

Особливої актуальності проблема агресивності підлітків набуває в умовах воєнного стану. Воєнні події супроводжуються постійним психоемоційним напруженням, переживанням небезпеки, порушенням відчуття безпеки та нестабільністю соціального середовища. Н. Євдокимова [26], В. Зливков [26] та С. О. Лукомська [26] зазначають, що тривале перебування дітей і підлітків в умовах психічної травматизації негативно впливає на емоційний стан, особливості поведінкового реагування та процес соціальної адаптації особистості.

Унаслідок тривалого психоемоційного напруження посилюються дратівливість, емоційна нестійкість та конфліктність, що зумовлює зростання агресивних реакцій у поведінці підлітків.

Аналіз наукових джерел свідчить, що для підліткового віку характерними є прояви підвищеної конфліктності, ворожості, негативізму, вербальної та фізичної агресії. Посилення агресивних реакцій у поведінці підлітків ускладнює процес міжособистісної взаємодії та негативно позначається на особливостях їхньої соціальної адаптації. С. В. Ворона [20] зазначає, що агресивні прояви у підлітковому віці можуть супроводжуватися порушенням конструктивних форм спілкування, труднощами емоційного контролю та загостренням міжособистісних конфліктів.

У наукових дослідженнях А. Басса [72], А. Бандури [70], Дж. Долларда

та Н. Міллера [74] агресивність розглядається як властивість особистості, що виявляється у готовності до агресивного реагування та відображається в емоційній, поведінковій і мотиваційній сферах. Дослідники зазначають, що агресивність характеризує відносно стійку схильність особистості до агресивних форм реагування та визначає особливості її поведінки в різних життєвих ситуаціях.

Аналіз психологічної літератури свідчить про відсутність єдиного підходу до трактування понять «агресія» та «агресивність», оскільки зміст цих категорій визначається відповідно до теоретичних положень різних психологічних концепцій. У більшості наукових досліджень агресія розглядається як конкретна форма поведінки, спрямована на заподіяння фізичної або психологічної шкоди, тоді як агресивність визначається як відносно стійка властивість особистості, що відображає готовність до агресивного реагування.

У сучасних наукових джерелах природа агресії пояснюється з позицій різних теоретичних підходів, кожен із яких акцентує увагу на окремих механізмах виникнення агресивної поведінки. Найбільшого поширення набули психоаналітичний, біологічний, фрустраційний та соціально-психологічний підходи до розуміння агресії.

У психоаналітичній теорії З. Фрейда [65] агресія розглядається як один із базових проявів несвідомої сфери психіки людини. Учений пояснював агресивні тенденції дією деструктивного потягу, спрямованого на руйнування та саморуйнування особистості. З. Фрейд зазначав, що внутрішнє психічне напруження, яке виникає внаслідок конфлікту між несвідомими потягами та соціальними обмеженнями, потребує зовнішньої реалізації у формі агресивних реакцій. Відповідно до психоаналітичного підходу агресія є невід'ємною складовою психічного життя людини та може проявлятися у ворожості, конфліктності, деструктивних діях і різних формах руйнівної поведінки.

Етологічна концепція К. Лоренца [76] ґрунтується на біологічному

трактуванні агресії як природженої форми поведінки, необхідної для адаптації та збереження виду. Дослідник визначав агресію як інстинктивну реакцію, що формується в процесі еволюційного розвитку та забезпечує боротьбу за територію, ресурси і самозбереження. К. Лоренц зазначав, що агресивна енергія накопичується в організмі та за певних умов реалізується через поведінкові реакції. Учений вважав, що агресія властива як тваринам, так і людині, а інтенсивність її проявів залежить від особливостей соціального середовища, рівня емоційного контролю та здатності особистості до регуляції власної поведінки.

На відміну від біологічних концепцій, у психологічній науці сформувалися підходи, відповідно до яких агресивна поведінка розглядається як результат впливу соціального середовища та засвоєння моделей поведінкового реагування.

На відміну від психоаналітичного та біологічного підходів, представники соціально-психологічного напрямку пояснювали виникнення агресивної поведінки впливом соціального середовища та засвоєнням відповідних моделей поведінки.

Представники поведінкового напрямку розглядали агресивну поведінку як результат засвоєння моделей взаємодії у процесі соціального досвіду. А. Бандура [70] зазначав, що формування агресивних реакцій відбувається через спостереження, наслідування та закріплення агресивних форм поведінки. Джерелом агресивних моделей, на думку дослідника, виступають сімейне середовище, соціальне оточення, засоби масової інформації та міжособистісна взаємодія. У теорії соціального наuczіння агресивна поведінка трактується як набута форма реагування, яка формується у процесі соціальної взаємодії та закріплюється внаслідок повторення й підкріплення відповідних моделей поведінки.

Д. Доллард та Н. Міллер [74] розглядали агресивну поведінку як наслідок переживання фрустрації, що виникає за умов неможливості досягнення значущої мети. Дослідники зазначали, що стан фрустрації

супроводжується внутрішнім емоційним напруженням, яке може реалізовуватися через агресивні реакції. Агресія у працях науковців розглядається як форма поведінкового реагування особистості на конфліктні та психотравмувальні ситуації.

Отже, аналіз наукових джерел свідчить, що у сучасній психології агресія розглядається як складне психологічне явище, природа якого пояснюється з позицій різних теоретичних підходів.

У психоаналітичних дослідженнях агресивні прояви визначаються як наслідок дії внутрішніх деструктивних тенденцій особистості та несвідомих психічних процесів. Представники біологічного напрямку трактують агресію як природжену форму поведінки, що має інстинктивний характер. У фрустраційній теорії агресивна поведінка визначається як стан психоемоційного напруження, який виникає внаслідок неможливості задоволення значущих потреб особистості. Представники теорії соціального навчання визначають агресивну поведінку як результат засвоєння агресивних моделей поведінки у процесі соціальної взаємодії.

У психологічних дослідженнях агресивність розглядається як відносно стійка властивість особистості, для якої характерними є ворожість, конфліктність, негативізм, вербальні та фізичні агресивні реакції. Аналіз наукових підходів засвідчує, що формування агресивності відбувається внаслідок взаємодії біологічних, соціальних та індивідуально-психологічних чинників, тоді як прояви агресивної поведінки детермінуються особливостями емоційної сфери особистості, специфікою міжособистісної взаємодії та впливом соціального середовища.

Структуру та форми прояву агресивності детально розроблено у працях А. Басса [72] та А. Даркі [73]. Дослідники розглядали агресивність як складне особистісне утворення, що виявляється у різних формах агресивного реагування під час міжособистісної взаємодії. А. Басс [72] виокремлював фізичну агресію, вербальну агресію, негативізм, підозрілість, образу та роздратування як основні форми прояву агресивності.

А. Даркі [73], А. Басс [72] агресивність трактують не лише як зовнішній поведінковий прояв, а як сукупність емоційних і поведінкових реакцій особистості. Науковці зазначали, що агресивні прояви супроводжуються підвищеною дратівливістю, емоційною нестійкістю, імпульсивністю та порушенням емоційного самоконтролю. Такі особливості агресивного реагування ускладнюють міжособистісну взаємодію особистості та сприяють виникненню конфліктних форм поведінки.

Дослідження структури та форм прояву агресивності сприяло вивченню психологічних механізмів агресивної поведінки. У сучасних наукових джерелах агресивність розглядається також з позицій аналізу мотиваційних та когнітивних механізмів агресивної поведінки.

На думку А. Басса [72], А. Даркі [73] та О. Є. Мойсеєвої [45], агресія є мотивованою формою поведінки, спрямованою на заподіяння фізичної або психологічної шкоди іншій людині. Дослідники зазначають, що спрямованість агресивних реакцій значною мірою визначається мотиваційною сферою особистості, тоді як мотиви та наміри виступають важливими чинниками реалізації агресивної поведінки.

У працях вітчизняних дослідників агресивність трактується як форма поведінкового реагування, що супроводжується порушенням соціальних норм та міжособистісної взаємодії. Н. Д. Володарська та О. О. Когут [19] зазначають, що агресивні прояви можуть виконувати функцію психологічного захисту, виступати способом емоційної розрядки або засобом досягнення значущої мети. Агресивність у цьому аспекті розглядається як реакція особистості на конфліктні ситуації, фрустраційні переживання та стресогенні впливи.

Водночас значна увага у психологічних дослідженнях приділяється когнітивним процесам, які визначають особливості агресивного реагування особистості. У когнітивних теоріях агресивність пояснюється особливостями сприймання та оцінки особистістю життєвих ситуацій.

У когнітивній концепції Д. Зілманна [78], агресивні реакції

трактуються як результат взаємодії емоційного збудження та когнітивної оцінки ситуації особистістю. Дослідник зазначав, що переживання психологічного роздратування, гніву й емоційного напруження підвищує ймовірність виникнення агресивних проявів. Характер агресивного реагування залежить від особливостей сприймання ситуації, оцінки рівня загрози та уявлень особистості про власні можливості реагування. Згідно з поглядами Д. Зілманна [78], агресивна поведінка є одним із способів реагування особистості на несприятливі ситуації.

У працях представників гуманістичного напрямку психології агресивність розглядається як наслідок порушення внутрішньої цілісності особистості та деформації процесу її самореалізації. Представники гуманістичної психології основну увагу зосереджували на внутрішніх переживаннях людини, особливостях самосприйняття та ставлення особистості до власного досвіду. Зокрема, К. Роджерс [77] визначав агресивні прояви як результат порушення конгруентності між уявленням людини про себе та її реальним досвідом. Орієнтація на зовнішні оцінки й очікування, на думку дослідника, супроводжується переживанням внутрішнього напруження, тривоги та психологічного дискомфорту, що зумовлює виникнення агресивних реакцій. Учений підкреслював, що за умов невідповідності між реальним досвідом особистості та сформованою Я-концепцією посилюється внутрішня напруженість, яка може виявлятися у ворожості, конфліктності та інших деструктивних формах поведінки. Агресивність у цьому випадку розглядається як форма реагування особистості на внутрішній конфлікт та емоційне напруження.

В. Франкл [75] розглядав агресивні прояви як наслідок втрати сенсу життя, переживання внутрішньої спустошеності та формування екзистенційного вакууму. На думку дослідника, відсутність усвідомлених життєвих цінностей і цілей супроводжується виникненням стану психологічної дезадаптації, внутрішнього напруження та фрустрації, що може зумовлювати деструктивні форми поведінки й агресивного реагування

особистості. Втрата особистісних смислів, на думку вченого, порушує процес конструктивної взаємодії людини з навколишнім світом, унаслідок чого посилюються прояви внутрішнього конфлікту, емоційної нестабільності та поведінкової дезадаптації. У межах екзистенційного підходу агресивність розглядається як один із можливих наслідків нездатності особистості реалізувати потребу в пошуку життєвого сенсу та особистісного самовизначення.

У сучасних українських психологічних дослідженнях проблема агресивності розглядається як результат взаємодії соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників. І. М. Галян та С. Т. Нестерук [21] зазначають, що переживання невизначеності, внутрішнього напруження та емоційної дестабілізації супроводжується посиленням агресивних реакцій у поведінці особистості.

О. Є. Мойсеева [45] визначає агресію як складний психологічний феномен, формування якого зумовлюється впливом біологічних, соціальних та індивідуально-психологічних чинників.

С. В. Яковенко [68] відзначає, що агресивна поведінка формується під впливом несприятливих умов сімейного виховання, порушення міжособистісної взаємодії та негативного впливу соціального середовища.

Аналіз сучасних психологічних досліджень свідчить, що агресивність доцільно розглядати як складне особистісне утворення, яке формується під впливом біологічних, соціальних та індивідуально-психологічних чинників і виявляється в емоційній, когнітивній та поведінковій сферах особистості. Агресивність характеризує не лише схильність людини до агресивних форм реагування, а й особливості сприймання соціальної дійсності, оцінювання міжособистісних ситуацій та вибору способів поведінки в умовах конфлікту чи психологічного напруження.

С. Д. Максименко [38] зазначає, що формування агресивних проявів зумовлюється особливостями емоційної сфери людини, характером соціальної взаємодії та індивідуальним досвідом особистості. Учений

підкреслює, що агресивні реакції виникають унаслідок порушення емоційної рівноваги, труднощів саморегуляції та деформації конструктивних способів поведінкового реагування. Водночас агресивність не є незмінною характеристикою особистості, оскільки її прояви залежать від умов розвитку, змісту соціального досвіду та особливостей виховання. Такий підхід дає підстави розглядати агресивність як динамічне психологічне утворення, інтенсивність прояву якого змінюється під впливом зовнішніх і внутрішніх чинників.

В. Б. Бедан [8] зазначає, що формування агресивної поведінки зумовлюється взаємодією біологічних та психологічних чинників. До психологічних чинників дослідник відносить особливості емоційної сфери особистості, рівень тривожності, здатність до самоконтролю та способи реагування на фрустраційні ситуації. Науковець підкреслює, що агресивні прояви виникають унаслідок поєднання індивідуальних особливостей особистості та впливу соціального середовища.

Таким чином, аналіз наукових підходів до проблеми агресивності свідчить про відсутність єдиного трактування цього феномену в психологічній науці. Агресивність розглядається як складне психологічне утворення, яке може виявлятися як стійка властивість особистості, форма поведінкового реагування або наслідок впливу несприятливих внутрішніх і зовнішніх чинників.

Узагальнення теоретичних положень дає підстави стверджувати, що виникнення агресивних проявів детермінується сукупністю біологічних, соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників. Водночас характер агресивного реагування визначається особливостями емоційної сфери особистості, специфікою когнітивної оцінки життєвих ситуацій, рівнем саморегуляції та умовами соціального середовища.

З метою узагальнення основних теоретичних положень щодо розуміння агресивності здійснено систематизацію провідних психологічних підходів, які подано у таблиці 1.1.

Таблиця 1.1

## Основні психологічні підходи до розуміння агресивності

Теоретичний підхід	Представники	Зміст теоретичного підходу
Психоаналітичний підхід	З. Фройд	Агресія розглядається як прояв несвідомих деструктивних потягів особистості та результат внутрішнього психічного конфлікту між інстинктивними потребами й соціальними обмеженнями.
Етологічний підхід	К. Лоренц	Агресія визначається як природжена форма поведінки, що має інстинктивний характер та забезпечує адаптацію і самозбереження особистості.
Фрустраційна теорія	Д. Доллард, Н. Міллер	Агресивна поведінка виникає внаслідок переживання фрустрації, внутрішнього емоційного напруження та неможливості задоволення значущих потреб особистості.
Теорія соціального наочіння	А. Бандура	Агресивні форми поведінки формуються у процесі соціалізації через спостереження, наслідування та закріплення моделей поведінкового реагування.
Когнітивний підхід	Д. Зілманн,	Агресивні реакції зумовлюються особливостями когнітивної оцінки ситуації, рівнем емоційного напруження та характером сприймання зовнішніх обставин особистістю.
Гуманістичний підхід	К. Роджерс, В. Франкл	Агресивність розглядається як наслідок внутрішніх особистісних суперечностей, порушення процесу самореалізації, переживання внутрішнього напруження та психологічної дезадаптації.
Сучасні українські психологічні дослідження	С. Д. Максименко, О. Є. Мойсеева, С. В. Яковенко	Агресивність розглядається як складний психологічний феномен, формування якого зумовлюється взаємодією біологічних, соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників, особливостями емоційної сфери особистості, характером соціальної взаємодії та індивідуальним досвідом людини.

Узагальнення теоретичних підходів до проблеми агресивності дає підстави розглядати її у взаємозв'язку з основними сферами особистості. Когнітивна сфера агресивності характеризується особливостями сприймання ситуації, усвідомленням причин власної поведінки та здатністю до її регуляції. У ціннісно-мотиваційній сфері агресивні прояви зумовлюються системою потреб, мотивів і ціннісних орієнтацій особистості. Емоційна сфера визначається переживанням гніву, внутрішнього напруження, фрустрації та труднощами емоційного самоконтролю. Поведінкова сфера агресивності проявляється у засвоєнні та відтворенні агресивних моделей реагування у процесі соціальної взаємодії.

Отже, агресивність є складним психологічним явищем, прояви якого охоплюють емоційну, когнітивну, мотиваційну та поведінкову сфери особистості.

Таким чином, результати теоретичного аналізу свідчать, що агресивність у сучасній психології розглядається як складний багатовимірний феномен, який досліджується з позицій різних теоретичних підходів. Психоаналітична, етологічна, фрустраційна, когнітивна, гуманістична та соціально-психологічна концепції по-різному пояснюють природу агресивності, механізми її виникнення та особливості прояву, проте спільним для більшості наукових підходів є визнання багатофакторності цього явища.

Узагальнення наукових поглядів дає підстави розглядати агресивність як складне особистісне утворення, прояви якого охоплюють когнітивну, ціннісно-мотиваційну, емоційну та поведінкову сфери особистості. Формування агресивності зумовлюється взаємодією біологічних, соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників, тоді як особливості її прояву визначаються характером соціальної взаємодії, змістом індивідуального досвіду, специфікою емоційної регуляції та особливостями сприймання навколишньої дійсності.

## **1.2. Психологічні особливості прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану**

Дослідження психологічних особливостей прояву агресивності у підлітків неможливе без урахування закономірностей психічного розвитку особистості на даному віковому етапі. Підлітковий вік посідає особливе місце в онтогенезі людини, оскільки характеризується інтенсивними змінами у фізичній, когнітивній, емоційній та соціальній сферах. Саме в цей період відбуваються важливі особистісні зміни, що істотно впливають на характер поведінки та систему міжособистісних взаємин.

У психологічній науці цей віковий етап розглядається як один із найбільш складних і суперечливих періодів розвитку особистості. Для нього характерними є суттєві зміни у системі потреб, мотивів, інтересів та міжособистісних відносин.

Соціально-психологічний розвиток підлітків супроводжується зростанням значущості спілкування з однолітками, посиленням прагнення до самостійності та формуванням власної системи поглядів і переконань. С. Б. Кузікова [35] відзначає, що саме в цей період відбувається активне становлення самосвідомості та особистісної ідентичності.

Зростає потреба у самоствердженні та соціальному визнанні, що істотно впливає на особливості поведінки. У цей період особливого значення набуває спілкування з однолітками, яке виступає провідним чинником соціалізації та становлення особистості.

Характерною особливістю цього вікового етапу є підвищена емоційна чутливість. А. М. Прихожан [55] зазначає, що емоційні переживання характеризуються значною інтенсивністю, нестійкістю та суперечливістю. Недостатня сформованість механізмів емоційної саморегуляції може супроводжуватися імпульсивністю, загостреним реагуванням на невдачі, критичні зауваження та конфліктні ситуації, що зумовлює виникнення внутрішнього напруження, емоційного дискомфорту і труднощів контролю

поведінкових реакцій.

Важливе місце у структурі особистості посідає потреба у самоствердженні та суспільному визнанні.

С. Д. Максименко [38] відзначає, що в підлітковому віці відбувається формування нових мотивів поведінки, життєвих прагнень та уявлень про власне місце в системі суспільних відносин. Прагнення до самостійності та визнання з боку оточення нерідко супроводжується підвищеною чутливістю до оцінки інших людей, загостреним переживанням невдач і труднощів міжособистісної взаємодії. Нереалізованість потреби у самоствердженні може зумовлювати виникнення внутрішнього напруження, конфліктності та протестних форм поведінки.

Зазначені психологічні особливості підліткового віку створюють передумови для формування агресивних форм реагування та виникнення агресивних проявів у поведінці підлітків. Підвищена емоційна чутливість, нестійкість емоційних станів, прагнення до самоствердження та труднощі міжособистісної взаємодії можуть супроводжуватися виникненням дратівливості, негативізму, конфліктності, вербальної або фізичної агресії.

В. М. Заїка [28], І. І. Марценковська [40] та А. Д. Сподобаєва [62] зазначають, що агресивні прояви в підлітковому віці часто виникають у ситуаціях емоційного напруження, незадоволення значущих потреб та труднощів міжособистісної взаємодії.

Слід зазначити, що потреба у самоствердженні та соціальному визнанні належить до провідних чинників, які визначають особливості поведінки підлітків та характер їхньої взаємодії з оточенням

К. М. Пасько та Т. В. Малайчук [51] розглядають підлітковий вік як кризовий період розвитку особистості, для якого характерними є прагнення до самостійності, переоцінка життєвих цінностей та загострена потреба у визнанні з боку оточення.

Кризові явища підліткового віку супроводжуються перебудовою системи відносин особистості з навколишнім середовищем, формуванням

нових життєвих орієнтирів та підвищенням вимог до власної соціальної значущості. За таких умов зростає чутливість до зовнішніх оцінок, посилюється емоційна напруженість та ускладнюється процес конструктивного розв'язання міжособистісних суперечностей.

Невідповідність між новими потребами підлітка та реальними можливостями їх реалізації нерідко супроводжується виникненням внутрішнього напруження, підвищеної конфліктності та негативних емоційних переживань. Резнікова О. А. та Солодка О. В. [57] встановили, що труднощі міжособистісної взаємодії та нездатність конструктивно розв'язувати конфліктні ситуації можуть супроводжуватися посиленням негативних емоційних реакцій і агресивних форм поведінки

За таких умов зростає ймовірність агресивних форм реагування, які можуть виступати способом самоствердження або реакцією на труднощі міжособистісної взаємодії.

Виникнення агресивних проявів у підлітковому віці зумовлюється не лише віковими особливостями розвитку особистості, а й впливом соціального середовища, у якому відбувається її становлення та розвиток.

У психологічних дослідженнях агресивна поведінка підлітків розглядається як результат взаємодії індивідуально-психологічних і соціально-психологічних чинників. Особливості сімейного виховання, характер міжособистісних взаємин, умови навчання та соціальне оточення визначають способи реагування особистості на труднощі, конфліктні ситуації та психоемоційне напруження.

І. І. Брецько, М. І. Буртин та І. І. Бучмей [12], Л. Л. Дика та Н. А. Голярдик [26], Н. Савінова, Н. Стельмах, М. Берегова та Т. Іванова [61] розглядають агресивну поведінку підлітків як складний багатofакторний феномен, формування якого відбувається під впливом особливостей сімейного виховання, характеру взаємин з однолітками та умов соціального середовища, у якому здійснюється розвиток особистості.

Серед чинників формування агресивності дослідники виокремлюють як

зовнішні, так і внутрішні впливи. До зовнішніх чинників належать особливості соціального середовища та міжособистісної взаємодії, тоді як внутрішні чинники представлені емоційною нестійкістю, труднощами саморегуляції, підвищеною тривожністю та індивідуально-психологічними особливостями особистості. Поєднання зазначених чинників створює підґрунтя для виникнення конфліктності, ворожості та інших агресивних проявів у поведінці підлітків.

У сучасних умовах до традиційних чинників формування агресивності підлітків додається вплив воєнного стану, який змінює умови їхнього психічного розвитку та соціального функціонування. Тривале перебування в ситуації небезпеки, невизначеності, емоційного напруження та порушення звичного способу життя створює додаткове психологічне навантаження на особистість підлітка, що може позначатися на особливостях його емоційного стану та поведінкових реакцій [30; 53; 69].

Умови воєнного стану супроводжуються переживанням небезпеки, невизначеності та зниженням суб'єктивного відчуття захищеності. Л. Абсалямова [1] зазначає, що за таких обставин підвищується рівень тривожності, яка набуває стійкого характеру та визначає особливості емоційного реагування особистості. Тривожні переживання супроводжуються емоційним напруженням, підвищеною настороженістю, дратівливістю та виснаженням психологічних ресурсів. У підлітковому віці зазначені прояви посилюються внаслідок недостатньої сформованості механізмів емоційної саморегуляції, що може зумовлювати виникнення конфліктності, імпульсивності та агресивних форм поведінки.

В умовах воєнного стану підлітковий вік виступає періодом підвищеного психологічного ризику, оскільки тривалий вплив воєнних стресорів поєднується з процесами активного особистісного становлення та підвищеною чутливістю емоційно-вольової сфери.

Як засвідчують наукові розвідки Н. О. Євдокимової, В. Л. Зливкова та С. О. Лукомської [26], психічна травматизація внаслідок війни

супроводжується руйнуванням звичного життєвого простору особистості, втратою відчуття безпеки та стабільності, обмеженням референтних соціальних контактів і необхідністю адаптації до нових умов життєдіяльності.

Зазначений комплекс несприятливих чинників зумовлює посилення тривожних переживань, накопичення психоемоційного напруження, а також порушення механізмів емоційної саморегуляції та поведінкового контролю у підлітковому віці.

Тривалий вплив психотравмувальних чинників закономірно знижує рівень фрустраційної толерантності, що виявляється у підвищеній дратівливості, міжособистісній конфліктності, стійкій ворожості та реалізації внутрішнього напруження через різні форми агресивної поведінки.

Згідно з теоретичними підходами Д. І. Іщенка [31] та І. І. Марценковської [40], підліткова агресивність має різноманітні прояви і може виражатися як у відкритих, так і в латентних формах. До відкритих проявів належать безпосередня фізична та вербальна агресія, які в умовах воєнного стану можуть бути наслідком накопиченого психоемоційного напруження. До латентних проявів агресивності належать стійкий негативізм, внутрішня ворожість, опозиційна поведінка та схильність до міжособистісних конфліктів. Така різноманітність форм агресивного реагування свідчить про складну природу цього явища та підтверджує необхідність урахування індивідуально-психологічних особливостей особистості під час аналізу причин виникнення агресивності у підлітковому віці.

У сучасному науковому дискурсі життєстійкість (*hardiness*) розглядається як фундаментальний внутрішній ресурс особистості та ключовий чинник збереження психологічного благополуччя підлітків в умовах хронічного стресу [46]. Розвинені механізми життєстійкості забезпечують здатність особистості здійснювати вольовий контроль власних емоційних станів, успішно адаптуватися до складних життєвих обставин та обирати конструктивні, безпечні стратегії подолання стресу. Недостатній

рівень розвитку життєстійкості в умовах воєнного стану суттєво ускладнює для підлітка процес оцінювання та подолання психотравматичних ситуацій. Дефіцит цього ресурсу знижує адаптаційні можливості психіки, обмежує здатність до емоційної саморегуляції і, як наслідок, підвищує ризик виникнення деструктивних поведінкових реакцій.

А. Д. Сподобаєва [53] розглядає агресивність підлітків як наслідок впливу комплексу біологічних, психологічних і соціальних чинників. Агресивні прояви найчастіше виникають за умов емоційного неблагополуччя, труднощів міжособистісної взаємодії та недостатнього розвитку навичок самоконтролю. У підлітковому віці агресивність може виявлятися у формі конфліктності, негативізму, вербальної та фізичної агресії, що ускладнює процес соціальної адаптації особистості.

Н. В. Гребінь та М. Ю. Федчун [24] досліджують психологічні наслідки переживання страху в умовах воєнного конфлікту. Науковці встановили, що постійна загроза життю, регулярні повітряні тривоги та ризик втрати близьких осіб формують у підлітків стійке психоемоційне напруження, яке ускладнює процес адаптації до умов воєнного стану. Тривалий вплив воєнних стресорів супроводжується виснаженням психологічних ресурсів особистості, посиленням емоційної нестійкості та порушенням механізмів саморегуляції, що створює передумови для виникнення агресивних форм реагування.

Деструктивний вплив хронічного страху на психіку дитини детально описано у праці Є. В. Підчасова та Н. І. Чепелевої [53]. Автори розглядають стресові стани, викликані війною, як чинник дезорганізації внутрішнього світу підлітка, що призводить до постійного очікування загрози. Оскільки в підлітковому віці механізми емоційної саморегуляції ще перебувають на стадії формування, переживання страху не завжди усвідомлюється та вербалізується особистістю. Унаслідок цього негативні переживання можуть накопичуватися та виявлятися через підвищену дратівливість, конфліктність, ворожість, протестні реакції й інші форми агресивної поведінки.

У таких умовах, як зазначає Н. Атаманчук [6], важливу роль у збереженні психічного благополуччя відіграє використання внутрішніх і зовнішніх ресурсів особистості, які забезпечують зниження емоційного напруження та підтримання психологічної стійкості. Водночас відсутність своєчасної психологічної підтримки й ефективних способів опрацювання негативних переживань ускладнює адаптацію підлітків до умов воєнного стану та підвищує ризик виникнення деструктивних поведінкових реакцій.

Дослідники (І. І. Брецько, М. І. Буртин та І. І. Бучмей [12], Л. Л. Дика та Н. А. Голярдик [25], Н. Савінова, Н. Стельмах, М. Берегова та Т. Іванова [60; 61]) розглядають підліткову агресивність як складний багатофакторний феномен, формування якого відбувається під впливом комплексу соціально-психологічних чинників.

Провідне місце серед них посідають особливості сімейного виховання, характер взаємин з оточенням та умови соціального середовища, у якому відбувається розвиток особистості. В умовах воєнного стану вплив зазначених чинників посилюється внаслідок порушення звичного способу життя, звуження соціальних контактів та переживання тривалої невизначеності.

Тривала дія воєнних стресорів і необхідність пристосування до кризових змін викликають виснаження адаптаційних можливостей підлітка. За таких обставин агресивність починає виконувати захисну функцію, виступаючи способом реагування на хронічне психічне напруження та фрустрацію. Проте тривале закріплення таких поведінкових проявів має зворотний ефект, оскільки негативно позначається на міжособистісній взаємодії та ускладнює процес соціальної адаптації підлітків.

Аналіз взаємозв'язку поведінкової імпульсивності підлітків та їхньої готовності до агресивного реагування в кризових умовах є ключовим для розуміння психологічних особливостей прояву агресивності в умовах воєнного стану.

На думку І. В. Савельєвої [60], підліткова агресивність нерідко

супроводжується підвищеною імпульсивністю, коли емоційна реакція на зовнішній подразник випереджає його раціональне осмислення. В умовах воєнного стану зазначена залежність посилюється під впливом тривалого психотравматичного навантаження, що ускладнює процеси емоційної та поведінкової саморегуляції і знижує здатність підлітка контролювати власні реакції та прогнозувати наслідки поведінки.

М. К. Кременчуцька та Н. Р. Жиліч [34] розглядають агресивність під час воєнних подій як одну з форм психологічного захисту особистості в умовах макросоціального стресу. Поєднання підвищеної імпульсивності, тривожних переживань та дефіциту відчуття безпеки ускладнює використання конструктивних способів подолання труднощів, унаслідок чого зростає ймовірність вербальних і фізичних агресивних реакцій.

Н. М. Бугайова [13] зазначає, що посилення ворожості та агресивності у підлітків є наслідком тривалого впливу воєнних стресорів і виснаження психологічних ресурсів особистості. За таких умов імпульсивна агресія може виступати однією з форм реагування на тривале психічне напруження та фруструючі впливи соціального середовища.

Отже, агресивність підлітків в умовах воєнного стану формується під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників, серед яких провідне значення мають переживання хронічного стресу, страху, тривоги, порушення відчуття безпеки, труднощі емоційної саморегуляції та несприятливі соціальні умови розвитку особистості.

З метою узагальнення психологічних чинників та особливостей прояву агресивності підлітків в умовах воєнного стану складено таблицю 1.1.

Таблиця 1.2

**Психологічні чинники агресивності підлітків в умовах воєнного стану**

<b>Група чинників</b>	<b>Психологічний зміст</b>	<b>Особливості прояву агресивності</b>
<b>Вікові особливості підліткового розвитку</b>	Прагнення до емансипації (самостійності), нестійкість самооцінки, сенситивність (підвищена чутливість) до оцінок соціального оточення	Міжособистісна конфліктність, негативізм, виражена вербальна агресія.
<b>Емоційно-особистісні чинники</b>	Високий рівень тривожності, фрустрація, емоційна лабільність (нестійкість), дефіцит механізмів саморегуляції.	Поведінкова імпульсивність, дратівливість, стійка ворожість.
<b>Соціально-психологічні чинники</b>	Дисфункції сімейного виховання, деструктивний характер взаємин з однолітками, деформація безпосереднього соціуму.	Деструктивні патерни розв'язання конфліктів, перманентна міжособистісна напруженість.
<b>Чинники воєнного стану</b>	Перцепція (переживання) хронічної небезпеки, ситуація невизначеності, руйнування базової потреби в безпеці.	Інтенсифікація агресивних реакцій, ситуативна конфліктність, гостре психічне напруження.
<b>Наслідки тривалого воєнного стресу</b>	Хронічне психоемоційне напруження, виснаження адаптаційного потенціалу особистості.	Стійк ворожість, соціально-психологічна дезадаптація, фіксація агресивних тенденцій.

В умовах воєнного стану вікові суперечності підліткового періоду набувають особливої вираженості, що суттєво впливає на емоційну сферу та поведінку особистості. Прагнення до самостійності й соціального визнання поєднується з нестійкістю самооцінки, підвищеною чутливістю до оцінок оточення та невпевненістю у власних можливостях. Унаслідок цього формується внутрішнє напруження, незадоволеність собою та труднощі конструктивного вираження емоцій, що проявляється у конфліктності й ворожості.

Рівень агресивних проявів значною мірою визначається сформованістю

емоційно-вольової регуляції. Недостатня здатність контролювати емоційні стани, стримувати імпульсивні реакції та прогнозувати наслідки поведінки ускладнює конструктивне розв'язання проблемних ситуацій. У результаті агресивна поведінка набуває функції зовнішнього вираження фрустрації та внутрішнього напруження.

Водночас агресивність у підлітковому віці не завжди має деструктивний характер. У кризових умовах вона може виконувати захисну функцію, спрямовану на подолання тривоги та відновлення психологічної рівноваги. Ситуації, які підліток сприймає як загрозу власній самооцінці, соціальному статусу або базовому відчуттю безпеки, можуть викликати конфліктне реагування, при якому агресія виконує функцію психологічного захисту та зниження інтенсивності негативних емоційних переживань [19; 34; 52].

Аналіз наукових джерел свідчить, що підліткова агресивність є системним феноменом, зумовленим взаємодією особистісних і соціальних чинників. Вікові особливості розвитку, зокрема криза ідентичності, нестійкість самооцінки та імпульсивність, становлять внутрішнє підґрунтя для деструктивних реакцій. В умовах воєнного стану ці особливості посилюються під впливом хронічного стресу, дефіциту безпеки та змін соціального середовища.

У кризових обставинах агресивна поведінка виконує функцію психологічного захисту, спрямованого на зниження відчуття безпорадності та фрустрації. Водночас тривала фіксація таких поведінкових стратегій ускладнює соціально-психологічну адаптацію та порушує міжособистісну взаємодію. Отримані узагальнення підкреслюють необхідність розробки комплексних програм психологічної корекції та профілактики деструктивної поведінки у підлітковому віці.

### **1.3. Психологічні засоби профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану**

Профілактика агресивної поведінки підлітків посідає провідне місце в системі психологічного супроводу особистості в умовах воєнного стану. Дослідники Л. Абсалямова [1], О. Котух [26], Г. Лукомська [26] превентивну діяльність розглядають як комплекс системних заходів, спрямованих на зміцнення особистісних ресурсів, нівелювання деструктивних поведінкових виявів та забезпечення загального психологічного благополуччя особистості. Розроблення та впровадження відповідного інструментарію ґрунтується на розумінні багатофакторності підліткової агресивності. За кризових обставин деструктивні реакції зумовлюються як індивідуально-психологічними властивостями особистості, так і тривалим психоемоційним напруженням, переживанням небезпеки, хронічною невизначеністю та руйнацією базового почуття безпеки.

Системний характер профілактики та корекції передбачає інтеграцію впливів на особистість підлітка, мікросоціальне оточення та безпосередні умови життєдіяльності.

В. Л. Андрєєнкова [3], Т. В. Журавель [38], М. В. Левченко [33], О. В. Савінова [60] вважають, що організація процесу на первинному, вторинному та третинному рівнях забезпечує комплексний вплив на механізми формування агресивності, сприяє розвитку навичок емоційної саморегуляції, конструктивної міжособистісної взаємодії й підвищенню загальної психологічної стійкості учасників освітнього процесу.

Л. Абсалямова [1], М. Авраменко [2], В. В. Анісімов [4], І. Астремська [5] відзначають, що функціональна спрямованість такої психологічної допомоги передбачає одночасну мінімізацію наявних деструктивних проявів та усунення чинників їх подальшого закріплення.

Виконання профілактичних і корекційних завдань в умовах воєнного стану підпорядковується чіткій послідовності. Зміна мислення й поведінки

підлітка стає можливою внаслідок зниження емоційного збудження особистості.

У наукових працях М. Авраменка [2], В. Л. Андрєєнкової [3], В. В. Анісімова [4], І. Астремської [5] та В. Б. Бедана [8] висвітлено питання першочергової стабілізації емоційного стану та зменшення рівня стресу особистості як базової умови превентивного впливу. Необхідність такої послідовності зумовлюється безпосереднім зв'язком підліткової агресивності з емоційною нестабільністю під впливом страху та невизначеності. У своїх дослідженнях Н. В. Гребінь [24] і М. Ю. Федчун [24] дійшли висновку, що підвищений рівень переживання страхів виступає прямим чинником деструктивних реакцій особистості.

Початковий етап психологічної допомоги передбачає залучення експресивних арттерапевтичних технік з метою подолання страхів та тривожності підлітків. Усунення гострого емоційного напруження виступає обов'язковою передумовою тривалого психокорекційного впливу. Стійкість агресивних проявів особистості зумовлюється сформованими способами сприйняття та реагування на стресогенні обставини навколишнього середовища.

Реалізація завдань наступного етапу психокорекції здійснюється в межах когнітивно-поведінкового підходу, спрямованого на трансформацію неадаптивних установок особистості. Специфіка проявів цих агресивних тенденцій у підлітковому віці висвітлена у працях Т. Гончарової [23], В. М. Заїки [28], В. Олійника [23] та І. М. Шкурко [65]. Психологічний зміст такої роботи у концепціях Ж. О. Воловодівської [17] та Н. Д. Володарської [18] полягає у розвитку здатності підлітка до вербалізації власних переживань, що забезпечує формування рефлексивного проміжку між емоційним збудженням та поведінковою реакцією.

Обґрунтування практичного інструментарію когнітивно-поведінкової терапії представлено у працях Л. С. Іваненко [30], С. Б. Кузікової [35] та М. О. Петренко [30], які розкривають трансформацію імпульсивних спалахів у

свідомі копінг-стратегії подолання кризових ситуацій. Психотерапевтичний вплив дослідники спрямовують на навчання підлітків навичкам проактивного розв'язання проблем та рефлексивного аналізу власних дій, що дозволяє переорієнтувати деструктивні реакції на конструктивні поведінкові альтернативи.

У дослідженнях М. К. Кременчуцької [34] та Н. Р. Жиліч [34] доведено, що ефективність вказаного процесу зумовлюється стійкістю особистісних чинників вибору механізмів психологічного захисту в умовах воєнного стану, де провідну роль відіграють зрілість когнітивних схем особистості, рівень її внутрішнього локусу контролю та здатність до раціоналізації травматичного досвіду. Сформованість цих чинників сприяє запобіганню хронізації деструктивних патернів у підлітковому віці.

Діагностика детермінант агресивності та трансформація імпульсивних спалахів у свідомі копінг-стратегії у дослідженнях Л. С. Іваненко та М. О. Петренко [30] здійснюються на основі методологічного інструментарію когнітивно-поведінкової терапії, що забезпечує зниження психоемоційної напруженості та нівелювання деструктивних виявів у підлітковому віці. Зазначений підхід спрямовано на цілеспрямовану корекцію неадаптивних поведінкових установок та розвиток навичок конструктивної взаємодії з мікросоціумом, що детермінує усвідомлення підлітком причин власних реакцій і підвищення рівня інтернального самоконтролю в кризових обставинах.

Результативність психокорекційного впливу безпосередньо залежить від здатності підлітка до саморегуляції, оскільки саме внутрішні механізми самоконтролю дозволяють особистості свідомо керувати власними емоційними станами у стресових ситуаціях. У наукових працях Т. О. Петренко та О. В. Острівної [51] обґрунтовано, що формування зазначених саморегуляційних механізмів забезпечує конструктивне подолання підлітками кризових ситуацій, активізує їхній адаптивний потенціал та мінімізує ризики тривалого закріплення деструктивних форм поведінки в

умовах воєнного стану.

Оскільки початковий етап психологічної допомоги спрямований на зняття гострого психоемоційного напруження особистості, мінімізацію тривожності та деструктивних емоцій підлітків в умовах воєнного стану Л. Абсалямова [1] визначає як результат впровадження методів експресивної психорегуляції. Дослідження Є. В. Підчасова та Н. І. Чепелевої [52] засвідчують, що стабілізація стресових станів неповнолітніх під час воєнних дій забезпечує відновлення їхнього самоконтролю та зниження поведінкової імпульсивності.

Усунення гострого напруження виступає необхідною передумовою для подальшої корекції деструктивних проявів особистості. Стійкість агресивної поведінки у підлітковому віці зумовлюється сформованими способами сприйняття та реагування на стресогенні обставини воєнного часу. З метою усунення зазначених деструкцій Л. С. Іваненко та М. О. Петренко [30] обґрунтовують необхідність цілеспрямованого виявлення чинників деструктивності й переформатування імпульсивних спалахів у свідомі копінг-стратегії на основі інструментарію когнітивно-поведінкової терапії.

Компонентом структури психологічної допомоги є корекція емоційних чинників деструктивності, зокрема поведінкової імпульсивності та труднощів саморегуляції особистості. Специфіку проявів агресивних тенденцій у підлітковому віці висвітлено у дослідженнях Л. Л. Дикої та Н. А. Голярдик [25], Т. Гончарової та В. Олійника [23], В. М. Заїки [28], М. К. Кременчуцької та Н. Р. Жиліч [34], Н. Савінової, Н. Стельмах, М. Берегової та Т. Іванової [61], С. В. Яковенко [68], І. М. Шкурко [66]. Вчені доводять, що ефективність корекції агресивних проявів зумовлюється стійкістю особистісних чинників вибору механізмів психологічного захисту в умовах воєнного стану.

Психологічний зміст профілактичної роботи, на думку Ж. О. Воловодівської [17] та Н. Д. Володарської [18], полягає у розвитку в підлітків здатності до усвідомлення та вербалізації власних переживань. Формування аналітичного ставлення до власних станів забезпечує необхідний

«рефлексивний інтервал» між виникненням емоційного збудження та поведінковою реакцією. Зазначене створює умови для своєчасного розпізнавання внутрішніх тригерів агресії та трансформації імпульсивних реакцій у свідомі копінг-стратегії подолання кризових ситуацій, що ґрунтуються на методах когнітивно-поведінкової терапії.

Послідовність реалізації профілактичних завдань зумовлена необхідністю пріоритетного зниження рівня емоційного збудження як базової умови для подальшої когнітивної та поведінкової реструктуризації. У наукових дослідженнях М. Авраменка [2], В. Л. Андрєєнкової [3], В. В. Анісімова [4], І. Астремської [5] та В. Б. Бедана [8] стабілізація емоційного стану та мінімізація стресового навантаження визначені як фундамент початкового етапу психологічного впливу. Така послідовність є виправданою, оскільки, як зазначають Н. В. Гребінь і М. Ю. Федчун [24], підліткова агресивність у сучасних умовах є прямим наслідком емоційної нестабільності, спровокованої хронічним страхом та невизначеністю.

Зниження рівня психоемоційного напруження на початковому етапі психокорекційної роботи забезпечується застосуванням антистресових психотехнологій, які, за даними О. М. Борисюк [11], сприяють відновленню внутрішнього контролю особистості та підвищенню її здатності протистояти стресовим впливам.

Н. Атаманчук [6] зазначає, що використання арттерапевтичних технік допомагає підліткам виражати переживання, пов'язані з воєнними подіями, знижувати рівень тривожності та послаблювати внутрішнє напруження. Такі засоби створюють умови для подальшої психокорекційної роботи та зменшують імовірність агресивного реагування в емоційно напружених ситуаціях.

М. В. Барановська, З. В. Гуріної [7] розглядають зниження емоційних чинників агресії, зокрема поведінкової імпульсивності та труднощів саморегуляції як центральний компонент профілактики у структурі досліджень.

Важливим напрямом профілактичної роботи виступає формування особистісних ресурсів, які забезпечують конструктивне реагування на стресогенні впливи воєнного часу. А. Нагорняк [46] зазначає, що розвиток життєстійкості сприяє підвищенню здатності підлітків контролювати емоційні реакції, зберігати психологічну рівновагу та ефективно долати наслідки психотравмувальних подій. У дослідженнях Я. М. Омельченко [49], В. І. Розова [59] та К. Д. Роман [58] встановлено, що формування навичок стресостійкості та адаптивного подолання труднощів знижує ризик закріплення агресивних моделей поведінки й підвищує рівень психологічної саморегуляції особистості.

Здатність контролювати власні емоційні реакції та поведінку розглядається як одна з умов попередження агресивних проявів у підлітковому віці. У дослідженнях В. М. Заїки [28], С. Парфанович та С. Калаур [50], І. В. Савельєвої [60] встановлено, що усвідомлення причин виникнення негативних емоцій сприяє своєчасній корекції поведінки та вибору конструктивних способів реагування у конфліктних ситуаціях. За таких умов агресія перестає виступати провідним способом вираження внутрішнього напруження.

Водночас характер поведінкових реакцій визначається не лише зовнішніми обставинами, а й особистісними особливостями підлітка. Н. І. Меленчук і К. О. Прокопенко [41], Н. Д. Володарська та О. О. Когут [19] зазначають, що переживання стресових подій супроводжується активізацією механізмів психологічного захисту, від особливостей функціонування яких залежить спосіб реагування особистості на складні життєві ситуації. У зв'язку з цим розвиток адаптивних способів подолання труднощів та внутрішніх особистісних ресурсів виступає важливою умовою зниження агресивних проявів у підлітковому віці.

Окремим напрямом профілактики агресивної поведінки підлітків є оптимізація сімейного середовища як простору формування способів емоційного реагування та моделей міжособистісної взаємодії. О. І.

Бондаренко [10], І. І. Брецько, М. І. Буртин та І. І. Бучмей [12], Т. В. Журавель та ін. [27] вважають, що ризик закріплення деструктивних форм поведінки зумовлюється дефіцитом емоційної підтримки, сімейною конфліктністю та неефективними виховними впливами.

В умовах воєнного стану негативний вплив сімейних чинників на поведінку підлітків посилюється внаслідок тривалого емоційного напруження, переживання небезпеки та порушення звичних умов життя. Л. Абсалямова [1], І. Астремська та А. Фомін [5], С. М. Томчук і М. І. Томчук [63] зазначають, що тривале перебування в умовах воєнної загрози супроводжується зростанням тривожності, емоційної нестабільності та внутрішнього напруження особистості. За таких обставин несприятливі сімейні взаємини можуть виступати додатковим чинником посилення агресивних тенденцій у підлітковому віці.

У зв'язку з цим психологічна допомога має бути спрямована на покращення дитячо-батьківських взаємин, розвиток підтримувального спілкування в родині та формування сприятливого психологічного клімату. Л. А. Найдьонова, О. Т. Барішполець та О. В. Найдьонов [47] підкреслюють значення підтримки найближчого соціального оточення як чинника збереження психологічної рівноваги та попередження деструктивних форм поведінки.

Водночас А. М. Прихожан [55] зазначає, що позитивне емоційне середовище сприяє зниженню рівня тривожності та забезпечує більш гармонійний розвиток особистості підлітка.

Аналіз наукових джерел дозволяє стверджувати, що ефективність профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків залежить від дотримання основних принципів вікової психокорекції. С. Б. Кузікова [35] зазначає, що психокорекційна робота має спиратися на принцип єдності діагностики та корекції, оскільки визначення причин поведінкових порушень передуює вибору засобів психологічного впливу.

У зв'язку з цим важливого значення набуває вивчення психоемоційного

стану підлітка та чинників, які зумовлюють агресивні прояви. З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко та Г. П. Лазос [32] вважають, що виявлення психологічних механізмів дезадаптивного реагування виступає необхідною передумовою побудови ефективної психокорекційної програми, оскільки спрямовує психологічний вплив на причини поведінкових порушень.

Т. Гончарова та В. Олійник [23] розглядають агресію як системне явище, формування якого відбувається під впливом особистісних і соціальних чинників. Подібної позиції дотримуються С. Д. Максименко, С. Б. Кузікова та В. Л. Злишков [39], які підкреслюють значення соціального оточення у подоланні кризових ситуацій.

С. Д. Максименко, Я. В. Руденко, А. М. Кушнерьова та В. М. Невмержицький [38] визначають психологічну допомогу як процес розвитку внутрішніх ресурсів особистості, зміцнення її адаптаційних можливостей та формування здатності долати несприятливі життєві обставини. За таких умов психокорекційна робота спрямовується не лише на зниження агресивних проявів, а й на вдосконалення міжособистісної взаємодії підлітка та формування конструктивних способів поведінки.

Результативність психокорекційного впливу значною мірою визначається своєчасним виявленням психологічних чинників агресивних проявів. Агресивне реагування може виникати внаслідок підвищеної тривожності, внутрішнього напруження, фрустрації, труднощів емоційної саморегуляції та порушень міжособистісної взаємодії. Л. Б. Наугольник [48] зазначає, що тривалий вплив стресогенних чинників супроводжується виснаженням адаптаційних ресурсів особистості та підвищенням імовірності дезадаптивних форм поведінки. В. І. Розов [59] розглядає розвиток навичок саморегуляції як важливу умову попередження негативних наслідків стресу та збереження психологічної рівноваги особистості.

Узагальнення наукових джерел дозволяє стверджувати, що зміст психокорекційної роботи визначається результатами психодіагностичного обстеження, які слугують підґрунтям для добору методів психологічного

впливу відповідно до індивідуальних особливостей підлітка.

Так О. Ю. Овчаренко [56] визнає, що психологічна допомога особам, які перебувають під впливом тривалого стресу, передбачає відновлення емоційної рівноваги, розвиток самоконтролю та формування навичок подолання труднощів.

За результатами досліджень Я. М. Омельченко [49] встановлено, що розвиток внутрішніх ресурсів особистості виступає важливою умовою подолання психотравмуючих переживань та збереження психологічної стійкості. Таким чином, психокорекція агресивної поведінки підлітків спрямовується не лише на послаблення її зовнішніх проявів, а й на усунення психологічних чинників, які підтримують виникнення та закріплення агресивних реакцій.

Узагальнення наукових джерел свідчить, що врахування методологічної моделі особистісно-орієнтованої психокорекції дає підстави розглядати підлітка як активного суб'єкта подолання кризових ситуацій, що актуалізує розвиток його внутрішнього адаптаційного потенціалу та механізмів психологічної стійкості. З огляду на це комплексна психокорекційна програма в умовах воєнного стану має будуватися за принципом етапності та містити такі послідовні блоки:

– діагностико-пропедевтичний блок, початковий етап якого передбачає вивчення особливостей прояву агресивної поведінки підлітків та визначення чинників, які її зумовлюють. На цьому етапі здійснюється аналіз психоемоційного стану особистості, рівня тривожності, страхів, емоційного напруження та наслідків переживання воєнного стану. Результати психодіагностики слугують підґрунтям для визначення напрямів подальшої психокорекційної роботи та добору найбільш доцільних засобів психологічного впливу [5; 40; 68].

– реконструктивно-корекційний блок. Основним змістом цього блоку є зниження емоційного напруження, подолання фрустраційних переживань та корекція деструктивних способів реагування. Психокорекційна робота

спрямовується на стабілізацію емоційного стану підлітка, розвиток навичок емоційної саморегуляції та контролю імпульсивних реакцій. Важливе місце посідає усвідомлення причин агресивної поведінки, зниження рівня ворожості та формування конструктивних способів поведінки в конфліктних ситуаціях. Для реалізації зазначених завдань застосовуються арттерапевтичні та когнітивно-поведінкові методи [6; 22; 30; 34].

– заключно-прогностичний блок спрямований на закріплення навичок, сформованих у процесі психокорекції. Провідного значення набуває здатність підлітка контролювати власні емоційні реакції, розпізнавати ситуації, які провокують агресію, та використовувати конструктивні способи поведінки в конфліктних обставинах. Результатом цього етапу виступає перенесення набутих навичок саморегуляції та ненасильницького розв'язання міжособистісних суперечностей у повсякденне життя. Закріплення зазначених способів поведінки знижує ймовірність повторних агресивних проявів та сприяє успішнішій соціально-психологічній адаптації підлітків в умовах воєнного стану [39; 45; 51].

Зазначимо, що особливого значення в реконструктивно-корекційному блоці набуває диференціація засобів психологічного впливу відповідно до гендерних особливостей прояву агресивної поведінки підлітків [42; 43]. Емпіричні дані свідчать про відмінності в реагуванні на тривалий воєнний стрес, зокрема у хлопців частіше спостерігаються прояви фізичної та вербальної агресії, проте як у дівчат агресивність частіше виявляється у формі прихованої ворожості, негативізму та аутоагресивних реакцій. Виявлені відмінності свідчать про необхідність урахування специфіки агресивних проявів під час організації психокорекційної роботи. Для хлопців більш актуальним є розвиток навичок контролю гніву та подолання імпульсивних реакцій, тоді як для дівчат важливого значення набуває зниження тривожності, стабілізація самооцінки та подолання фрустраційних переживань [24; 42].

Таким чином, профілактика та корекція агресивної поведінки підлітків

в умовах воєнного стану потребує комплексного застосування психологічних засобів, спрямованих на виявлення чинників агресивної поведінки, зниження емоційного напруження, розвиток навичок саморегуляції та формування конструктивних способів реагування. Поєднання психодіагностичних, психокорекційних і психопрофілактичних заходів сприяє зменшенню агресивних проявів, попередженню закріплення деструктивних моделей поведінки та підвищенню здатності підлітків долати стресові обставини без агресивного реагування.

## ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

Теоретичний аналіз наукових джерел засвідчив, що агресивність як складне психологічне утворення охоплює емоційний, когнітивний, мотиваційний і поведінковий компоненти. Узагальнення психоаналітичних, етологічних, фрустраційних, когнітивних, гуманістичних концепцій та теорії соціального наuczіння показало, що формування агресивності визначається взаємодією біологічних, соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників.

З'ясовано, що підлітковий вік належить до найбільш вразливих періодів розвитку особистості. Інтенсивні зміни самосвідомості, системи цінностей і міжособистісних відносин, поєднані з недостатньою сформованістю механізмів емоційної саморегуляції, створюють передумови для виникнення конфліктності та агресивних форм реагування.

Визначено, що агресивність підлітків в умовах воєнного стану зумовлюється хронічним психоемоційним напруженням, переживанням небезпеки та труднощами соціально-психологічної адаптації, що виявляється у зростанні конфліктності, емоційної нестійкості та схильності до агресивних форм поведінки.

З'ясовано, що профілактика та корекція агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану повинна мати комплексний характер і передбачати розвиток навичок емоційної саморегуляції, конструктивного розв'язання конфліктів, зниження рівня психоемоційного напруження та зміцнення особистісних ресурсів. Вагоме місце у профілактиці агресивної поведінки підлітків посідають психопросвітницькі, арттерапевтичні та когнітивно-поведінкові засоби психологічного впливу, а також взаємодія сім'ї та психологічної служби закладу освіти.

Отримані теоретичні результати стали підґрунтям для організації емпіричного дослідження психологічних особливостей прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану

## **РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

### **2.1. Організація та методи емпіричного дослідження**

З метою вивчення психологічних особливостей прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану було організовано та проведено емпіричне дослідження.

Дослідження здійснювалося на базі Ізмаїльського ліцею № 1 з гімназією з поглибленим вивченням англійської мови Ізмаїльського району Одеської області. У дослідженні взяли участь 30 підлітків віком 14–16 років, серед яких 15 хлопців та 15 дівчат.

Відповідно до мети та завдань дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик для дослідження рівня агресивності, форм її прояву та особливостей поведінкового реагування підлітків в умовах воєнного стану.

З метою досягнення поставленої мети було використано наступні методики, зокрема, Методику вивчення схильності особистості до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі (адаптація А. К. Осницького), тест оцінки агресивності особистості А. Ассінгера та методику «Діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки» К. Томаса (адаптація Н. Гришиної) [44].

З метою дослідження особливостей прояву агресивності у підлітків було використано Методику діагностики показників і форм агресії А. Басса – А. Даркі [44, с. 14]. Методика призначена для виявлення агресивних і ворожих реакцій особистості. Опитувальник складається із 75 тверджень, а обробка результатів здійснюється за вісьмома шкалами: фізична агресія, непряма агресія, роздратування, негативізм, образа, підозрілість, вербальна агресія та почуття провини. Методика дозволяє визначити структуру

агресивних проявів особистості, домінуючі форми агресивного реагування, а також індекс агресивності та індекс ворожості.

Для дослідження загального рівня агресивності підлітків було використано Тест оцінки агресивності особистості А. Ассінгера [44, С. 14]. Методика спрямована на визначення ступеня вираженості агресивності як відносно стійкої особистісної характеристики та дозволяє оцінити особливості поведінки людини у різних життєвих ситуаціях.

Опитувальник складається з 20 запитань, до кожного з яких пропонується три варіанти відповідей. Обробка результатів здійснюється шляхом підрахунку сумарної кількості балів, отриманих за всіма відповідями респондента.

Інтерпретація результатів передбачає визначення низького, середнього та високого рівнів агресивності. Низький рівень агресивності характеризується схильністю до поступливості та уникнення конфліктних ситуацій, середній відображає помірну вираженість агресивних тенденцій і здатність до конструктивного відстоювання власної позиції, тоді як високий свідчить про схильність до агресивних форм поведінки та конфліктної взаємодії.

Для дослідження особливостей поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях було використано Методику діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н. Гришиної) [44, с. 32]. Методика спрямована на дослідження індивідуальних особливостей поведінки особистості в ситуації конфлікту та дозволяє визначити ступінь вираженості різних способів реагування.

Опитувальник дає можливість дослідити п'ять стилів поведінки у конфліктній ситуації: суперництво, співробітництво, компроміс, уникнення та пристосування. Суперництво характеризується прагненням досягти власної мети незалежно від інтересів інших. Співробітництво передбачає пошук рішення, яке задовольняє обидві сторони конфлікту. Компроміс ґрунтується на взаємних поступках учасників взаємодії. Уникнення

характеризується ухиленням від розв'язання конфліктної ситуації. Пристосування передбачає орієнтацію на інтереси іншої сторони за рахунок власних інтересів.

Методика дозволяє визначити особливості поведінкового реагування підлітків у конфліктних ситуаціях та встановити найбільш виражені стилі їхньої конфліктної поведінки.

Аналіз результатів емпіричного дослідження представлено у наступному параграфі.

## **2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження агресивності у підлітків в умовах воєнного стану**

З метою дослідження особливостей прояву агресивності у підлітків було проведено аналіз результатів, отриманих за Методикою діагностики показників і форм агресії А. Басса – А. Даркі. Методика дозволяє визначити рівень вираженості окремих форм агресивних і ворожих реакцій особистості. Результати дослідження подано в таблиці 2.1.

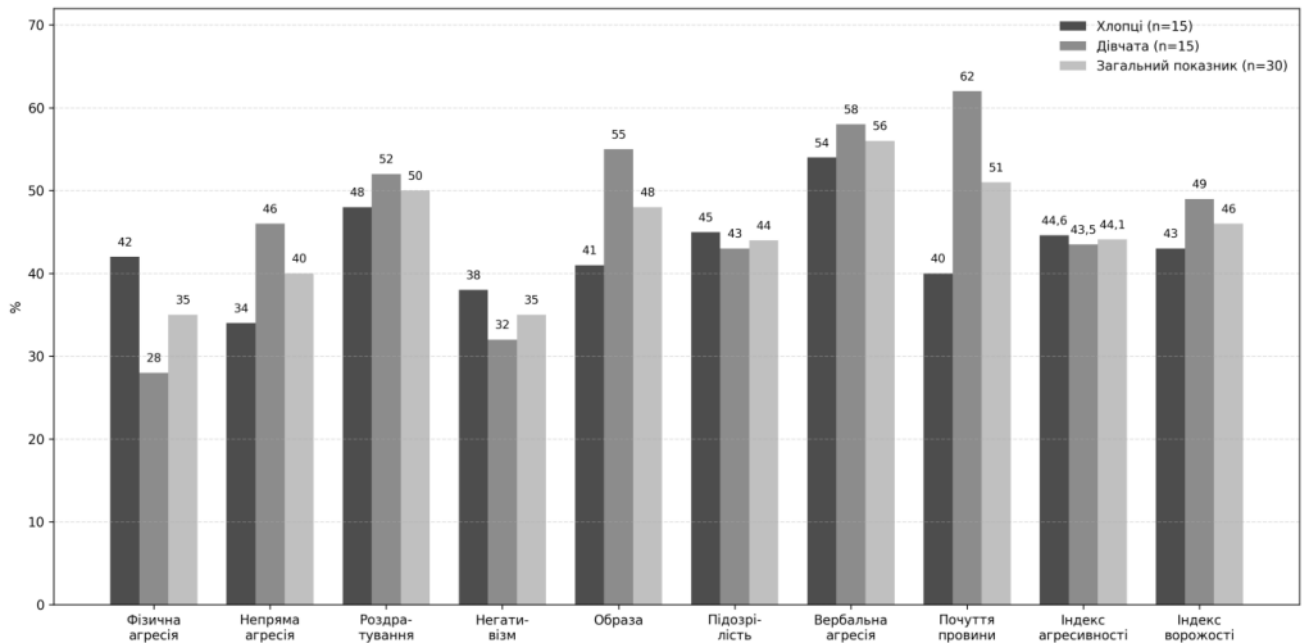
**Таблиця 2.1**

### **Показники форм агресивних та ворожих реакцій за методикою А.**

#### **Басса та А. Даркі, %**

<b>Форми агресивних реакцій</b>	<b>Хлопці (n=15), %</b>	<b>Дівчата (n=15), %</b>	<b>Загальний показник (n=30), %</b>
Фізична агресія	42	28	35
Непряма агресія	34	46	40
Роздратування	48	52	50
Негативізм	38	32	35
Образа	41	55	48
Підозрілість	45	43	44
Вербальна агресія	54	58	56
Почуття провини	40	62	51
Індекс агресивності	44,6	43,5	44,1
Індекс ворожості	43,0	49,0	46,0

Дані таблиці 2.1 представлено на рис. 2.1.



**Рис. 2.1. Показники форм агресивних та ворожих реакцій за методикою А. Басса та А. Даркі, %**

Аналіз результатів, представлених у таблиці 2.1 та на рисунку 2.1, засвідчив неоднакову вираженість окремих форм агресивних і ворожих реакцій у підлітків. Найвищі показники отримано за шкалами вербальної агресії (56%), почуття провини (51%), роздратування (50%) та образи (48%). Найнижчі значення встановлено за шкалами фізичної агресії (35%) і негативізму (35%).

Домінування вербальної агресії свідчить про те, що агресивні реакції досліджуваних переважно реалізуються через словесне вираження негативних емоцій, незгоди та невдоволення. Такий результат свідчить про переважання вербальних способів вираження негативних емоцій над відкритими фізичними проявами агресії.

Показник почуття провини (51%) характеризує схильність досліджуваних підлітків до внутрішніх переживань, самозвинувачення та критичного оцінювання власних дій. Поєднання високих показників вербальної агресії та почуття провини відображає суперечливість емоційного реагування, за якої зовнішні прояви негативних емоцій поєднуються з внутрішнім психологічним напруженням.

Високі значення за шкалами роздратування (50%) та образи (48%) свідчать про схильність досліджуваних до інтенсивного переживання негативних емоцій та накопичення емоційного напруження. Отримані результати вказують на схильність досліджуваних підлітків до переживання негативних емоційних станів, що супроводжуються накопиченням емоційної напруги та формуванням ворожих реакцій.

Показник фізичної агресії (35%) є одним із найнижчих серед досліджуваних форм агресивних реакцій. Це свідчить про те, що агресивність підлітків досліджуваної групи переважно проявляється на емоційному та вербальному рівнях, тоді як відкриті форми фізичної агресії виражені меншою мірою.

Отже, отримані результати за Методикою вивчення схильності особистості до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі дозволили визначити особливості прояву окремих форм агресивних і ворожих реакцій у досліджуваних підлітків.

З метою визначення загального рівня агресивності досліджуваних було проаналізовано результати, отримані за Тестом оцінки агресивності особистості А. Ассінгера.

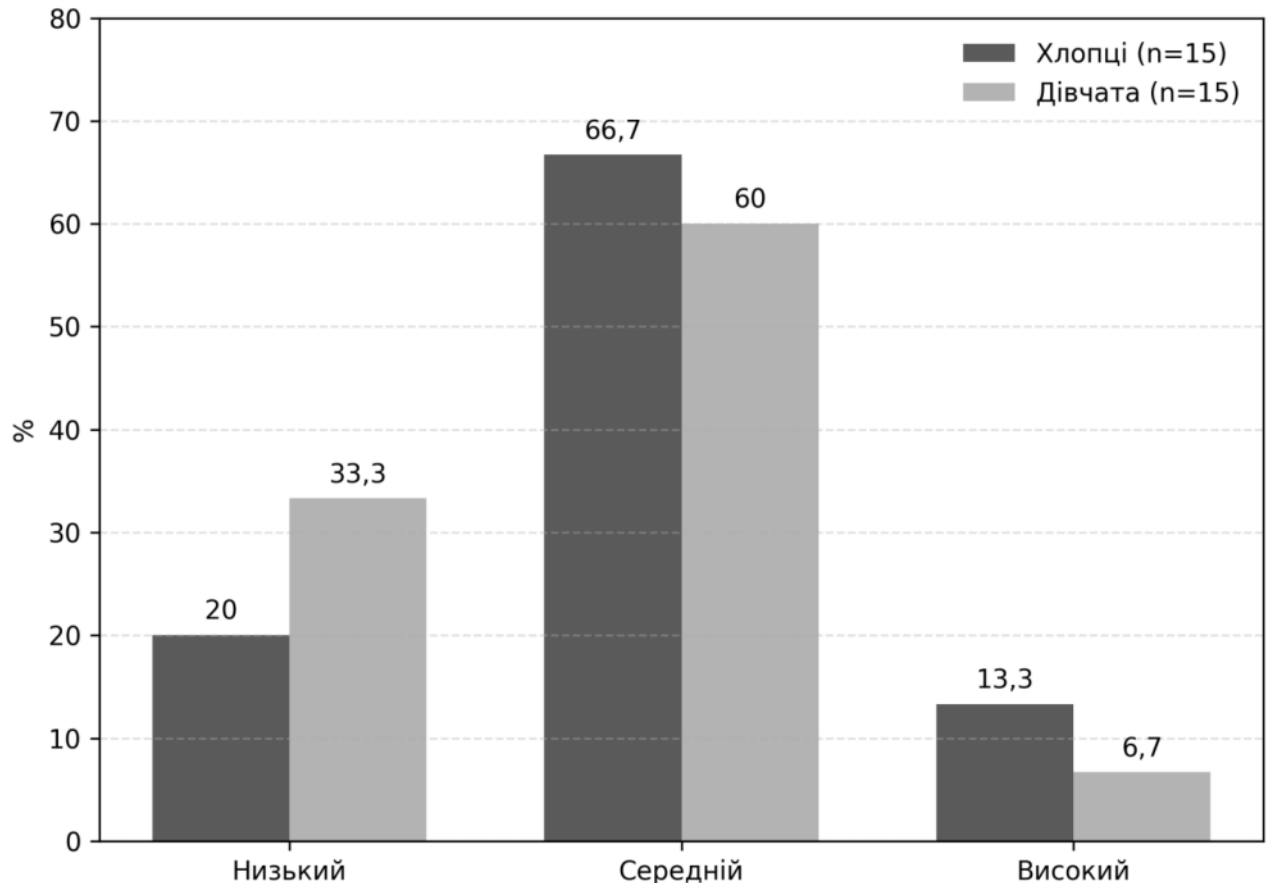
Результати дослідження подано в таблиці 2.2.

**Таблиця 2.2**

**Розподіл рівней агресивності за тестом оцінки агресивності особистості А. Ассінгера**

Рівень агресивності	Хлопці (n=15), %	Дівчата (n=15), %
Низький	20,0	33,3
Середній	66,7	60,0
Високий	13,3	6,7

Дані таблиці 2.2 представлено у вигляді діаграми (рис. 2.2).



**Рис. 2.2. Рівні агресивності за тестом оцінки агресивності особистості А. Ассінгера, %**

Аналіз результатів за Тестом оцінки агресивності особистості А. Ассінгера показав, що для більшості досліджуваних підлітків характерний середній рівень агресивності. Такий рівень встановлено у 66,7% хлопців та 60,0% дівчат. Отримані результати свідчать про те, що агресивні реакції переважної частини досліджуваних не мають вираженого деструктивного характеру та проявляються в межах нормативних поведінкових реакцій.

Низький рівень агресивності виявлено у 20,0% хлопців та 33,3% дівчат. Отримані дані свідчать про те, що частина досліджуваних характеризується стриманістю у прояві агресивних реакцій та прагненням уникати відкритих конфліктів.

Високий рівень агресивності встановлено у 13,3% хлопців та 6,7% дівчат. Такі показники засвідчують схильність окремих досліджуваних до

агресивних форм реагування та підвищеної конфліктності у міжособистісній взаємодії.

Порівняльний аналіз результатів показав, що високий рівень агресивності частіше спостерігається серед хлопців, тоді як серед дівчат частіше спостерігається низький рівень агресивності. Водночас переважання середнього рівня агресивності в обох групах свідчить про відсутність суттєвих відмінностей між досліджуваними за загальним рівнем агресивності.

Отримані результати за Тестом оцінки агресивності особистості А. Ассінгера доповнюють дані, отримані за Методикою вивчення схильності особистості до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі, та свідчать про переважання середнього рівня агресивності серед досліджуваних підлітків.

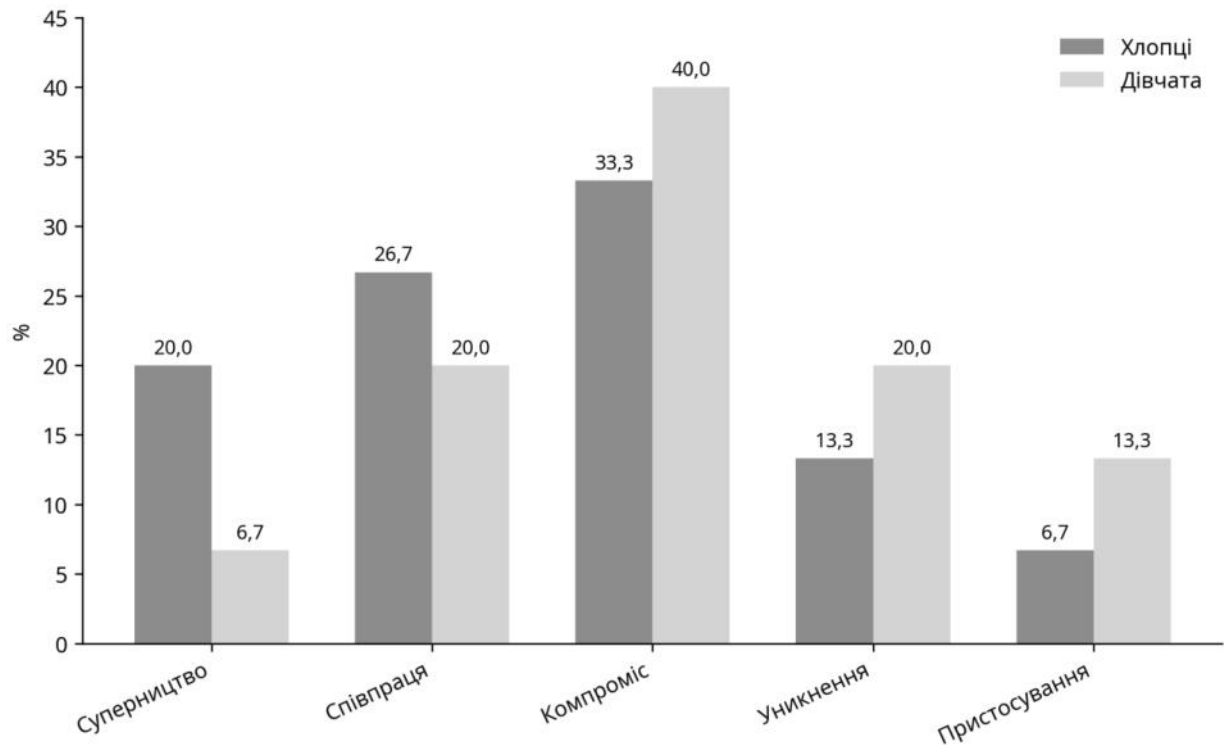
З метою дослідження особливостей поведінки досліджуваних підлітків у конфліктних ситуаціях було використано Методику діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н.В. Грішиної). Результати дослідження подано в таблиці 2.3.

**Таблиця 2.3.**

**Розподіл стратегій за методикою діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки К. Томаса**

Стратегії поведінки	Хлопці (n=15), %	Дівчата (n=15), %	Загальний показник (n=30), %
Суперництво	20,0	6,7	13,3
Співпраця	26,7	20,0	23,4
Компроміс	33,3	40,0	36,7
Уникнення	13,3	20,0	16,6
Пристосування	6,7	13,3	10,0

Дані таблиці 2.3 представлено у вигляді діаграми (рис. 2.3).



**Рис. 2.3. Розподіл стратегій поведінки досліджуваних за методикою діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса**

Аналіз отриманих результатів за Методикою діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н.В. Грішиної) показав, що серед досліджуваних підлітків переважає стратегія компромісу: загальний показник становить 36,7%, серед хлопців - 33,3%, серед дівчат - 40,0%. Отримані результати свідчать, що у конфліктних ситуаціях більшість досліджуваних орієнтується на досягнення взаємоприйняттого рішення шляхом узгодження інтересів сторін та взаємних поступок.

Одним із найбільш поширених способів реагування на конфліктні ситуації є співпраця: загальний показник становить 23,4%, серед хлопців - 26,7%, серед дівчат - 20,0%. Такий результат характеризує прагнення частини досліджуваних до розв'язання суперечностей через обговорення проблемної ситуації та пошук спільного рішення. Сукупність показників компромісу та співпраці свідчить про переважання серед досліджуваних конструктивних

стратегій поведінки.

Стратегію уникнення виявлено у 16,6% досліджуваних підлітків. Серед хлопців цей показник становить 13,3%, серед дівчат - 20,0%. Отримані результати свідчать про схильність частини досліджуваних дистанціюватися від конфліктних ситуацій та уникати безпосереднього розв'язання суперечностей. Водночас показник уникнення є нижчим порівняно з показниками компромісу та співпраці.

Показник суперництва становить 13,3% у загальній вибірці. Серед хлопців він дорівнює 20,0%, серед дівчат - 6,7%. Отримані результати свідчать, що орієнтація на досягнення власної мети без урахування інтересів іншої сторони не є характерною для більшості досліджуваних. Водночас серед хлопців суперництво виявляється частіше, ніж серед дівчат.

Найнижчий загальний показник встановлено за стратегією пристосування - 10,0%. Серед хлопців він становить 6,7%, серед дівчат - 13,3%. Це свідчить про те, що досліджувані відносно рідко відмовляються від власної позиції та підпорядковують власні інтереси інтересам інших учасників взаємодії.

Порівняння отриманих результатів хлопців і дівчат показало, що провідною стратегією поведінки в обох групах є компроміс. Серед хлопців вищими є показники співпраці та суперництва, тоді як серед дівчат - компромісу, уникнення та пристосування.

Таким чином, результати емпіричного дослідження агресивності підлітків в умовах воєнного стану засвідчили, що найбільш вираженими формами агресивних і ворожих реакцій є вербальна агресія, почуття провини, роздратування та образа, тоді як фізична агресія характеризується нижчими показниками. Встановлено, що для більшості досліджуваних характерний середній рівень агресивності, який виявлено у 66,7% хлопців та 60,0% дівчат.

Дослідження стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях показало переважання компромісу та співпраці як найбільш поширених способів реагування на суперечності. Водночас серед хлопців частіше спостерігається

суперництво, тоді як серед дівчат частіше спостерігаються уникнення та пристосування.

Отримані результати свідчать, що агресивність досліджуваних підлітків проявляється переважно у вербальних та емоційних реакціях і не супроводжується домінуванням відкрито конфронтаційних способів поведінки. Переважання компромісу та співпраці у структурі конфліктної взаємодії вказує на збереження здатності більшості досліджуваних до конструктивного розв'язання суперечностей.

### **2.3. Психологічні рекомендації щодо профілактики та зниження проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану**

Результати проведеного емпіричного дослідження дали змогу визначити психологічні особливості прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану. Встановлено переважання вербальної агресії, роздратування, образи та почуття провини, а також середній рівень агресивності у більшості досліджуваних. Отримані результати свідчать про необхідність психопрофілактичної роботи, спрямованої на розвиток навичок емоційної саморегуляції, конструктивного розв'язання конфліктів та зниження проявів агресивної поведінки.

Психологічна профілактика агресивності підлітків в умовах воєнного стану має комплексний характер та спрямована на розвиток навичок емоційної саморегуляції, формування конструктивних способів вираження негативних емоцій і розвиток навичок конструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях.

Першим напрямом профілактики та зниження проявів агресивності у підлітків є розвиток навичок емоційної саморегуляції. Актуальність цього напрямку підтверджується результатами проведеного дослідження, відповідно до яких у досліджуваних підлітків виявлено підвищені показники роздратування, образи та почуття провини. Науковці зазначають, що

здатність особистості усвідомлювати власні емоційні переживання, контролювати емоційні реакції та конструктивно виражати негативні емоції виступає важливою умовою профілактики агресивної поведінки [35; 36; 62].

У процесі психопрофілактичної роботи увага зосереджується на розвитку емоційної усвідомленості, формуванні навичок самоконтролю та зниженні психоемоційного напруження. Зміст психопрофілактичної діяльності включає навчання підлітків способів конструктивного подолання негативних переживань, регулювання емоційних реакцій та збереження психологічної рівноваги в умовах стресових впливів. Усвідомлення власних емоційних переживань і причин їх виникнення сприяє більш контрольованому реагуванню в складних життєвих ситуаціях та зменшує ймовірність агресивних поведінкових реакцій. Розвиток навичок емоційної саморегуляції сприяє підвищенню стресостійкості, зменшенню імпульсивності поведінки та попередженню агресивних проявів [30; 46; 59].

Розвитку навичок емоційної саморегуляції сприяє використання вправ, спрямованих на усвідомлення та регуляцію емоційних переживань. Для зниження психоемоційного напруження можуть застосовуватися тілесно-дихальні вправи, зокрема вправа «Дихаємо спокоєм на папір», яка поєднує дихальні техніки з творчим самовираженням та допомагає стабілізувати емоційний стан. Відновленню відчуття безпеки та контролю над власними емоційними реакціями сприяє вправа «Метелик», спрямована на зниження тривожності та внутрішнього напруження.

Усвідомленню та конструктивному відреагуванню негативних переживань у підлітковому віці сприяє вправа «Каракулі», яка дає можливість символічно виразити емоції гніву, страху, образи чи внутрішнього напруження через художню діяльність. Для роботи з переживаннями, що викликають емоційний дискомфорт, може використовуватися техніка «Чорний квадрат», яка допомагає усвідомити та символічно вивільнити негативні емоції. Стабілізації психоемоційного стану та пошуку внутрішніх ресурсів особистості сприяє також методика

«Колискова спокою», орієнтована на зниження тривожності та відновлення емоційної рівноваги. Застосування зазначених вправ сприяє усвідомленню власних емоційних переживань, розвитку навичок самоконтролю та більш конструктивному реагуванню на стресові ситуації, що знижує ймовірність агресивних поведінкових реакцій підлітків.

Наступним напрямом профілактики та зниження проявів агресивності є формування конструктивних способів вираження негативних емоцій та зниження вербальної агресії. Актуальність цього напрямку підтверджується результатами проведеного дослідження, відповідно до яких вербальна агресія характеризується найвищим показником серед досліджуваних форм агресивних реакцій. У наукових дослідженнях виявлено, що агресивні прояви часто виникають як реакція на внутрішнє напруження, фрустрацію та негативні емоційні переживання [7; 20; 62].

Психопрофілактична робота в цьому напрямі спрямовується на розвиток уміння відкрито висловлювати власні почуття та переживання без використання образливих висловлювань, погроз чи звинувачень. Зміст психопрофілактики включає формування в підлітків уміння висловлювати незадоволення, образу, роздратування чи гнів у соціально прийнятний спосіб, не завдаючи психологічної шкоди оточуючим. Розвиток уміння контролювати мовленнєві реакції, аргументовано висловлювати власну думку та конструктивно реагувати на суперечності сприяє зниженню вербальних проявів агресії та попередженню конфліктів у міжособистісному спілкуванні [27; 31; 57].

Формування конструктивних способів вираження негативних емоцій здійснюється під час виконання вправ, спрямованих на розвиток навичок вербалізації власних переживань, контролю мовленнєвих реакцій та пошуку прийнятних способів емоційного реагування.

Реалізація зазначених завдань може здійснюватися під час тренінгових занять, групових обговорень, рольових ігор та вправ, спрямованих на розвиток навичок конструктивного спілкування і вираження емоцій.

Профілактика вербальної агресії спрямована на формування в підлітків уміння усвідомлювати власні емоційні переживання, контролювати мовленнєві реакції та використовувати конструктивні способи вираження негативних емоцій. Підлітки не завжди можуть правильно визначити причини виникнення гніву, образи чи роздратування, що ускладнює контроль поведінкових реакцій. У зв'язку з цим зміст психопрофілактики включає формування вміння аналізувати власний емоційний стан, розуміти причини негативних переживань та обирати конструктивні способи їх вираження.

Одним із напрямів психопрофілактичної роботи є навчання підлітків конструктивних способів вираження негативних емоцій. У процесі групової та індивідуальної роботи увага може приділятися обговоренню ситуацій, які викликають гнів, образу чи розчарування, аналізу власних поведінкових реакцій та пошуку альтернативних способів реагування. Така робота сприяє зниженню емоційної напруги та попередженню агресивних проявів у міжособистісній взаємодії [27; 62].

Зниженню проявів агресивності сприяє аналіз ситуацій, у яких підліткам вдавалося розв'язувати суперечності без використання агресивних форм поведінки. Обговорення таких випадків дає можливість визначити умови, що сприяли збереженню самоконтролю та конструктивній взаємодії з оточенням. Усвідомлення власного досвіду успішного розв'язання конфліктів допомагає закріплювати способи поведінки, які забезпечують досягнення результату без агресивних реакцій.

Водночас важливим є обговорення ситуацій, у яких звичні способи реагування призводять до загострення конфлікту. Порівняння наслідків різних моделей поведінки сприяє усвідомленню неефективності агресивних реакцій та формуванню більш конструктивних способів взаємодії. Такий підхід дає можливість поступово замінювати агресивні форми реагування поведінковими стратегіями, які сприяють розв'язанню суперечностей і збереженню міжособистісних стосунків.

Окремим напрямом профілактики агресивності є формування

конструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях. Умови воєнного стану супроводжуються зростанням емоційного напруження, порушенням звичних соціальних зв'язків та виникненням додаткових труднощів міжособистісної взаємодії, що підвищує ймовірність конфліктних ситуацій та агресивних реакцій у підлітків.

Результати дослідження за методикою К. Томаса показали переважання серед досліджуваних підлітків стратегій компромісу та співпраці. Отримані дані свідчать, що значна частина досліджуваних підлітків у конфліктних ситуаціях орієнтується на пошук взаємоприйнятних рішень та врахування позиції іншої сторони. Зміст психопрофілактичної роботи включає закріплення стратегій співпраці та компромісу, розвиток навичок ведення діалогу й конструктивного розв'язання суперечностей, що сприяє зниженню проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану.

Формування конструктивної поведінки у конфлікті передбачає розвиток умінь вислуховувати співрозмовника, аргументовано висловлювати власну позицію, контролювати емоційні реакції та шукати взаємоприйнятні способи подолання суперечностей. Розвиток зазначених умінь сприяє зниженню конфліктності у спілкуванні та попередженню агресивних форм реагування.

Особливого значення набуває розвиток у підлітків умінь досягати взаємоприйнятних рішень у конфліктних ситуаціях. Орієнтація на компроміс передбачає готовність враховувати інтереси іншої сторони та відмовлятися від прагнення досягти власної мети будь-якою ціною. Формування таких навичок сприяє зниженню конфліктності у спілкуванні та попередженню агресивних способів розв'язання суперечностей.

Стратегія співпраці передбачає спільний пошук шляхів подолання конфлікту з урахуванням потреб усіх його учасників. У процесі психологічної взаємодії увага може зосереджуватися на аналізі конфліктних ситуацій, визначенні інтересів кожної сторони та пошуку варіантів рішень, які задовольняють учасників взаємодії. Такий підхід сприяє розвитку

відповідальності, взаємоповаги та здатності до конструктивного діалогу.

Формуванню конструктивної поведінки у конфлікті сприяє використання рольових ситуацій та моделювання типових суперечностей, які виникають у підлітковому середовищі. Обговорення різних способів реагування та їх можливих наслідків допомагає усвідомити переваги співпраці й компромісу порівняно з агресивними формами поведінки та сприяє закріпленню навичок мирного розв'язання конфліктів.

Розвиток психологічної стійкості є одним із напрямів профілактики агресивності підлітків в умовах воєнного стану. У наукових дослідженнях психологічна стійкість розглядається як особистісний ресурс, що забезпечує здатність зберігати емоційну рівновагу, контролювати поведінкові реакції та конструктивно долати складні життєві обставини. Формування психологічної стійкості передбачає:

- розвиток навичок емоційної саморегуляції та використання конструктивних способів подолання стресових ситуацій, що сприяє контролю емоційних реакцій і попередженню агресивної поведінки;
- підтримання позитивних соціальних контактів із родиною, друзями та однолітками, що забезпечує емоційну підтримку, знижує рівень психологічного напруження та сприяє формуванню конструктивних моделей взаємодії;
- залучення до творчої діяльності, арттерапії, музикотерапії та фізичної активності, які сприяють конструктивному вираженню емоцій, відновленню внутрішніх ресурсів особистості та зниженню агресивних проявів;
- розвиток навичок самостереження та аналізу власних емоційних реакцій, що допомагає своєчасно виявляти ситуації, які провокують агресивну поведінку, та використовувати більш адаптивні способи реагування.

Зазначені напрями сприяють підвищенню психологічної стійкості підлітків, розвитку навичок самоконтролю та формуванню конструктивних способів поведінки в умовах воєнного стану.

Результати проведеного дослідження дали підстави визначити основні напрями профілактики та зниження проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану. Зміст психопрофілактичної роботи охоплює, зокрема:

- розвиток навичок емоційної саморегуляції завдяки використанню вправ, спрямованих на усвідомлення власних емоційних переживань, зниження психоемоційного напруження та контроль поведінкових реакцій;

- формування конструктивних способів вираження негативних емоцій, що передбачає розвиток вміння відкрито висловлювати власні переживання без використання агресивних форм поведінки та мовленнєвих реакцій;

- розвиток навичок конструктивного спілкування та розв'язання конфліктів завдяки формуванню вміння вести діалог, враховувати позицію співрозмовника, досягати компромісу та використовувати співпрацю як провідну стратегію взаємодії;

- зміцнення психологічної стійкості шляхом розвитку навичок подолання стресових ситуацій, усвідомлення власних ресурсів, підтримання позитивних соціальних контактів та використання адаптивних способів реагування на стресогенні впливи воєнного часу.

З метою узагальнення запропонованих психологічних рекомендацій щодо профілактики та зниження проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану розроблено таблицю, у якій представлено основні напрями психопрофілактичної роботи, форми та методи їх реалізації, а також очікувані результати.

Таблиця 2.4

**Напрями, зміст та форми психопрофілактичної роботи щодо  
зниження проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану**

<b>Напрямок психопрофілактичної роботи</b>	<b>Зміст психопрофілактичної роботи</b>	<b>Форми та методи роботи</b>
Розвиток навичок емоційної саморегуляції	Формування навичок контролю емоційних реакцій та зниження психоемоційного напруження	Щоденник емоцій, Дихання, Поступове розслаблення, релаксаційні техніки
Формування навичок конструктивного вираження негативних емоцій	Навчання безпечним способам вираження гніву, образи та роздратування	Сердитий журнал, Лист протесту, вправи на вербалізацію емоцій
Розвиток навичок конструктивного спілкування	Зниження проявів вербальної агресії та формування культури спілкування	Групові дискусії, аналіз ситуацій, рольові вправи
Формування конструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях	Розвиток навичок співпраці, компромісу та мирного розв'язання суперечностей	Рольові ігри, моделювання конфліктних ситуацій, аналіз способів реагування
Розвиток психологічної стійкості в умовах воєнного стану	Підвищення здатності протистояти стресогенним чинникам та збереження емоційної рівноваги	Арттерапія, музикотерапія, фізична активність, ресурсні вправи

Таким чином, результати проведеного дослідження стали підґрунтям для визначення основних напрямів психопрофілактичної роботи щодо профілактики та зниження проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану. Зміст психопрофілактичної роботи охоплює розвиток навичок емоційної саморегуляції, зниження проявів вербальної агресії, формування конструктивних способів вираження негативних емоцій та розвиток навичок конструктивного спілкування. Окремий напрямок психопрофілактичної роботи становить формування конструктивної

поведінки у конфліктних ситуаціях, що охоплює розвиток умінь співпраці, компромісу та мирного розв'язання суперечностей. Психопрофілактична робота також спрямована на розвиток психологічної стійкості, усвідомлення власних емоційних реакцій та використання адаптивних способів подолання стресових впливів воєнного часу. умінь співпраці, компромісу та мирного розв'язання суперечностей. Рекомендації також спрямовані на розвиток психологічної стійкості, усвідомлення власних емоційних реакцій та використання адаптивних способів подолання стресових впливів воєнного часу.

## ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

У другому розділі представлено результати емпіричного дослідження психологічних особливостей прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану. З метою реалізації завдань дослідження використано методику вивчення схильності особистості до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі, методику оцінки агресивності в міжособистісних стосунках А. Ассінгера та методику визначення стилів поведінки в конфліктних ситуаціях К. Томаса.

За результатами методики вивчення схильності особистості до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі встановлено переважання середнього рівня агресивності у більшості досліджуваних підлітків. Найвищі показники виявлено за шкалами вербальної агресії, роздратування, образи та почуття провини, що свідчить про вираженість негативних емоційних переживань та труднощі їх конструктивного відреагування в умовах воєнного стану.

Результати методики оцінки агресивності в міжособистісних стосунках А. Ассінгера засвідчили переважання середнього рівня агресивності, що характеризує більшість підлітків як достатньо врівноважених у спілкуванні, проте схильних до агресивних реакцій в емоційно напружених ситуаціях.

За результатами методики визначення стилів поведінки в конфліктних ситуаціях К. Томаса встановлено переважання стратегій компромісу та співпраці, що свідчить про готовність значної частини досліджуваних до пошуку взаємоприйнятних рішень та врахування інтересів інших учасників взаємодії.

На основі результатів емпіричного дослідження встановлено, що прояви агресивності у підлітків в умовах воєнного стану характеризуються підвищеною емоційною напруженістю, схильністю до вербальних форм агресивного реагування та орієнтацією на конструктивні способи розв'язання конфліктних ситуацій. Отримані результати стали підґрунтям для визначення

напрямів психопрофілактичної роботи, спрямованої на розвиток емоційної саморегуляції, конструктивної поведінки у конфлікті та психологічної стійкості підлітків.

## ВИСНОВКИ

На основі теоретичного аналізу наукових джерел встановлено, що агресивність розглядається як складне психологічне утворення, яке виявляється у схильності особистості до агресивних форм реагування та охоплює емоційний, когнітивний, мотиваційний і поведінковий компоненти. Узагальнення психоаналітичного, етологічного, фрустраційного, гуманістичного, соціально-когнітивного та когнітивного підходів засвідчило відсутність єдиного погляду на природу агресивності, що зумовлено багатофакторністю її формування.

Встановлено, що агресивність визначається взаємодією біологічних, соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників, а особливості її прояву залежать від умов соціального середовища, життєвого досвіду особистості та способів реагування на фрустраційні й стресові обставини.

Теоретичний аналіз наукових джерел засвідчив, що підлітковий вік є сенситивним періодом розвитку особистості, який характеризується інтенсивними змінами самосвідомості, емоційної сфери, системи цінностей та міжособистісних відносин. З'ясовано, що в умовах воєнного стану прояви агресивності підлітків зумовлюються поєднанням вікових особливостей розвитку та впливом несприятливих умов воєнного часу. До чинників, які підвищують імовірність агресивних форм реагування, віднесено хронічне психоемоційне напруження, переживання небезпеки, підвищену тривожність, труднощі емоційної саморегуляції та соціально-психологічної адаптації. Встановлено, що вплив зазначених чинників супроводжується посиленням конфліктності, емоційної нестійкості та агресивних проявів у підлітковому віці.

Узагальнення сучасних наукових підходів дало підстави стверджувати, що профілактика агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану потребує комплексного психологічного впливу, спрямованого на зниження

емоційного напруження, розвиток навичок емоційної саморегуляції та формування конструктивних способів реагування у конфліктних ситуаціях. З'ясовано, що важливими напрямками профілактичної роботи виступають розвиток здатності до усвідомлення й контролю власних емоційних переживань, удосконалення навичок конструктивного спілкування, зміцнення психологічної стійкості та залучення ресурсів сімейного оточення. Встановлено, що застосування арттерапевтичних, когнітивно-поведінкових і психопросвітницьких засобів сприяє попередженню агресивних проявів та формуванню конструктивних способів поведінки у підлітковому віці.

Емпіричне дослідження психологічних особливостей прояву агресивності у підлітків в умовах воєнного стану здійснено за допомогою Методики вивчення схильності особистості до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі (адаптація А.К. Осницького), тесту оцінки агресивності особистості А. Ассінгера та методики діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н. В. Гришиної).

За результатами методики вивчення схильності особистості до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі виявлено переважання показників вербальної агресії (56 %), почуття провини (51 %), роздратування (50 %) та образи (48 %). Результати тесту оцінки агресивності особистості А. Ассінгера показали переважання середнього рівня агресивності у більшості досліджуваних підлітків. Застосування Методики діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки К. Томаса виявило переважання стратегій компромісу (36,7 %) та співпраці (23,4 %), що характеризує досліджуваних як схильних до пошуку взаємоприйнятних рішень і врахування інтересів інших учасників взаємодії.

Отримані результати засвідчили, що агресивність досліджуваних підлітків характеризується домінуванням вербальних та емоційних форм реагування, тоді як у конфліктних ситуаціях більшість із них обирає конструктивні способи взаємодії.

На основі результатів теоретичного та емпіричного дослідження

розроблено психологічні рекомендації щодо профілактики та зниження проявів агресивності у підлітків в умовах воєнного стану. Основними напрямками профілактичної роботи визначено зниження психоемоційного напруження, розвиток навичок емоційної саморегуляції, формування конструктивних способів вираження негативних емоцій, розвиток навичок конструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях та зміцнення психологічної стійкості підлітків.

Запропоновані рекомендації можуть бути використані у практичній діяльності психологічних служб закладів освіти з метою попередження агресивних проявів та підтримки психологічного благополуччя підлітків.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абсалямова Л. Тривожність особистості в умовах війни: теоретичний аналіз. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. 2025. № 72. С. 8–21.
2. Авраменко М. Підлітки та їхнє життя під час війни: настрої, цінності, майбутнє. 2023. <https://dobrodiy.club/wp-content/uploads/2023/03/doslidzhennya-pidlitky-ta-yihnye-zhyttya-pid-chas-vijny-nastroyi-czinnosti-majbutnye.pdf> (дата звернення: 09.03.2026).
3. Андреевкова В. Л. та ін. Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу : навч.-метод. посіб. Київ, 2023. 149 с.
4. Анісімов В. В. Характеристика змісту агресивної поведінки дітей підліткового віку. Науковий пошук молодих дослідників. 2020. № 6. С. 6–15.
5. Астремська І., Фомін А. Теоретичний розгляд тривожних станів в осіб, які постраждали внаслідок військового конфлікту в Україні. Психологічні студії. 2023. № 4. С. 5–10.
6. Атаманчук Н. Подолання страхів у дітей, які спричинені війною: ресурс арттехнік. Modern Engineering and Innovative Technologies. 2023. Вип. 3 (27–03). С. 77–82.
7. Барановська М. В., Гуріна З. В. Психологічні чинники впливу агресії у підлітків. Перспективи розвитку сучасної психології. 2021. № 9. С. 13–18.
8. Бедан В. Б. Біологічні та психологічні чинники формування агресивної поведінки. Перспективи та інновації науки. Серія «Психологія». 2022. № 1 (6). С. 403–416.
9. Березка С. В. Причини та види агресивної поведінки особистості. Психологічні науки. 2017. № 9. С. 85–93.
10. Бондаренко О. І. Роль батьків у корекції дитячої тривожності: психологічний практикум. Київ : Слово, 2021. 180 с.
11. Борисюк О. М. Дослідження особливостей агресивної поведінки студентів в умовах війни. Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєнної реабілітації. Львів, 2023. С. 46–51.

12. Брецько І. І., Буртин М. І., Бучмей І. І. Вплив стосунків у сім'ї на агресивність у дітей. Становлення особистості професіонала у постковідному просторі. Мукачєво, 2022. С. 26–28.
13. Бугайова Н. М. Особливості трансформації агресивних проявів особистості підлітка в умовах тривалого соціального стресу та воєнного стану. Вісник Національного університету оборони України. Серія: Психологічні науки. 2022. Вип. 4 (68). С. 23–31.
14. Васильєва О. А. Детермінанти шкільної агресивності молодших школярів. European scientific discussions : матеріали 4-ї Міжнародної науково-практичної конференції (26–28 лютого 2021 р., Рим, Італія). Rome : Potere della ragione Editore, 2021. С. 64–72.
15. Васильєва О. А., Владиченко К. Особливості психологічної профілактики шкільного насильства в початкових класах. Fundamental and applied research in the modern world: матеріали 2-ї Міжнародної науково-практичної конференції (23–25 вересня 2020 р., Бостон, США). Boston : VoScience Publisher, 2020. С. 220–229.
16. Васильєва О. А. Роль соціально-психологічної служби в подоланні неуспішності молодших школярів. Advances of science: proceedings of the International scientific conference (5 квітня 2019 р., Карлові Вари, Чехія – Київ, Україна). Karlovy Vary : Skleněný Můstek ; Kyiv : MCNIP, 2019. С. 59–68.
17. Воловодівська Ж. О. та ін. Практичний poradnik «Методи корекції афективних станів дітей». Вінниця, 2020. 40 с.
18. Володарська Н. Д. Особливості захисних механізмів особистості в психотерапії травми. Перспективи та інновації науки. 2023. № 4 (22). С. 371–384.
19. Володарська Н. Д., Когут О. О. Прояви агресії як психологічний захист особистості в кризових ситуаціях. Fundamental and Applied Researches in Practice of Leading Scientific Schools. 2017. № 1 (19). С. 9–20.
20. Ворона С. В. Феномен агресивної поведінки в підлітковому віці : посібник. Харків, 2019. 296 с.

21. Галян І. М., Нестерук С. Т. Юнацька агресивність в невизначеному сьогоденні. Вісник Національного університету оборони України. 2023. Вип. 76 (6). С. 19–28.
22. Герасимчук О. М., Лисянська Т. М. Фрустраційний підхід у психології агресії. Психологічні пошуки. Київ, 2023. С. 36–45.
23. Гончарова Т., Олійник В. Агресія як системна властивість серед підлітків. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2025. Т. 36 (75), № 6. С. 89–95.
24. Гребінь Н. В., Федчун М. Ю. Особливості агресивної поведінки підлітків із підвищеним рівнем переживання страхів. Психологія особистості. 2020. С. 119–124.
25. Дика Л. Л., Голярдик Н. А. Чинники формування та особливості прояву агресивної поведінки підлітків. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні та психологічні науки. 2024. № 2 (33). С. 112–124.
26. Євдокимова Н., Злишков В., Ліпінська С., Лукомська С. О. Діти і війна : монографія. Київ ; Ніжин : Видавець ПП Лисенко М. М., 2023. 272 с.
27. Журавель Т. В. та ін. Профілактика деструктивної поведінки підлітків : навч.-метод. посіб. Київ, 2022. 144 с.
28. Заїка В. М. Психологічні особливості прояву агресивних тенденцій у підлітковому віці. Габітус. 2022. Вип. 36. С. 82–86.
29. Зошій І. В. Дослідження агресивності особистості: психолого-педагогічний аналіз. Теорія і практика управління в умовах суспільних викликів і трансформацій. Львів, 2019. С. 18–21.
30. Іваненко Л. С., Петренко М. О. Когнітивно-поведінкові техніки для дітей та підлітків : методичний посібник. Дніпро : Логос, 2022. 150 с.
31. Іщенко Д. І. Агресивність сучасної молоді: причини, шляхи профілактики. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. 2020. Вип. 10. С. 55–62.

32. Кісарчук З. Г., Омельченко Я. М., Лазос Г. П. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія / за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : Видавничий дім «Слово», 2020. 178 с.
33. Костенко Я. І., Мирошник О. Г. Основні наукові підходи до розуміння агресивності у юнацькому віці. Світ наукових досліджень. Тернопіль, 2023. Вип. 23. С. 124–126.
34. Кременчуцька М. К., Жиліч Н. Р. Агресивність у системі особистісних чинників вибору механізмів психологічного захисту під час воєнних подій. Науковий вісник Херсонського державного університету. 2023. № 3. С. 13–19.
35. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції : навчальний посібник. 2-ге вид., перероб. і доповн. Суми : Університетська книга, 2020. 304 с.
36. Лящ О. П. Концептуальна модель психологічної профілактики агресивних проявів. Психолого-педагогічні аспекти розвитку і формування особистості людей з особливими потребами. 2020. № 4. С. 252–257.
37. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. 3-тє вид., перероб. і доповн. Київ : Центр учбової літератури, 2021. 272 с.
38. Максименко С. Д., Руденко Я. В., Кушнерьова А. М., Невмержицький В. М. Психологічне здоров'я особистості : навчальний посібник. Київ : Видавництво Людмила, 2021. 438 с.
39. Максименко С. Д., Кузікова С. Б., Зливков В. Л. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика. Суми, 2017. 540 с.
40. Марценковська І. І. Патерни агресивної поведінки у дітей і підлітків: сучасні дефініції та діагностичні категорії. НейроNEWS. 2022. № 1. С. 36–38.
41. Меленчук Н. І., Прокопенко К. О. Психологічний захист осіб із різним рівнем агресивності. Науковий вісник Херсонського державного університету. 2021. № 1. С. 25–31.

42. Мельничук М. М. Статеві відмінності агресивної поведінки дітей підліткового віку. Молодий вчений. 2021. № 4 (92). С. 87–93.
43. Мельничук М. М. Гендерні відмінності агресивної поведінки дітей підліткового віку. Габітус. 2024. № 66. С. 71–75.
44. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників: Збірник практичних матеріалів. Київ, 2020. 132с.
45. Мойсеєва О. Є. Психологічний аналіз проблеми агресії. Проблеми сучасної психології. 2019. Вип. 7. С. 443–454.
46. Нагорняк А., Васильєва О. А. Життєстійкість як ресурс подолання стресу в підлітковому віці. Наукові перспективи. 2025. № 10 (64). С. 1552–1565.
47. Найдьонова Л. А., Баришполец О. Т., Найдьонов О. В. Кібербулінг та онлайн-агресія в підлітковому середовищі : методичні рекомендації для системи освіти. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ : Міленіум, 2020. 84 с.
48. Наугольник Л. Б. Психологія стресу : підручник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
49. Омельченко Я. М. Технологія розвитку життєстійкості дітей військовослужбовців, що мають прояви ПТСР, засобом відновлення сприятливого психоемоційного контакту у родині. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія / за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : Видавничий дім «Слово», 2020. С. 87–114.
50. Парфанович С., Калаур С. Діагностика агресивної поведінки підлітків. Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка. 2023. № 1. С. 76–83.
51. Пасько К. М., Малайчук Т. В. Проблема підліткової кризи. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя : матеріали V наук.-практ. конф. Суми, 2019. С. 218–221.

52. Петренко Т. О., Острівна О. В. Психологічна допомога підліткам в конструктивному подоланні кризових ситуацій. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя : матеріали V наук.-практ. конф. Суми, 2019. С. 335–338.
53. Підчасов Є. В., Чепелева Н. І. Стресові стани дитини під час війни. 2022. <https://dspace.univd.edu.ua/server/api/core/bitstreams/2ce9c6d0-0971-4adb-a02d-f5ff75d85a56/content> (дата звернення: 09.03.2026).
54. Попелюшко Р., Бабич А. Теоретичний аналіз впливу життєвих обставин на прояви агресивної поведінки. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2023. Вип. 21 (66). С. 61–69.
55. Прихожан А. М. Тривожність у дітей та підлітків: психологічна природа та вікова динаміка. Київ, 2016. 304 с.
56. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. / уклад. О. Ю. Овчаренко. Київ : Університет «Україна», 2023. 266 с.
57. Резнікова О. А., Солодка О. В. Психологічні особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях. Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 2. С. 168–177.
58. Роман К. Д. Механізми формування стресостійкості особистості. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. Київ, 2004. Т. 6. Вип. 7. С. 155–162.
59. Розов В. І. Адаптивні антистресові психотехнології. Київ : Кондор, 2018. 278 с.
60. Савельєва І. В. Проблема визначення питання специфічності взаємозв'язку агресії та імпульсивності. Габітус. 2020. № 18, т. 2. С. 99–104.
61. Савінова Н., Стельмах Н., Берегова М., Іванова Т. Агресія підлітків як психолого-педагогічна проблема. Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету. 2020. Вип. 3. С. 133–141. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpumdpu\\_2020\\_3\\_17](http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpumdpu_2020_3_17) (дата звернення: 01.03.2026).

62. Сподобаєва А. Д. Агресивність у підлітковому віці: причини, профілактика. Інсайт: психологічні виміри суспільства. Херсон, 2019. Вип. 1 (16). С. 264–266.
63. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монографія. Вінниця : КВНЗ «ВАНУ», 2018. 200 с.
64. Уханова А. І. Агресивна поведінка в контексті психічного здоров'я старших школярів. Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. 2017. Т. 22. Вип. 1 (43). С. 97–107.
65. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Київ, 2021. 500 с.
66. Шкурко І. М. Деструктивна поведінка підлітків: психологічні та педагогічні аспекти. Психологія і педагогіка. 2020. Вип. 3. С. 112–118.
67. Шугай Т. Й. Агресія й агресивність. Розмежовуємо поняття. Соціальний педагог. 2019. № 11. С. 4–13.
68. Яковенко С. В. Соціально-психологічні чинники агресивної поведінки підлітків. Проблеми сучасної психології. 2020. Вип. 49. С. 284–297.
69. Яцина О. Ф. Вплив війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків. Наукові перспективи. 2022. № 5. С. 554–567.
70. Bandura A. Aggression: A Social Learning Analysis. Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall, 1973. 390 p.
71. Berkowitz L. Aggression: Its Causes, Consequences, and Control. New York : McGraw-Hill, 1993. 482 p.
72. Buss A. H. The Psychology of Aggression. New York : Wiley, 1961. 307 p.
73. Buss A. H., Durkee A. An Inventory for Assessing Different Kinds of Hostility. Journal of Consulting Psychology. 1957. Vol. 21 (4). P. 343–349.
74. Dollard J., Doob L. W., Miller N. E., Mowrer O. H., Sears R. R. Frustration and Aggression. New Haven : Yale University Press, 1939. 209 p.
75. Frankl V. E. Man's Search for Meaning. Boston : Beacon Press, 2006. 184 p.
76. Lorenz K. On Aggression. London : Routledge, 2002. 306 p.

77. Rogers C. R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston : Houghton Mifflin, 1961. 420 p.
78. Zillmann D. *Hostility and Aggression*. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum Associates, 1979. 361 p.