

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
Кафедра Психології та педагогіки

**ВПЛИВ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ НА РОЗВИТОК АГРЕСІЇ У
ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

Кваліфікаційна робота
студента II курсу
заочної форми навчання
спеціальність 053 Психологія
Гаврева Володимира Миколайовича

Науковий керівник:
кандидат педагогічних наук
Ісаєнко Максим Миколайович

Рецензент:

Кваліфікаційна робота допущена до захисту
“ _____ ” _____ 20__ р., протокол № _____
Завідувач кафедри психології та педагогіки
Канд. психологічних наук, доцент
_____ Бабчук О. Г.
(підпис)

Одеса – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	6
1.1. Феномен агресії в психологічній науці.....	6
1.2. Особливості проявів агресії у підлітковому віці.....	14
1.3. Вплив сімейних стосунків на формування та розвиток агресивної поведінки підлітків.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ НА РОЗВИТОК АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	33
2.1. Організація дослідження та характеристика вибірки.....	33
2.2. Опис та обґрунтування використаних методик.....	39
2.3. Аналіз і узагальнення результатів емпіричного дослідження.....	46
РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКИ АГРЕСІЇ ПІДЛІТКІВ У КОНТЕКСТІ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ.....	56
3.1. Психолого-педагогічні підходи до профілактики та подолання агресивної поведінки.....	56
3.2. Рекомендації для батьків щодо формування конструктивних сімейних відносин.....	64
3.3. Програма психологічної допомоги підліткам із підвищеним рівнем агресії.....	72

ВИСНОВКИ.....	83
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	86
ДОДАТКИ.....	94

ВСТУП

Актуальність дослідження на тему «Вплив сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітковому віці» зумовлена зростанням рівня агресивних проявів серед молоді, що стає серйозною соціальною проблемою сучасного суспільства. Підлітковий вік є критичним періодом становлення особистості, коли відбувається активне формування системи цінностей, норм поведінки та самосвідомості. Саме у цей період підлітки є особливо чутливими до впливу мікросоціального оточення, передусім сім'ї, яка виступає головним середовищем соціалізації.

Сімейні стосунки визначають емоційний фон життя дитини, формують її уявлення про прийнятні способи взаємодії з оточенням і механізми реагування на конфліктні ситуації. Невдалий стиль виховання, конфлікти між батьками, емоційна холодність або надмірна суворість можуть провокувати появу агресивних реакцій, які згодом закріплюються у поведінкових моделях підлітка. Водночас позитивна, гармонійна атмосфера в родині сприяє формуванню емоційної стабільності, довіри та самоконтролю, що знижує ризик розвитку агресії.

Особливої значущості це дослідження набуває в умовах сучасних соціально-економічних і воєнних викликів, коли сім'ї часто перебувають у стані стресу, емоційної напруги чи нестабільності. В таких умовах підлітки нерідко стають носіями неусвідомленої агресії, що є реакцією на психологічну атмосферу в домі. Вивчення впливу сімейних взаємин на розвиток агресії дозволяє глибше зрозуміти механізми формування деструктивних поведінкових тенденцій та створити ефективні психологічні програми профілактики і корекції агресивних проявів серед підлітків.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив особливостей сімейних стосунків на формування й прояви агресивної поведінки у підлітковому віці, з'ясувати роль стилів сімейного виховання, емоційного клімату родини та характеру батьківсько-дитячої взаємодії у

детермінації рівня, форм і спрямованості агресії підлітків, а також визначити психологічні умови профілактики та корекції агресивних проявів у сімейному контексті.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми агресії в підлітковому віці та ролі сімейних стосунків у її формуванні.
2. Охарактеризувати основні типи сімейних стосунків і стилі сімейного виховання, що впливають на розвиток агресивної поведінки підлітків.
3. Підібрати та обґрунтувати психодіагностичний інструментарій для дослідження сімейних стосунків і рівня агресії у підлітковому віці.
4. Провести емпіричне дослідження та виявити особливості прояву агресії у підлітків залежно від характеру сімейних стосунків.
5. Узагальнити результати дослідження й розробити психолого-педагогічні рекомендації щодо профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків у сімейному контексті.

Об'єкт дослідження – агресивна поведінка підлітків як психологічне явище.

Предмет дослідження – взаємозв'язок між типом сімейних стосунків і рівнем агресії у підлітків.

Методи дослідження:

1. Аналіз – застосовувався для вивчення наукових джерел, теоретичних підходів і концепцій, що стосуються проблеми впливу сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітків.
2. Синтез – використовувався для поєднання отриманих теоретичних знань і формування цілісного уявлення про досліджуване явище.
3. Систематизація – дала змогу впорядкувати наукову інформацію, виокремити основні чинники, що визначають характер взаємозв'язку між сімейними відносинами та агресивністю підлітків.
4. Психодіагностичні методики – застосовувалися для емпіричного дослідження рівня агресії у підлітків та особливостей їхніх сімейних стосунків.

5. Статистичні методи (описова статистика) – використовувалися для кількісної обробки отриманих результатів, їх подання у вигляді таблиць і діаграм, що забезпечило наочність та об'єктивність аналізу даних.

6. Узагальнення – застосовувалося для підведення підсумків дослідження, формулювання висновків та рекомендацій щодо профілактики агресивної поведінки у підлітковому віці.

Теоретичне значення дослідження полягає в поглибленні наукових уявлень про взаємозв'язок сімейних стосунків і рівня агресії у підлітковому віці. Результати дослідження доповнюють психологічні теорії формування агресивної поведінки та можуть слугувати основою для подальших наукових розвідок у цій сфері.

Практичне значення дослідження полягає в можливості використання отриманих результатів для розроблення психологічних рекомендацій батькам, педагогам і фахівцям, які працюють із підлітками. Отримані дані можуть бути використані у шкільній практиці, соціальній роботі та психологічному консультуванні для профілактики агресивної поведінки.

Структура кваліфікаційної роботи. Дослідження містить вступ, три розділи, що містять дев'ять підрозділів, висновки та список використаних джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ

ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Феномен агресії в психологічній науці

Агресія є важливою складовою адаптаційної поведінки людини, що допомагає їй пристосовуватися до складних умов навколишнього середовища. У світі, де панує конкуренція та боротьба за виживання, здавна вважалося, що лише сильна особистість здатна успішно інтегруватися в суспільство. Агресія, у цьому контексті, розглядається як дієвий механізм задоволення актуальних потреб у кризових ситуаціях розвитку та життєдіяльності. Цей феномен привертав увагу багатьох мислителів різних епох: Гесіод характеризував своїх сучасників як жорстоких і безжальних; Августин Блаженний наголошував на природній схильності людства до негативних якостей – заздрості, злості, жадібності;

Т. Гоббс стверджував, що природний стан людини – це «війна всіх проти всіх», а Ч. Дарвін пояснював агресію як наслідок боротьби за виживання у ворожому середовищі [1, с. 373].

Питання природи агресії залишається одним із найбільш суперечливих у психологічній науці. Частина вчених розглядає агресивну поведінку як інстинктивно обумовлену. Так, З. Фрейд у праці «По той бік принципу задоволення» розглядав агресивність як складову сексуальних інстинктів, а К. Лоренц у роботі «Агресія. Так зване зло» вважав її біологічно доцільною формою поведінки, необхідною для виживання виду. Подібних поглядів дотримувалися й Д. Морріс («Гола мавпа») та І. Ейбл-Еболфельд («Кохання і ненависть»). Водночас А. Басс трактував агресію як поведінковий акт, що завдає шкоди іншим незалежно від намірів, адже оцінити внутрішні мотиви об'єктивно складно. Цю ідею продовжив А. Бандура, який вважав, що

поведінка є агресивною лише тоді, коли вона суперечить соціально прийнятим нормам, навіть якщо її мотиви залишаються неочевидними [1, с. 373].

Агресивна поведінка часто виникає у ситуаціях протистояння та боротьби, що потребують від людини вольових якостей – рішучості, цілеспрямованості, наполегливості. Саме тому багато дослідників (А. Адлер, В. Клайн, К. Лоренц, Е. Фромм, І. Фурманов) вважають агресію своєрідною формою прояву сильної активності, прагненням до самоствердження. Водночас емоційний компонент агресії часто пов'язаний із гнівом, який у деяких випадках може перерости в афект чи лють. Проте не кожна агресивність супроводжується гнівом, адже іноді людина може діяти агресивно без емоційного збудження, керуючись лише прагненням до контролю чи захисту. Реакція на загрозу залежить від того, наскільки адекватно особистість сприймає ситуацію: перебільшення небезпеки або її неправильне тлумачення може як посилити агресію, так і викликати відмову від неї як засобу боротьби [1, с. 374].

Термін «агресія» (від лат. «aggredi» – «нападати») давно вживається в європейських мовах, проте його зміст змінювався з часом. До XIX століття агресією називали будь-який активний прояв поведінки – як позитивний, так і негативний. Згодом поняття набуло вузького значення і почало позначати переважно ворожу або деструктивну реакцію людини щодо інших [2, с. 400].

Агресія (або агресивність) розглядається як соціально-психологічна характеристика особистості, яка формується в процесі соціалізації і визначається комплексом факторів.

Вона має як якісні, так і кількісні прояви, що дозволяє оцінювати ступінь її вираженості – від майже повної відсутності до надмірної інтенсивності. Агресивна поведінка класифікується на два основні типи: мотиваційну агресію, що виступає як самоцінність, та інструментальну агресію, яка використовується як засіб досягнення цілей. Обидва типи можуть проявлятися як свідомо, так і поза межами свідомості, і часто супроводжуються емоційними станами, такими як гнів або ворожнеча [3].

У психологічній науці агресія розглядається насамперед як модель поведінки, а не як емоція, мотив чи установка. Вона включає будь-яку поведінку, що несе загрозу або завдає шкоди іншим. Прояви агресії у людей дуже різноманітні, і для їх опису психологи пропонують три основні шкали: фізична – вербальна, активна – пасивна, пряма – непряма. Комбінації цих шкал утворюють вісім категорій, у межах яких зазвичай відбуваються агресивні дії [4, с. 17–18].

Сучасна психологічна література пропонує різні підходи до дослідження агресії. Так, З. Фройд і К. Лоренц трактували агресію як інстинктивну властивість, тоді як інші вчені вважали її набутим поведінковим зразком, який формується через навчання, соціалізацію, спостереження та соціальне підкріплення. Окрім цього, агресивна поведінка може виступати як реакція на кризові ситуації, що виникають у результаті депривації або фрустрації актуальних потреб [5].

Єдиної загальноприйнятої теорії агресії наразі не існує, і різні наукові підходи по-різному пояснюють її природу та джерела. Згідно з теорією інстинкту З. Фрейда, агресивна поведінка є вродженою. Він вважав, що людська поведінка визначається інстинктом життя – еросом, енергія якого (лібідо) спрямована на збереження життя. Коли цьому перешкоджають зовнішні фактори, енергія інстинкту спрямовується на усунення перешкод, що проявляється як агресія [6, с. 11].

У рамках еволюційного підходу джерелом агресії вважають інший вроджений механізм – інстинкт боротьби. К. Лоренц стверджував, що агресія виникає як прояв інстинкту боротьби за виживання, притаманного як тваринам, так і людині. Проте лише людина демонструє схильність до насильства над представниками свого виду. Лоренц пояснює це наявністю одночасно двох інстинктів: інстинкту агресії і інстинкту пригнічення насильства. Сила пригнічення прямо пропорційна потенціалу завдати шкоди іншому: чим більша здатність до агресії, тим сильніше її контроль [7, с. 90].

На думку соціобіологів, агресія виникла як адаптивний механізм для здобуття ресурсів і забезпечення переваг виду в процесі природного відбору. Тобто агресивна взаємодія з конкурентами підвищує шанси на успішну репродукцію в умовах обмежених ресурсів.

Зовнішні фактори також можуть виступати спонукою до агресії: у такому випадку прагнення завдати шкоди іншим зумовлене не інстинктом, а впливом обставин, зокрема фрустрацією. Теорія фрустрації-агресії Д. Долларда визначає фрустрацію як психічний стан, що виникає через реальні чи уявні перешкоди на шляху до досягнення значущої мети [8, с. 8]. Теоретики, які пояснюють агресію зовнішніми стимулами, а не вродженою схильністю до насильства, зазвичай дають більш оптимістичні прогнози щодо можливостей зменшення агресивності у людей.

Когнітивний підхід до агресії акцентує увагу на ролі емоційних та пізнавальних процесів у формуванні агресивної поведінки. Так, А. Берковіц та Д. Креч вважали, що джерелом агресії є не зовнішні стимули, а внутрішні емоційні та когнітивні механізми особистості. Відповідно до цієї теорії, для зниження ймовірності агресивної поведінки необхідно навчити людей контролювати імпульсивну агресію, не реагувати на провокації аналогічною поведінкою та виробляти конструктивні стратегії виходу зі складних ситуацій [8, с. 9].

Більшість дослідників сходяться на думці, що розвиток агресивної поведінки зумовлюється, перш за все, внутрішніми факторами, такими як тип темпераменту, характер, а також біологічні та фізіологічні особливості людини. Водночас не слід ігнорувати зовнішні впливи, зокрема сімейний мікроклімат, соціальне оточення та значущі події в суспільстві, такі як фінансові кризи, підвищення рівня безробіття, війни чи терористичні акти [9].

Т. Щербан зазначає, що соціологічні дослідження підтверджують зростання проявів агресивної поведінки серед молоді, яка не має достатнього життєвого досвіду для адекватного реагування на стресові ситуації, особливо в умовах воєнних криз [10, с. 113]. Молоді люди більш схильні до імпульсивних

та агресивних дій, оскільки їхній життєвий досвід ще не дозволяє вибрати конструктивні моделі поведінки.

Дослідження американських психологів В. Ворбертона та С. Андерсона показують, що чоловіки частіше проявляють агресію, особливо фізичну та насильницьку, тоді як жінки частіше вдаються до непрямих форм агресії [11].

Події останніх років, зокрема пандемія, війна, вимушене переселення, зміни школи чи роботи, постійна нестабільність та страх за близьких, значно підвищили емоційне навантаження на людей різного віку та спричинили серйозний стрес. Психологічна реакція на такі події може варіюватися від апатії та депресії до нестримної агресії. Варто зазначити, що подібні емоційні реакції можуть виникати не лише внаслідок екстремальних ситуацій, а й у відповідь на життєві зміни, такі як розлучення, втрата близьких чи хвороби [12].

Життєві обставини можуть значно впливати на прояви агресивної поведінки у людини, формуючи її реакції на різноманітні ситуації. Серед основних факторів, що підвищують ймовірність агресії, виділяють стрес. Сильні емоційні переживання та тривалий стрес викликають фізіологічні зміни в організмі, зокрема підвищення рівня адреналіну та інших гормонів, що може провокувати імпульсивні та агресивні реакції.

Ще одним важливим чинником є негативний вплив середовища. Люди, які постійно перебувають у середовищі з високим рівнем насильства або конфліктів, часто набувають тенденції до агресивної поведінки. Подібні умови формують модель поведінки, у якій агресія сприймається як нормальний спосіб взаємодії з іншими.

Невдачі та розчарування також можуть сприяти розвитку агресії. Часті особисті поразки або розчарування провокують почуття злості та роздратування, які з часом можуть знайти вихід у формі агресивних дій. Аналогічно, неадекватна комунікація відіграє важливу роль: коли людина не може виразити свої емоції або встановити контакт з іншими, накопичені негативні почуття часто проявляються через неконтрольовані спалахи гніву.

Великий вплив на формування агресивної поведінки має соціальне оточення. Особи, які вирости в агресивному або конфліктному середовищі, мають підвищену ймовірність виявляти агресію у дорослому віці. Крім того, певну роль відіграють психічні захворювання, що можуть спричиняти неадекватні реакції та підвищену дратівливість.

Психологи роблять важливе розмежування між поняттями агресія та агресивність: агресія визначається як будь-яка поведінка, спрямована на заподіяння шкоди іншій живій істоті, яка не бажає такого ставлення, тоді як агресивність розглядається як відносно стабільна риса особистості, що характеризує готовність до прояву агресії [12; 13].

Досліджуючи прояви агресії як психологічного захисту особистості в кризових ситуаціях, Н. Володарська та О. Когут визначили найбільш поширені форми агресивної поведінки серед молоді. Результати їхнього дослідження показали, що юнаки та дівчата найчастіше вдаються до образи (49%), підозрілості (44%), аутоагресивної поведінки (40%), вербальної агресії (28%), негативізму (25%), фізичної агресії (24%), непрямой агресії (15%) та найменше до роздратування (11%) [14, с. 9–10].

Український дослідник О. Орос зосередився на вивченні агресивної та насильницької поведінки підлітків і молоді. У своїй роботі він виділив основні причини фізичної агресії. За його спостереженнями, найпоширенішим фактором є непорозуміння, яке зафіксоване у найбільшого відсотка респондентів. Інші причини включають погане виховання, негативний вплив друзів, прагнення до самоствердження, жорстокість та зневагу до інших [15, с. 90].

Люди по-різному реагують на стресові ситуації. Р. Лазарус та С. Фолькман у своїх дослідженнях виділяють проблемно-сфокусовані та емоційно-сфокусовані копінг-стратегії. До першої групи, орієнтованої на вирішення проблеми або завдання, відносять конфронтацію, яка передбачає спрямування зусиль на зміну складної ситуації через прояви гніву, незадоволення або агресивних дій щодо того, що спричинило труднощі [15, с.

188]. Таким чином, стрес може порушувати внутрішню стабільність особистості, а якщо він надмірно інтенсивний або тривалий, це негативно впливає на психологічний розвиток та може спричинити зростання рівня агресивної поведінки.

Л. Руденко у своїх дослідженнях процесуальних характеристик агресії виділила кілька ключових компонентів виникнення агресивної поведінки:

1. Характеристика оточення – вплив найближчого середовища, в присутності якого проявляється агресивна поведінка.

2. Зовнішнє середовище – зовнішні детермінанти, що впливають на прояви агресії.

3. Мотиваційно-цільовий компонент – внутрішні мотиви та цілі, які спонукають до агресивних дій.

4. Ситуативні прояви та агресивні дії – конкретні прояви агресії у певний час та в конкретних ситуаціях.

5. Особистісні прояви агресії – когнітивні, емоційні та вольові компоненти, що відображають індивідуальні особливості особистості.

6. Рефлексивно-результативний компонент – ставлення особистості до власної агресивної поведінки, оцінка наслідків вчинків [12, с. 64].

Дослідниця наголошує на важливості морального фактора, що визначає характер реакції людини. Совість впливає на мотивацію до агресивного вчинку, тоді як почуття провини корегує поведінку після його здійснення, пов'язане з очікуванням покарання, страхом та підвищеною тривожністю [12, с. 64].

Фрустраційна теорія, або гомеостатична модель агресії, виникла як протиставлення концепції агресивних намірів. У цьому підході агресивна поведінка розглядається не як еволюційно обумовлений процес, а як ситуативна реакція. Засновником цього напрямку є Дж. Доллард, який визначав агресію як реакцію на фрустрацію – спробу подолати перешкоди на шляху до задоволення потреб та відновлення емоційної рівноваги [12, с. 65].

Розглянута фрустраційно-агресивна теорія стверджує, що агресія зазвичай є наслідком фрустрації, а фрустрація, у свою чергу, майже завжди

провокує агресивну поведінку. Основна схема «фрустрація – агресія» ґрунтується на чотирьох ключових поняттях: агресія, фрустрація, гальмування та заміщення.

Агресія у цьому підході визначається як намір завдати шкоди іншій особі, тобто як «акт, цілеспрямованою метою якого є спричинення шкоди організму». Фрустрація виникає у випадку перешкод на шляху до досягнення бажаної дії або мети. Її інтенсивність залежить від сили мотивації, значущості перешкоди та кількості спроб досягнення мети, що зазнали невдачі.

Гальмування розглядається як тенденція обмежити або призупинити дію через очікувані негативні наслідки. Дослідження показують, що гальмування агресивних актів прямо пропорційне силі очікуваного покарання. Наприклад, батьки, які карають дітей за низькі оцінки, майже завжди визначають оцінку дитини за її поведінкою та настроєм вдома: почуття провини спонукає дитину до усамітнення. Водночас гальмування прямих актів агресії може стати додатковою фрустрацією, що провокує прояви агресії проти тих, кого дитина сприймає винуватцем цього обмеження, і стимулює розвиток інших форм агресії. Так, дитина, якій заборонено битися, може ображати батьків словесно або дорікати у нелюбові.

Заміщення описує ситуацію, коли агресія спрямовується на іншу особу замість реального джерела фрустрації. Наприклад, дитина, яка не може покарати старшого брата, може пошкодити його колекцію марок, або старший брат, роздратований поведінкою батьків, проявляє агресію до молодшого, який ні в чому не винен [12, с. 67].

Отже, феномен агресії в психологічній науці розглядається як складне багатовимірне явище, що поєднує біологічні, соціальні, когнітивні та емоційні компоненти поведінки людини. Дослідження показують, що агресія може бути як вродженою, так і набутою, виникаючи під впливом інстинктів, соціалізації, спостереження за поведінкою інших або реакції на фрустрацію та стресові ситуації. Психологи виділяють різні типи агресії – мотиваційну, інструментальну, фізичну, вербальну, пряму та непряму – що дозволяє

аналізувати її прояви у конкретних соціальних та міжособистісних контекстах. Особливу увагу приділяють ролі зовнішніх чинників, таких як сімейне оточення, соціальна обстановка та кризи суспільства, а також внутрішніх – темперамент, емоційна регуляція, моральні норми та когнітивні процеси, що визначають готовність особистості до агресивної поведінки. Теоретичні моделі, зокрема фрустраційно-агресивна, інстинктивна та когнітивна, демонструють, що агресія не є однозначним негативним явищем, а може виконувати адаптивні функції, спрямовані на досягнення цілей, захист власних інтересів або відновлення емоційної рівноваги. Аналіз наукових досліджень підтверджує, що агресивна поведінка є результатом взаємодії багатьох факторів і вимагає комплексного підходу для розуміння її причин, механізмів прояву та способів регуляції. Таким чином, феномен агресії в психології є ключовим для дослідження розвитку особистості, міжособистісних відносин та розробки ефективних стратегій профілактики та корекції деструктивної поведінки, особливо у підлітковому віці, коли емоційна нестабільність і соціальна вразливість є особливо високими.

1.2. Особливості проявів агресії у підлітковому віці

Підлітковий вік характеризується складними психофізіологічними та соціальними змінами, що значною мірою впливають на прояви агресії. У цей період формуються особистісні риси, відбувається активний розвиток емоційної сфери та соціальної ідентичності, що часто призводить до підвищеної конфліктності та імпульсивної поведінки.

У контексті даного питання варто детально розкрити особливості підліткового віку, зокрема емоційну нестійкість, пошук самоствердження, залежність від думки однолітків та підвищену чутливість до соціальних та сімейних факторів, що робить підлітків більш вразливими до проявів агресії.

Підлітковий вік є особливим етапом розвитку особистості, який характеризується інтенсивними змінами у фізичній, емоційній, соціальній та

когнітивній сферах. У цей період відбувається становлення самосвідомості, формування власної системи цінностей, прагнення до самостійності та визнання з боку однолітків і дорослих [16, с. 95]. Соціально-психологічні особливості підліткового віку визначають специфіку сприйняття себе, інших людей та навколишнього світу, а також впливають на процес прийняття важливих життєвих рішень, зокрема вибору майбутньої професії. Саме тому аналіз цих особливостей є важливою передумовою розуміння поведінки підлітків і чинників, що формують їхню життєву та професійну спрямованість.

Варто зазначити, що цей етап життя, який охоплює приблизно вік від 10 до 15 років, вирізняється інтенсивними змінами на фізичному, психологічному та соціальному рівнях. До характерних особливостей підліткового віку належать:

1. Прагнення до дорослості. Підлітки прагнуть самостійності та визнання їхньої значущості, порівнюють себе з дорослими та однолітками, шукають зразки для наслідування та формують нові моделі взаємин.

2. Інтенсивний розвиток. Фізичні та гормональні зміни, що супроводжують статеве дозрівання, роблять цей період емоційно насиченим і складним для переживання.

3. Соціальні потреби. Спілкування з однолітками стає важливим чинником, підлітки шукають підтримки, розуміння та прагнуть самоствердження у своєму соціальному оточенні.

4. Емансипація від дорослих. Зростає прагнення до незалежності, що інколи провокує конфлікти з батьками та авторитетними особами.

5. Пошук себе. Підлітки активно формують власну ідентичність, досліджують себе та виробляють світогляд і ціннісні орієнтири [17].

Лише в XVII–XVIII століттях підлітковий вік почав розглядатися як окремий етап розвитку людини. Раніше діти рано переходили до дорослого життя, беручи на себе обов'язки щодо праці та сім'ї. Впровадження систематичної освіти в XIX столітті подовжило період залежності від дорослих та створило умови для формування цього унікального вікового періоду. Межі

та характер підліткового віку значною мірою визначаються соціально-економічним розвитком суспільства, історичними подіями, соціальними нормами та роллю, яку відіграють підлітки в конкретному соціумі. Кожен підліток проходить цей період індивідуально, зі своїми особливостями та труднощами. Розуміння загальних закономірностей розвитку допомагає батькам, педагогам та іншим дорослим ефективніше підтримувати підлітків у процесі самопізнання та формування особистості [17].

Жан-Жак Руссо був першим, хто чітко визначив підлітковий вік як окремий етап життя – «друге народження», коли людина активно формує самосвідомість. С. Холл у праці «Дорослішання» заклав основи сучасної психології підліткового віку, описавши його як «бурю і натиск», що відзначається емоційною нестабільністю та мінливістю. Він визначав ключові характеристики цього періоду: складність виховання, схильність до конфліктів, емоційну нестійкість, а також підкреслював важливе досягнення віку – формування почуття власної індивідуальності. К. Левін розглядав підлітка як маргінальну особистість, що перебуває на межі між дитинством та дорослістю. Не будучи більше дитиною, але й не здатен повністю інтегруватися у світ дорослих, підліток стикається з опором зовнішньої реальності, що породжує «когнітивний дисбаланс», невизначеність та розгубленість щодо життєвих цілей [18].

З. Фрейд та А. Фрейд розглядали підлітковий вік з точки зору психоаналізу, пояснюючи емоційні бурі цього періоду впливом зростання сексуальної енергії, яка порушує раніше встановлену психічну рівновагу та загострює дитячі конфлікти. Е. Еріксон вважав цей період ключовим для формування особистісної ідентичності, коли підліток активно шукає себе і намагається визначити власну роль у світі [18].

Головна потреба підлітка полягає у знаходженні свого місця в соціумі та відчутті власної значущості, що реалізується через взаємодію з однолітками. Спільнота ровесників стає важливим середовищем для визначення власних цінностей, інтересів та ролі у світі. Можливість активного спілкування з

однолітками впливає на вибір занять і сфер інтересів підлітка, а неможливість інтегруватися у шкільне середовище може негативно позначитися не лише на його психологічному стані, але й на навчальних досягненнях [19].

Протягом підліткового віку мотиви спілкування з ровесниками зазнають значних змін. На початковому етапі підлітки прагнуть просто перебувати в колі однолітків, брати участь у спільних заняттях і активностях. Згодом з'являється бажання зайняти певне місце в групі та отримати схвалення й визнання від ровесників. На пізнішому етапі на перший план виходить прагнення до автономії та усвідомлення цінності власної особистості, що формує основу самосвідомості.

Спілкування з однолітками дає можливість підліткам «програвати» різні соціальні ролі, встановлювати взаємини на основі групових норм і прагнути до глибокого взаєморозуміння. Такі взаємодії стають важливим засобом засвоєння моральних норм і цінностей та формування самосвідомості як ключового новоутворення психіки. Недостатня або порушена взаємодія з однолітками може негативно впливати на успішність підлітків. Якщо у молодшому шкільному віці покращення успішності часто стимулює позитивне спілкування з ровесниками та підвищує самооцінку, то в підлітковому віці процес може бути зворотнім: вдосконалення соціальної взаємодії та вирішення особистісних проблем сприяє підвищенню навчальних досягнень [19].

Фельдштейн наголошує, що суспільно корисна діяльність є важливим чинником психологічного розвитку підлітків. Її цінність полягає у виконанні роботи, яка визнається іншими і приносить користь суспільству, навіть якщо вона не оплачується. Така діяльність може проявлятися у навчанні, праці, громадській діяльності, творчості або спорті. Ключовим є усвідомлення підлітком реальної значущості та сенсу своєї діяльності, а мотивацією стає прагнення до самостійності та особистої відповідальності. Ставлення підлітків до суспільно корисної діяльності змінюється з віком: 9–10 років: потреба у самоствердженні та отриманні визнання; 10–11 років: бажання оцінити власні можливості через реакцію інших; 12–13 років: прагнення до визнання прав та

інтеграції у суспільство; 14–15 років: потреба проявити себе та зайняти визначену соціальну позицію. Для того щоб суспільно значуща діяльність стала провідною у підлітковому віці, необхідний цілеспрямований і організований підхід. Структуроване впровадження таких активностей сприяє зростанню мотивації, усвідомленню взаємозв'язку «я і суспільство», розширенню форм спілкування, зокрема й із дорослими, на основі взаємної поваги та співпраці [20].

Ще одним важким етапом підліткового віку є криза 13 років. Доцільно зазначити, що психологи не мають однозначної думки щодо причин «кризи 13 років». Деякі з них вважають, що вона виникає через те, що дорослі не реагують на нове прагнення підлітків до інших форм взаємодії. Інші ж пов'язують цю кризу з процесом статевого дозрівання, ігноруючи вплив факторів виховання (не пов'язане з вихованням). Треті фахівці стверджують, що «криза 13 років» не є обов'язковою для всіх підлітків. Суть цієї кризи полягає не в зовнішніх проявах, а в глибоких якісних змінах психічного розвитку. Щодо полярності психіки підлітків варто зазначити наступне: цілеспрямованість та імпульсивність часто змінюються нестійкістю та апатією; підвищена самовпевненість та безапеляційність швидко поступаються місцем ранимості та невпевненості; потреба в спілкуванні може чергуватися з бажанням усамотнитися; невимушеність у поведінці поєднується з сором'язливістю; романтичні настрої сусідить з цинізмом та розважливістю; ніжність та привітливість можуть змінюватися жорстокістю.

Цей період, названий С. Холлом «Бурею і натиском», характеризується суперечливими прагненнями та рисами особистості. Сьогодні підліток може міркувати про мораль, а завтра піти на дискотеку, прагнучи «все випробувати». Цікаво, що батьки та вчителі часто пов'язують труднощі виховання не з кризою, а з наступним за нею періодом (14-15 років), коли формуються нові психологічні структури. Їм здається, що саме цей процес є найскладнішим, адже старі методи виховання вже не діють, а нових вони ще не навчилися знаходити [21].

Далі варто детально розкрити специфіку проявів агресії у підлітковому віці, зокрема з урахуванням вікових криз, психоемоційних коливань та соціальної взаємодії.

Проблема управління агресивною поведінкою та контроль за агресивністю підлітків є вкрай актуальною. Це питання є об'єктом уваги спеціалістів, які працюють у галузі психології, педагогіки, соціології та психіатрії. Так, вивчення агресивності в структурі особистості є важливим аспектом розуміння форм поведінки людини. Агресивність може проявлятися у поведінці в різних формах, і може бути передумовою для різноманітних проявів, як конструктивних, так і деструктивних:

1. Конструктивна агресія. Коли агресивна енергія використовується для досягнення позитивних цілей, таких як захист себе чи інших, стимулювання конкуренції або досягнення особистих цілей.

2. Соціально-позитивна агресія. В інших випадках агресивність може виявлятися в соціально-позитивних формах, наприклад, в активному захисті прав і забезпеченні справедливості.

3. Просоціальна поведінка. Подолання конфліктів та взаємодопомога можуть визначати просоціальну поведінку, яка також може включати агресивні аспекти.

4. Деструктивна агресія. З іншого боку, якщо агресивність не контролюється чи використовується для досягнення соціально неприйнятних цілей, вона може призвести до деструктивної поведінки, такої як фізична або вербальна агресія, антисоціальні дії тощо [22, с. 20].

Агресивна поведінка підлітків часто виступає як спосіб виразити протест або незадоволення своїм становищем у суспільстві та у взаємодії з дорослими. Така поведінка може слугувати своєрідним сигналом про потребу у визнанні, самоствердженні чи спробі вплинути на оточення, коли інші способи комунікації або вираження емоцій здаються підлітку неефективними [23, с. 49].

Основними чинниками агресивної поведінки у підлітків є:

1. Особливості самосвідомості. Підлітки активно формують власну ідентичність, прагнуть самоствердження та визнання в соціальному колі. Невпевненість у власних силах або негативна оцінка з боку дорослих чи ровесників може провокувати агресивні реакції як спосіб захисту та вираження власних потреб.

2. Індивідуально-психологічні аспекти. Емоційна нестійкість, імпульсивність, підвищена чутливість до критики, схильність до конфліктів та низький рівень самоконтролю посилюють ймовірність агресивних проявів. Підлітки, які не навчилися регулювати власні емоції, частіше використовують агресію як засіб впливу на ситуацію.

3. Соціально-психологічні фактори. Взаємини з однолітками, взаємодія з дорослими, родинне виховання та соціальне оточення відіграють ключову роль у формуванні моделей поведінки. Агресія може проявлятися як реакція на несправедливе ставлення, тиск з боку ровесників або конфлікти в сім'ї.

4. Негативні зовнішні впливи. Сучасні підлітки піддаються впливу різноманітних стресових чинників: наслідків війни, дистанційного навчання, надмірного перебування в інтернеті та інформаційного перевантаження. Такі фактори посилюють тривожність, нервозність та емоційну нестійкість, що, у свою чергу, підвищує ризик проявів агресії [23, с. 50].

Агресивна поведінка підлітків є результатом взаємодії особистісних, соціальних та зовнішніх чинників. Комплексний підхід до розуміння цих факторів допомагає визначити, як і чому підлітки проявляють агресію та які умови можуть зменшити її прояви.

Сучасні наукові дослідження вказують на те, що агресивність у підлітків часто є результатом взаємодії різних факторів, включаючи генетичні, виховні та вплив оточуючого середовища. Важливо розуміти, що агресивність не завжди є сталою та вродженою якістю особистості, але може бути наслідком впливів різних чинників.

За результатами сучасних американських досліджень констатовано, що діти, які зазнали несприятливих, травматичних переживань, матимуть

проблеми з регулюванням свого емоційного стану та їм буде важче шукати позитивні стратегії поведінки, що призведе до ворожої та агресивної поведінки. Також зазначено, що встановлення внутрішньосімейних стосунків гальмує чи контролює девіантну та агресивну поведінку. Тобто, особливості взаємодії в родині, зокрема, довіра один одному, гармонійність та близькість стосунків у родині, впливає на те, як дитина буде виявляти свої емоції [5]. Враховуючи вищесказане, можна зробити висновок, що стосунки, які вибудовуються з найближчим оточенням, з сім'єю та друзями, мають великий вплив на емоційні реакції людей. Так, якщо людина відчуває підтримку та емоційну стабільність у стосунках вона буде менше схильною до негативних емоційних реакцій.

Ю. Журат доведено, що: «дитяча агресія, як вид агресивної поведінки проявляється дуже рано. Сімейні обставини є однією із найпоширеніших причин дитячої агресії. Адже з самого народження дитина повністю залежить від батьків, і не тільки фізично, а й емоційно» [9, с. 46]. Про це також вказувала у своїй роботі О. Казаннікова: «На агресивність у дитячому віці впливають: особливості взаємин у родині, стилі сімейного виховання, а також, приклади агресивної поведінки, яку демонструють дорослі, однолітки і телебачення». Дослідниця зазначила, що існує взаємозв'язок між дитячою агресією та структурою сім'ї. Тобто, те, в якій сім'ї зростає дитина, впливає на схильність до агресивного реагування. О. Казаннікова також звернула увагу, що агресивні діти є в багатьох багатодітних чи неповних сім'ях [24, с. 491].

В свою чергу Ю. Журат вказував на те, що агресія дитини може бути і реакцією на зміни у структурі звичного оточення, зокрема, розлучення батьків. Водночас, автор вказував на наявність взаємозалежності агресивної поведінки та статі дитини. За його уявленням, хлопчики схильні частіше проявляти як вербальну, так і фізичну агресію, ніж дівчата [9, с. 48].

Також не варто відкидати той факт, що навіть у повних сім'ях діти можуть проявляти агресивну та ворожу поведінку у випадках, коли спостерігають подібний приклад від своїх батьків чи інших значимих людей.

Серед особливостей сімейного виховання, що впливають на агресивність дитини, відмічаються наступні: нестача тепла та ласки з боку батьків, поблажливе ставлення до агресії, незацікавленість дітьми, байдужість до них. Неприйняття дитини, що проявляється у неуважності, жорстокості, униканні батьками контактів з дитиною, веде до розвитку агресивності, злочинності та емоційного недорозвитку, в той час як «прийняття та любов» породжують у дитині почуття безпеки і сприяють нормальному розвитку особистості [9, с. 48].

І. Брецько у своїй роботі пише: «Конфлікти батьків до і після розлучення, їх окреме проживання, наступний шлюб, погані стосунки з батьками, так само викликають негативні переживання, посилюючи труднощі в поведінці дитини. Її агресивні прояви можуть бути наслідком ревнощів по відношенню до інших членів сім'ї, найчастіше братів і сестер. У основі такої агресії лежить прагнення отримати увагу батьків, суперництво за їх любов. Несприятливими умовами сімейного виховання можуть стати: нестача тепла і ласки з боку батьків, поблажливе ставлення до агресії дитини або байдуже ставлення до неї. Отже, стиль потурання у вихованні, вседозволеність і відсутність контролю за дітьми з боку батьків, так само як і дуже суворі покарання сприяють підвищенню у дитини рівня агресивності» [25, с. 27].

Ряд дослідників, зокрема Г. К. Валіцкас та Ю. Б. Гіппенрейтер підкреслюють зв'язок самооцінки підлітків загресивною поведінкою [26].

У контексті проблеми агресивної поведінки у дітей психологи зазначають, що існує тенденційний зворотний зв'язок між фізичною агресією та самоінтересом: чим більше дитина чи підліток звертає увагу на свій внутрішній світ і поважає себе, тим нижчим є рівень її фізичної агресивності, і навпаки – нехтування собою та відсутність самоповаги підвищує ймовірність агресивних дій стосовно інших [27, с. 24].

Підсумовуючи, можна стверджувати, що прояви агресії у підлітковому віці є багатогранним явищем, що визначається взаємодією особистісних, соціальних та зовнішніх чинників. Підлітки перебувають у періоді інтенсивних

психофізіологічних, емоційних та соціальних змін, коли формується самосвідомість, система цінностей, соціальна ідентичність і прагнення до самоствердження. Емоційна нестійкість, імпульсивність, пошук автономії та залежність від оцінки однолітків і дорослих підвищують вразливість підлітків до конфліктів та деструктивної поведінки. Особливу роль у розвитку агресії відіграють сімейні взаємини та соціальне оточення: нестача уваги, любові чи контрольованої свободи, конфлікти між батьками, розлучення або нерегульовані взаємодії підсилюють агресивні реакції, тоді як підтримка, довіра та стабільність сприяють зниженню її проявів. Додатково, зовнішні стресові фактори сучасного життя, такі як війна, дистанційне навчання, інформаційне перевантаження та надмірне користування інтернетом, підвищують тривожність і емоційну напруженість, що також впливає на агресивність.

1.3. Вплив сімейних стосунків на формування та розвиток агресивної поведінки підлітків

У сучасних психологічних дослідженнях підкреслюється, що саме сім'я відіграє вирішальну роль у формуванні особистості підлітка та розвитку його поведінкових моделей. Від характеру сімейних стосунків, стилю виховання, рівня емоційної підтримки та взаєморозуміння між батьками й дитиною значною мірою залежить, яким чином підліток навчається реагувати на труднощі, конфлікти та емоційне напруження. Тому питання впливу сімейного середовища на формування та розвиток агресивної поведінки підлітків є надзвичайно важливим, адже саме у родині закладаються основи емоційної стабільності, самоконтролю та соціальної адаптації дитини [28, с. 256].

Витоки української сім'ї сягають глибокої давнини, ще часів раннього палеоліту. За М. Грушевським, чіткі форми сімейного союзу на українських землях формуються в індоєвропейську епоху. Осілий спосіб життя, землеробство і стабільний дохід, яким переважно займалися жінки, закріпили за

матір'ю провідну роль у сім'ї. Це стало підґрунтям для формування елементів матріархальних відносин, що тривалий час зберігалися в українській родині [29, с. 13].

Жінка в традиційній українській сім'ї була не лише матір'ю та дружиною, а й берегинею сімейної моралі. З давніх-давен українки відзначалися почуттям власної гідності. Про їхню відданість родині писали навіть іноземці. Зокрема, візантійський імператор Маврикій зазначав, що українські жінки настільки цінували шлюб, що часто сприймали смерть чоловіка як власну та добровільно позбавляли себе життя.

Сімейні відносини в Україні традиційно ґрунтувалися на визнанні рівноправності між чоловіком і жінкою. Взаємини подружжя відзначалися демократизмом, взаємоповагою та врахуванням думки обох сторін. Цікаво, що в українській традиції існував навіть звичай, коли дівчина могла сама обрати собі нареченого, свататися до нього, приносячи до хати хліб і чекаючи відповіді від батьків обранця.

Проявом рівноправності у родині були також права жінки на майно – на відміну від інших народів, де повним власником був чоловік. Часто жінка могла навіть виконувати обов'язки голови сім'ї. Це пояснюється тривалими відсутностями чоловіків, які брали участь у визвольних війнах, чумацьких мандрівках чи козацьких походах. У таких умовах жінка мусила сама дбати про родину, виконувати чоловічу роботу та приймати важливі рішення.

Шлюб та створення сім'ї в українській традиції мали не лише особистий, а й громадський характер. Підбір пари відбувався за участю громадських об'єднань молоді, а громадська думка значною мірою впливала на особистий вибір. Важливе значення мала репутація родини майбутнього нареченого чи нареченої – її моральний стан цінувався навіть більше за матеріальний достаток. Шлюб зазвичай освячувався церквою, а особливе значення мала взаємна клятва вірності.

Особливу увагу українці здавна приділяли продовженню роду та його фізичному здоров'ю. Так, шлюбні стосунки всередині роду суворо

заборонялися, що допомагало зберігати здоров'я нащадків. Завдяки шанобливому ставленню до традицій і здоровому консерватизму в побуті, українська родина плекала цінності гостинності, поваги до старших, любові до дітей і турботи про ближніх.

Попри те, що побут української сім'ї не був ідеальним, а подекуди призводив до непорозумінь, його організація сприяла духовному укріпленню родини, формуванню високих моральних і духовних якостей, орієнтації людини не лише на матеріальне, а й на вічні цінності – любов, вірність, повагу і взаємопідтримку [29, с. 13].

Основними аспектами сімейних відносин, на які звертають увагу сучасні психологи й науковці, є: емоційний зв'язок між членами родини, відкритість у спілкуванні, розподіл ролей, вирішення конфліктів, взаємна підтримка, формування самооцінки та вплив сім'ї на розвиток дітей [30].

Вплив сімейних відносин на розвиток дитини є надзвичайно важливим і багатограним процесом, що формує основу особистості та поведінки малюка. Саме в сімейному середовищі дитина отримує перший досвід спілкування, вчиться розпізнавати емоції, формує базові цінності та уявлення про світ. Емоційна атмосфера в родині – тепло, любов, підтримка або ж навпаки – конфлікти та напруженість – суттєво впливають на емоційний розвиток дитини, її здатність до саморегуляції та формування психологічної стійкості.

Стабільність і послідовність у сімейних відносинах створюють відчуття безпеки для дитини, що є необхідною умовою для розвитку довіри та впевненості у собі. Відсутність таких умов може провокувати появу страхів, тривожності та навіть проблеми з соціальною адаптацією. Навпаки, підтримка та розуміння з боку батьків допомагають дитині розвивати позитивну самооцінку та мотивацію до навчання і спілкування.

Рольові моделі, які дитина бачить у сім'ї, формують її поведінкові зразки і способи реагування на різні життєві ситуації. Якщо в родині панує атмосфера взаємоповаги і партнерства, дитина вчиться будувати здорові міжособистісні стосунки, вміє вирішувати конфлікти без агресії і з повагою до інших.

Відсутність таких навичок у дитинстві може позначитися на подальших стосунках у школі, колективі та навіть у дорослому житті [31, с. 29–30].

Не менш важливим є й те, як сімейні відносини впливають на формування цінностей і світогляду дитини. Родина є першою соціальною інституцією, де малюк засвоює норми поведінки, моральні принципи, уявлення про добро і зло. Саме в сім'ї закладаються основи культури спілкування, поваги до інших, відповідальності за власні вчинки [32].

А. Реан зазначає, що прагнення до самотійності, характерне для підліткового віку, часто не знаходить належного розуміння з боку дорослих. Підліток уже не бажає залишатися у ролі дитини, яка потребує опіки, але водночас ще не готовий повністю взяти на себе відповідальність дорослого. Унаслідок цього його спроби самоствердитися нерідко набувають агресивних форм. Коли основна потреба – відчувати себе дорослим і незалежним – блокується, виникає стан фрустрації, який підліток може знімати через агресивні дії чи конфліктну поведінку [33, с. 6].

Важливою для нашого дослідження є думка про те, що підліток прагне не лише уваги, а передусім розуміння, підтримки та довіри з боку дорослих. Він хоче бути прийнятим не тільки у колі однолітків, але й у спільноті старших. Коли ж цього не відбувається, між поколіннями формується психологічний бар'єр, який підліток намагається подолати за допомогою агресивних або провокативних форм поведінки.

Водночас вплив батьків на поведінку дитини має певні межі, адже вони не можуть контролювати всі аспекти її життя. Проте саме батьківська позиція визначає ціннісні орієнтири підлітка, його ставлення до соціальних проблем, а також критерії оцінки власних і чужих вчинків. Основними причинами конфліктів у сім'ї є надмірний контроль з боку батьків за навчанням, поведінкою чи колом спілкування дитини. Найбільш несприятливою для розвитку підлітка є ситуація жорсткого або тотального контролю, коли дитина позбавлена можливості самовираження та відчувається самотньою. Гармонійні

стосунки у цей період значною мірою залежать від стилю виховання та здатності батьків прийняти нову «дорослу» позицію своєї дитини.

Згідно з класифікацією стилів сімейних взаємин, що бере початок у працях К. Левіна, виокремлюють три основні типи виховання: індиферентний (вседозволеність), авторитарний і демократичний. Саме стиль сімейного спілкування визначає рівень довіри між підлітком і батьками, а також впливає на ймовірність виникнення агресивних проявів у поведінці дитини [34, с. 7].

Індиферентний стиль виховання, як зазначають психологи, характеризується майже повною відсутністю емоційних зв'язків і взаємодії між членами сім'ї. У таких родинах спостерігається байдужість до почуттів та потреб одне одного, відсутність чітких правил чи обмежень, а основним принципом взаємодії є «роби, що хочеш». Діти, які зростають у подібному середовищі, залишаються сам на сам зі своїми проблемами, навіть коли потрібно ухвалювати важливі рішення. Це призводить до формування почуття невпевненості у собі та нестачі емоційної підтримки. Поблажливі батьки зазвичай не вимагають від дитини відповідальності, не контролюють її поведінку і не намагаються коригувати агресивні спалахи. Унаслідок цього такі реакції стають для підлітка звичними моделями поведінки. Діти, виховані в атмосфері байдужості, не схильні засвоювати соціально прийнятні норми, часто мають низький рівень самоконтролю, занижену самооцінку, імпульсивність і схильність до агресії у стресових ситуаціях.

Авторитарний стиль, навпаки, ґрунтується на жорсткому контролі та безумовному підкоренні дитини волі батьків. У таких сім'ях дитині надається мінімум прав і свобод, а будь-які прояви самостійності сприймаються як непокоря. Основними інструментами виховання стають заборони, покарання, критика та погрози. Батьки рідко виявляють емоційну підтримку або схвалення, а головним способом підтримання дисципліни є страх перед покаранням. Як наслідок, у дітей формується замкненість, недовіра до оточення, труднощі у встановленні дружніх контактів. Такі підлітки часто демонструють ворожість,

похмурість, емоційну напруженість, підвищену тривожність і схильність до агресивних реакцій як у родині, так і в соціальному середовищі [34, с. 8].

Дослідники виокремлюють кілька різновидів авторитарних сімейних відносин, кожен із яких має власну специфіку та механізми впливу на дитину. Прихована авторитарність полягає в тому, що всі взаємини в сім'ї будуються на непрямих, але жорстко контрольованих діях. Формально авторитарний батько чи мати не здійснює тиску особисто – замість цього виховний вплив реалізується через іншого з батьків, який здається більш суворим. Таким чином створюється ілюзія рівноваги, але фактично всі рішення ухвалює один домінуючий член родини. Такий тип стосунків призводить до появи у дитини почуття страху, невпевненості та внутрішнього протесту, який нерідко набуває агресивних форм. Цей стиль вважається одним із найбільш жорстких і психологічно травмуючих для дітей.

Пряма авторитарність характеризується відкритим придушенням індивідуальності дитини. У таких сім'ях усе підпорядковане суворій дисципліні, а будь-які прояви самостійності розцінюються як непослух. Авторитарний батько або мати демонструє надмірну вимогливість, нетерпимість до помилок, прагне контролювати навіть дрібні деталі життя. У поведінці такого дорослого часто проявляються жорсткість, деспотизм, нетерпимість до іншої точки зору. Від членів родини очікується повне підкорення, що позбавляє дитину можливості розвивати ініціативність, самостійність та почуття власної гідності [35, с. 45].

Демагогічна авторитарність має іншу форму контролю – вона проявляється через словесний тиск, моралізаторство й постійні повчання. Такий батько або мати часто прикриває свою владність «благими намірами», пояснюючи суворість турботою про майбутнє дитини. У родині постійно лунають фрази на кшталт «ми виховуємо майбутню людину» чи «треба підготувати дітей до життя», але за цими словами ховається надмірний контроль і недовіра. Дитина, перебуваючи під постійним тиском моралізаторських промов, втрачає можливість діяти самостійно, помилятися та

набувати власного соціального досвіду, що пригнічує розвиток її моральності й самосвідомості.

Індиферентна авторитарність вирізняється показною зовнішньою коректністю у спілкуванні, дотепністю, формальною ввічливістю та видимою демократичністю. Проте за цією оболонкою приховується байдужість, відсутність щирих емоцій і духовного зв'язку між членами сім'ї. Авторитарний батько або мати діє холодно й розраховано, маніпулюючи ситуацією під маскою доброзичливості. Такий тип виховання особливо небезпечний тим, що дитина не має очевидного приводу для протесту, але водночас відчуває емоційний вакуум і безсилля, що може призводити до внутрішньої напруги, тривожності та прихованої агресії [35, с. 46].

Дослідники підкреслюють, що надмірна суворість у сімейних взаєминах, різкий тон спілкування, часті накази, категоричність висловлювань, а також постійний контроль або, навпаки, повна байдужість з боку батьків створюють сприятливі умови для формування агресивних рис у підлітків. Така атмосфера викликає в дітей почуття тиску, невпевненості та незахищеності, що згодом може проявлятися у ворожості, дратівливості та схильності до конфліктів.

На противагу цьому, демократичний стиль сімейних взаємин сприяє гармонійному розвитку особистості підлітка. Він ґрунтується на взаємоповазі, довірі, співробітництві та емоційній підтримці. Батьки, які дотримуються цього стилю, враховують потреби й інтереси дитини, надають їй можливість висловлювати власну думку та брати участь у прийнятті рішень. Виховний процес при цьому відзначається послідовністю, справедливістю і поясненням мотивів вимог. Дисципліна не нав'язується примусово, а формується через усвідомлення відповідальності. Такі батьки допомагають дитині розвивати самоконтроль, ініціативність, почуття гідності та соціальну зрілість, що знижує ймовірність проявів агресії.

Особливе значення має характер емоційного зв'язку між дитиною та її батьками. Саме рівень чуйності, підтримки та уважності до потреб підлітка визначає, якими будуть його майбутні взаємини з оточенням. Якщо дитина

відчуває прийняття, довіру й любов у родині, вона формує позитивну модель спілкування та вчиться конструктивно виражати свої емоції. Натомість дефіцит тепла й розуміння у дитинстві часто стає підґрунтям для розвитку агресивності, тривожності та соціальної ізоляції [35, с. 47].

Варто звернути особливу увагу на причини, що зумовлюють розбіжності у поглядах між батьками та підлітками. На думку О. Скрипченко, Л. Долинської та З. Огороднійчук, основними чинниками таких непорозумінь є:

1. Різниця у життєвому досвіді між поколіннями, яка впливає на сприйняття подій, цінностей і норм поведінки.

2. Відсутність чітких меж переходу від дитячої залежності до дорослої самостійності, що призводить до непорозумінь у ролях та очікуваннях.

3. Нестача встановлених правил для поступового послаблення батьківської влади в перехідний період від дитинства до підлітковості.

4. Соціальні суперечності, які виникають у результаті конфлікту між контролюючою роллю дорослих і потребою підлітків у свободі та автономії [36, с. 198].

Одним із найважливіших чинників, що забезпечує адекватну поведінку та самоконтроль підлітків, є приклад батьків. Як зазначають психологи, діти здебільшого засвоюють ті способи вираження емоцій, які бачать у своїх близьких. Якщо батьки не здатні контролювати власні реакції, підліткам складно навчитися конструктивно виражати гнів і справлятися з емоційними напруженнями. Таким чином, поведінка дорослих виступає своєрідною моделлю для наслідування у формуванні емоційної культури дитини.

Кожна соціалізуюча інституція – сім'я, школа, коло однолітків – має власні умови ризику, що можуть провокувати девіантну чи агресивну поведінку.

1. У сімейному середовищі такими ризиками є асоціальні взаємини, деструктивна поведінка одного або кількох членів родини, дисфункційна структура сім'ї чи неефективний стиль виховання. Надмірна опіка або жорсткий контроль з боку батьків часто спричиняють протестні реакції у дітей

— від словесної агресії та непокори до втеч із дому чи демонстративної ізоляції. У таких умовах підлітки відчують втрату автономії та неможливість впливати на власне життя, що призводить до внутрішньої напруги й агресивних виявів.

2. У поведінковому аспекті реакцією на надмірний контроль часто стає активна непокора або пошук способів самоствердження, іноді через деструктивні дії. Ефективне виховання, зауважують науковці, передбачає дотримання балансу між турботою і вимогливістю, створенням безпечного простору для розвитку особистості й підтримкою її самостійності. Коли цей баланс порушується, у дитини формується почуття безсилля, що може проявлятися у підвищеній тривожності, агресії або соціальній ізоляції [37].

Наукові дослідження свідчать, що сімейне середовище відіграє ключову роль у формуванні соціальних та емоційних навичок дитини, значною мірою визначаючи її поведінкові реакції. Конфлікти між батьками та дітьми, напружені або байдужі стосунки, емоційна відчуженість і нестача позитивної взаємодії створюють несприятливу атмосферу, яка може провокувати стрес і внутрішню напругу. У таких умовах агресивна поведінка часто виступає способом емоційної розрядки або спробою дитини впоратися з труднощами, не маючи розвинених конструктивних механізмів вирішення конфліктів.

Вплив сімейного виховання на розвиток агресії розглядається у межах різних психологічних підходів – зокрема, соціально-когнітивної теорії, теорії навчання через наслідування та прикладного поведінкового аналізу. Ці теоретичні напрями підкреслюють, що позитивна сімейна атмосфера, підтримка та стабільність емоційних зв'язків між батьками і дітьми є основою гармонійного особистісного становлення [37].

Відсутність теплих, довірливих стосунків у родині, дефіцит турботи чи емоційної підтримки сприяють появі агресивних проявів і труднощів у спілкуванні з однолітками. Такі діти нерідко шукають альтернативні способи самоствердження або компенсації, часто через агресію. Крім того, коли дитина не отримує визнання своїх досягнень чи позитивної оцінки з боку батьків, це

негативно позначається на її самооцінці, впевненості у власних силах і формує схильність до фрустрації.

Результати сучасних досліджень доводять, що агресивна поведінка та проблеми у взаєминах з ровесниками є наслідком не лише зовнішніх впливів, але й дефіциту емоційного комфорту в сім'ї. Саме батьки відіграють провідну роль у створенні стабільного, безпечного середовища, яке сприяє емоційному благополуччю та соціальній адаптації дитини.

Психологи особливу увагу приділяють стилям сімейного виховання, адже саме вони визначають характер дитячих реакцій та формують основи соціальної поведінки. Авторитарні батьки схильні до надмірного контролю, встановлення суворих правил і частих покарань, що може викликати у дитини опір або агресію у відповідь. Натомість надто ліберальний стиль, коли дитині дозволяється надмірна свобода без обмежень, також не сприяє розвитку саморегуляції. Несистемність у виховних діях, суперечливі вимоги чи непослідовне покарання створюють у дитини плутанину щодо норм поведінки та можуть підштовхнути до агресивних реакцій [37].

Таким чином, сімейні стосунки відіграють вирішальну роль у формуванні та розвитку агресивної поведінки підлітків, адже саме родина є першим і найважливішим середовищем соціалізації дитини. Від характеру взаємодії між батьками та дітьми, емоційного клімату в сім'ї, стилю виховання та рівня підтримки залежить, чи сформуються в підлітка конструктивні способи вираження емоцій або ж агресія стане засобом самоствердження й захисту. Авторитарність, байдужість чи емоційна холодність батьків часто провокують агресивні реакції, тоді як доброзичливі, довірливі та підтримуючі взаємини сприяють розвитку самоконтролю, емпатії та соціально прийнятної поведінки. Загалом, гармонійна сімейна атмосфера є важливою умовою запобігання агресії та формування психологічно зрілої особистості підлітка.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ НА РОЗВИТОК АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

2.1. Організація дослідження та характеристика вибірки

Емпіричне дослідження впливу сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітковому віці є важливим етапом наукового аналізу цієї проблеми, оскільки дозволяє перейти від теоретичних узагальнень до виявлення психологічних закономірностей. Саме в підлітковому віці агресивні прояви набувають особливої виразності, що зумовлено інтенсивними особистісними змінами, становленням самосвідомості та зростанням потреби в автономії. У цьому контексті сім'я виступає провідним середовищем соціалізації, яке безпосередньо впливає на формування моделей поведінки та способів емоційного реагування.

Проведення емпіричного дослідження дає змогу об'єктивно оцінити характер сімейних взаємин, стилі батьківського виховання та їхній зв'язок з рівнем агресії у підлітків. Отримані емпіричні дані дозволяють не лише підтвердити або спростувати теоретичні положення, а й виявити специфічні чинники, які посилюють або, навпаки, знижують прояви агресивної поведінки. Це створює підґрунтя для глибшого розуміння психологічних механізмів формування агресії в сімейному контексті.

Результати емпіричного дослідження мають не лише теоретичне, а й практичне значення, оскільки можуть бути використані для розроблення профілактичних і корекційних програм, спрямованих на зниження рівня агресії у підлітковому віці. Вони дозволяють визначити пріоритетні напрями психологічної роботи з сім'ями, удосконалити підходи до консультування та сприяти формуванню більш гармонійних сімейних взаємин. Це, у свою чергу, підвищує ефективність психологічної підтримки підлітків у період їхнього особистісного становлення.

Далі доцільно послідовно розкрити етапи організації дослідження, які були систематизовані на основі аналізу наукових і методичних джерел [38–43], що забезпечує логічність, наукову обґрунтованість і відтворюваність отриманих результатів.

Перший етап – теоретичний аналіз проблеми дослідження. На першому етапі здійснювався теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми впливу сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітковому віці. Було опрацьовано психологічні, педагогічні та соціально-психологічні праці вітчизняних і зарубіжних авторів, що дозволило уточнити зміст ключових понять дослідження, зокрема «агресія», «агресивна поведінка», «підлітковий вік», «сімейні стосунки». У межах цього етапу визначалися теоретичні підходи до розуміння природи агресії, роль сім'ї як провідного чинника соціалізації підлітка, а також основні психологічні механізми формування агресивних проявів. Результатом теоретичного етапу стало формулювання мети та завдань дослідження, що створило методологічне підґрунтя для подальшого проведення емпіричної частини роботи.

Другий етап – відбір вибірки дослідження – передбачав ретельний підхід до визначення учасників, які могли б максимально репрезентувати досліджувану популяцію [44; 45].

Вибірка є ключовим етапом будь-якого наукового дослідження, оскільки дозволяє виділити підмножину осіб або об'єктів із генеральної сукупності для детального вивчення. Вона забезпечує репрезентативність дослідження та дозволяє робити обґрунтовані висновки щодо усієї популяції на основі обмеженої кількості даних. Метою вибірки є формування групи учасників, яка максимально точно відображає характеристики генеральної сукупності, що цікавить дослідника, та дозволяє враховувати різноманітність соціальних, поведінкових або психологічних показників. Вибір методу відбору залежить від завдань дослідження, специфіки генеральної сукупності, наявних ресурсів та практичних умов проведення експерименту або опитування [46].

В науковій практиці розрізняють два основних типи вибірки: ймовірнісну та неймовірнісну. Ймовірнісна вибірка ґрунтується на випадковому принципі, який гарантує, що кожен член популяції має відомі або рівні шанси бути обраним. Це забезпечує високу репрезентативність та мінімізує систематичні похибки у дослідженні. До ймовірнісної вибірки відносять просту випадкову вибірку, коли всі члени генеральної сукупності мають рівні шанси потрапити до досліджуваної групи; систематичну вибірку, яка передбачає відбір учасників через певні інтервали; стратифіковану вибірку, де населення поділяється на підгрупи (страти) за важливими характеристиками, а потім відбираються учасники пропорційно чисельності страти; кластерну вибірку, що передбачає випадковий відбір груп (кластерів) і включення до дослідження всіх їхніх членів; та багатоступеневу вибірку, яка комбінує різні методи для досягнення більшої репрезентативності.

Неймовірнісна вибірка, у свою чергу, не ґрунтується на випадковості, а на інших критеріях, таких як доступність, специфіка досліджуваної групи або експертне судження. Вона включає такі підходи, як зручна вибірка, коли учасників обирають за доступністю; квотна вибірка, що забезпечує представництво певних характеристик у вибірці; вибірка на основі суджень, коли дослідник сам визначає найбільш доречних учасників; та метод сніжної кулі, коли нових учасників залучають за рекомендаціями вже обраних.

Вибір конкретного типу вибірки залежить від мети дослідження та специфіки популяції. Наприклад, для дослідження впливу сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітків доцільно використовувати цілеспрямовану або зручну вибірку, що дозволяє обрати учасників, які мають активний контакт із батьками і відповідають критеріям віку та соціального середовища. Це забезпечує можливість комплексного аналізу, співставлення поведінкових проявів підлітків із особливостями сімейних взаємин та формує надійну базу для інтерпретації результатів [46].

Загалом, вибірка виступає основою наукового дослідження, оскільки визначає достовірність і відтворюваність отриманих даних, а правильне

обґрунтування її формування дозволяє досліднику уникнути систематичних похибок і забезпечити адекватне представлення генеральної сукупності у досліджуваній групі.

Варто зазначити, що у межах цього етапу було обрано 30 підлітків віком від 13 до 16 років та 30 їхніх батьків, що дозволило розглянути питання розвитку агресивної поведінки в контексті сімейних взаємин. Кількість учасників була визначена так, щоб забезпечити достатню кількість даних для аналізу.

Вибірка формувалася з урахуванням критерію близького за віком підлітків і наявності активного контакту з батьками, що дозволяло досліджувати взаємозв'язок між особистісними характеристиками підлітків (агресією) та особливостями сімейного середовища.

Вибір саме такої кількості учасників дозволив отримати збалансовану та порівняльну базу даних, де результати від підлітків можна було співставити з оцінками батьків. Це сприяло встановленню більш точних і обґрунтованих висновків щодо зв'язку між стилями сімейного виховання у родині та формуванням агресивних реакцій у підлітків.

Загалом, обрана вибірка є цілеспрямованою та репрезентативною для поставлених завдань дослідження, оскільки забезпечує можливість виявлення взаємозв'язків між сімейними чинниками та поведінковими проявами підлітків, а також дозволяє проводити аналіз на основі даних, отриманих із двох взаємопов'язаних джерел – самих підлітків і їхніх батьків.

Третій етап – вибір психодіагностичних методик. На цьому етапі було здійснено добір психодіагностичних інструментів, відповідних меті дослідження та віковим особливостям респондентів. Обрані методики спрямовувалися на визначення рівня агресивності підлітків, а також на вивчення стратегії сімейного виховання. Використання валідних і надійних методик забезпечило отримання достовірних кількісних і якісних показників, необхідних для подальшого аналізу. Комплексний характер методичного інструментарію дозволив всебічно дослідити заявлену проблему.

Четвертий етап – проведення дослідження та інтерпретація результатів. На цьому етапі безпосередньо здійснювалося психодіагностичне обстеження підлітків та їхніх батьків відповідно до визначених методик і інструкцій. Процедура дослідження проводилася з дотриманням етичних норм, принципів добровільності та конфіденційності[47–49].

Дотримання етичних норм у науковому дослідженні є обов'язковою умовою для забезпечення безпеки та психологічного комфорту його учасників. Етичні принципи передбачають повагу до гідності особистості, недопущення будь-якого тиску чи дискримінації, а також коректне поводження з отриманими даними. Вони гарантують, що учасники дослідження не зазнають шкоди, а дослідницький процес відповідає загальноприйнятим стандартам академічної доброчесності та соціальної відповідальності.

Принцип добровільності означає, що участь у дослідженні здійснюється тільки за власним бажанням учасників. Жодна особа не повинна відчувати примус чи тиск до участі, а також має право у будь-який момент відмовитися від участі без будь-яких негативних наслідків. Такий підхід дозволяє формувати атмосферу довіри між дослідником і учасником, забезпечує чесність отриманих відповідей та підвищує якість даних.

Принцип конфіденційності передбачає захист персональної інформації учасників від сторонніх осіб і гарантує, що результати дослідження будуть використовуватися лише в наукових цілях. Дані учасників зберігаються анонімно, що унеможлиблює їх ідентифікацію. Дотримання конфіденційності створює безпечне середовище для учасників, дозволяє їм відкрито відповідати на запитання та забезпечує достовірність і наукову цінність отриманих результатів.

Підсумовуючи, варто зазначити, що етичні норми, добровільність і конфіденційність становлять фундаментальні принципи будь-якого психологічного дослідження. Їхнє дотримання не лише забезпечує захист прав учасників, але й підвищує надійність і валідність наукових висновків, а також

формує позитивний імідж дослідника та довіру до результатів дослідження в науковій спільноті.

У контексті розкриття сутності четвертого етапу дослідження варто зазначити, що отримані емпіричні дані були систематизовані та піддані кількісному й якісному аналізу. Подальша інтерпретація результатів дала змогу виявити особливості прояву агресії у підлітків та простежити їхній зв'язок із характером сімейних стосунків.

П'ятий етап – узагальнення результатів і формулювання висновків. Заключний етап дослідження передбачав узагальнення отриманих емпіричних даних та формулювання основних висновків відповідно до поставленої мети й завдань. На цьому етапі здійснювалося співвіднесення результатів емпіричного дослідження з теоретичними положеннями, що були розкриті на попередньому етапі. Сформульовані висновки дозволили окреслити роль сімейних стосунків у розвитку агресії у підлітковому віці.

Загалом, організація дослідження була побудована таким чином, щоб забезпечити системність, наукову обґрунтованість та достовірність отриманих результатів. Було виділено кілька послідовних етапів, що дозволили логічно структурувати процес: теоретичний аналіз наукових джерел, відбір вибірки, визначення методик дослідження, проведення емпіричного збору даних та їх інтерпретація, а також формулювання висновків. Така послідовність дозволила поєднати теоретичні знання з практичними спостереженнями, створюючи можливість комплексного вивчення впливу сімейних стосунків на розвиток агресивної поведінки у підлітків. Особливу увагу було приділено підготовчому етапу, де здійснювався аналіз наукових методичних джерел для визначення критеріїв відбору учасників та обґрунтування обраних методик, що забезпечило наукову достовірність і повторюваність дослідження. Характеристика вибірки та дотримання етичних принципів були ключовими аспектами організації дослідження. Вибірка складалася з 30 підлітків та 30 їхніх батьків, що дозволяло комплексно оцінити взаємозв'язок між сімейним середовищем та проявами агресії. Особлива увага приділялася дотриманню принципів

добровільності та конфіденційності, що забезпечило психологічний комфорт учасників та достовірність отриманих даних. Вибірка була сформована на основі наукового аналізу методичних джерел і відповідала вимогам репрезентативності та наукової обґрунтованості. Загалом організаційні заходи, дотримання етичних норм та ретельний підбір учасників створили надійну базу для проведення емпіричного дослідження та формування об'єктивних висновків.

2.2. Опис та обґрунтування використаних методик

Наступним логічним кроком у дослідженні є детальний опис та обґрунтування використаних методик, що дозволяє забезпечити наукову прозорість і зрозумілість проведеної роботи. На цьому етапі важливо пояснити вибір кожного інструменту, його відповідність меті та завданням дослідження, а також показати, яким чином методики дозволяють отримати необхідні дані для аналізу впливу сімейних стосунків на розвиток агресивної поведінки підлітків. Детальне розкриття методик забезпечує можливість відтворення дослідження іншими науковцями та сприяє підвищенню достовірності і об'єктивності отриманих результатів.

Для проведення емпіричного дослідження впливу сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітковому віці було обрано наступні методики:

1. Методика діагностики рівня агресивності Басса-Перрі (Додаток А) [50];
2. Методика «Стратегії сімейного виховання» (автор С. Степанова в модифікації І. Махоніної) (Додаток Б) [51].

Варто розкрити детальніше сутність кожної з них.

Методика діагностики рівня агресивності Басса-Перрі є широко визнаним інструментом для оцінювання індивідуальних проявів агресії та імпульсивності. Вона ґрунтується на самооцінюванні підлітка, що дозволяє виявити його внутрішній емоційний стан, реакції на конфліктні ситуації та схильність до агресивної поведінки. Кожне твердження методики спрямоване на оцінку

різних аспектів агресивності, включаючи фізичну агресію, вербальну агресію, неприязнь, роздратованість і ворожість. Такий комплексний підхід дозволяє отримати всебічну характеристику емоційно-поведінкових особливостей підлітка у взаємодії з оточенням.

Процедура проведення методики передбачає заповнення спеціальної анкети, де кожне твердження оцінюється за п'ятибальною шкалою від «1» (не згоден) до «5» (згоден). Це забезпечує можливість кількісного вимірювання рівня агресивності та порівняння результатів між учасниками дослідження. Важливо, що інструкція передбачає уважне ознайомлення респондента з кожним твердженням і вибір лише одного варіанту відповіді, що підвищує достовірність отриманих даних.

Інтерпретація результатів методики дозволяє визначити три основні рівні агресивності: низький, середній та високий. Низький рівень характеризується емоційною стриманістю, умінням контролювати імпульсивні прояви та конструктивно вирішувати конфлікти. Середній рівень свідчить про ситуативну агресивність, яка проявляється залежно від емоційного стану та обставин, при цьому агресивні реакції переважно контрольовані. Високий рівень агресивності вказує на імпульсивність, труднощі з емоційним самоконтролем та схильність до фізичної або вербальної агресії, дратівливості й ворожого ставлення до оточуючих [50].

Методика діагностики рівня агресивності Басса-Перрі має особливу важливість у контексті дослідження впливу сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітковому віці, оскільки вона дозволяє кількісно та об'єктивно оцінити схильність до агресивної поведінки. Використання цього інструменту дає можливість визначити, як внутрішньоособистісні фактори підлітка співвідносяться з особливостями сімейної взаємодії та виховання. Такий підхід забезпечує глибше розуміння механізмів формування агресивності та дозволяє виявити конкретні психологічні прояви, які можуть бути наслідком сімейного середовища.

Доцільність використання методики обумовлена її здатністю виділяти різні компоненти агресивності – що особливо важливо для комплексного аналізу підліткової поведінки. Це дозволяє зіставляти результати дослідження з даними про сімейні стосунки, виявляти взаємозв'язки та закономірності, які могли б залишитися непоміченими при використанні менш спеціалізованих методів. Крім того, методика зручна у застосуванні, стандартизована та надійна, що підвищує валідність та репрезентативність отриманих даних у межах обраної вибірки, забезпечуючи наукову обґрунтованість висновків дослідження.

Таким чином, застосування методики Басса-Перрі є не лише доцільним, а й необхідним етапом емпіричного дослідження, оскільки дозволяє отримати структуровану інформацію про рівень агресивності підлітків і забезпечує об'єктивну основу для подальшого аналізу впливу сімейних стосунків на їхню поведінку. Вона сприяє формуванню цілісної картини психологічних проявів агресії, що є ключовим для розробки рекомендацій щодо профілактики та корекції агресивної поведінки у підлітковому віці.

Методика «Стратегії сімейного виховання» спрямована на оцінку стилю виховання, що реалізується в сім'ї, і дозволяє визначити домінуючі підходи батьків у формуванні поведінки та характеру дітей. В її основі лежить припущення, що сімейне середовище та конкретні виховні практики безпосередньо впливають на психологічний розвиток дитини, включаючи формування її ціннісних орієнтацій, способів реагування на стресові ситуації, а також схильності до певних моделей поведінки, зокрема агресивних проявів. Методика дозволяє досліднику систематизувати відповіді батьків і класифікувати їхні стратегії за чотирма типами поведінки: авторитетний, авторитарний, ліберальний та індиферентний, що надає можливість виділити домінуючі принципи виховання в конкретній сім'ї [51].

На основі аналізу літературних джерел [52; 53] окреслимо детальніше особливості кожного стилю сімейного виховання.

Авторитетний, або демократичний, стиль виховання характеризується балансом між увагою до потреб дитини та встановленням чітких правил і вимог. Батьки, які застосовують цей підхід, одночасно підтримують дитину, проявляють теплоту, зацікавленість у її почуттях та думках і водночас очікують дотримання встановлених норм поведінки. Такий стиль виховання передбачає активне обговорення правил та рішень у сім'ї, пояснення причин заборон чи покарань, а також залучення дитини до прийняття певних рішень, що сприяє розвитку її відповідальності та самостійності.

В авторитетному стилі велика увага приділяється взаємоповазі та співпраці між батьками та дитиною. Батьки не застосовують надмірного тиску чи примусу, а навчають дитину вирішувати конфлікти конструктивно та висловлювати власні емоції без агресії. Такий підхід сприяє формуванню у підлітка впевненості у собі, уміння планувати власну поведінку та оцінювати наслідки своїх вчинків. Дослідження показують, що діти, виховані за авторитетним стилем, частіше демонструють високий рівень соціальної адаптації, контроль емоцій та низьку схильність до агресивної поведінки, що робить цей стиль особливо доцільним у контексті профілактики негативних поведінкових проявів у підлітковому віці.

Ключовим елементом авторитетного стилю є наявність постійного діалогу між батьками та дитиною. Батьки слухають думки підлітка, враховують його інтереси та бажання, при цьому підтримуючи структуру та дисципліну у сім'ї. Такий підхід формує у дитини відчуття безпеки та стабільності, зменшує страх перед помилками і дозволяє їй розвивати критичне мислення та здатність приймати обґрунтовані рішення. Завдяки цьому авторитетний стиль виховання вважається оптимальним для формування гармонійної особистості, здатної до саморегуляції та здорових соціальних взаємодій [52; 53].

Авторитарний стиль виховання характеризується високим рівнем контролю батьків над поведінкою дитини при одночасному обмеженні її самостійності та врахування особистих потреб. Батьки, які застосовують цей підхід, встановлюють жорсткі правила, суворо дотримуються дисципліни та

очікують беззаперечного підпорядкування. Вони рідко пояснюють причини своїх вимог або покарань, а в разі порушень застосовують покарання як основний засіб корекції поведінки. Такий підхід створює структуру і чіткі межі у вихованні, але водночас обмежує можливості дитини для вираження власних емоцій і прийняття рішень.

В авторитарному стилі велике значення має контроль і підпорядкування, а емоційна підтримка від батьків часто відсутня або є недостатньою. Діти, виховані в таких умовах, можуть демонструвати високий рівень слухняності та виконання встановлених правил, але водночас відчувати страх перед помилками, низьку впевненість у собі та труднощі в самостійності. Часто виникає схильність до прихованої агресії, протесту або надмірної замкнутості.

Авторитарний стиль виховання також впливає на соціальні навички підлітків. Обмежена можливість для самовираження та прийняття рішень може призводити до проблем у міжособистісних відносинах, недостатнього розвитку емоційного інтелекту та труднощів у конструктивному вирішенні конфліктів. Водночас такий стиль може бути ефективним у короткостроковій перспективі для встановлення дисципліни та порядку, але його надмірне застосування часто асоціюється з підвищеним ризиком виникнення агресивних або тривожних проявів у підлітковому віці.

Ключовою особливістю авторитарного підходу є відсутність діалогу та взаємоповаги між батьками та дитиною. Дитина часто сприймає батьківські вимоги як обмеження, а не як підтримку, що може формувати у неї негативне ставлення до авторитетів і складнощі у встановленні здорових соціальних зв'язків. Саме через такі особливості авторитарний стиль виховання вважається менш адаптивним для формування гармонійної особистості у порівнянні з демократичним, особливо у контексті розвитку самоконтролю та регуляції агресивної поведінки підлітків [52; 53].

Ліберальний стиль виховання характеризується низьким рівнем контролю та високою свободою для дитини у прийнятті рішень і формуванні власної поведінки. Батьки, які застосовують цей підхід, намагаються уникати суворих

правил і обмежень, надаючи дитині можливість самостійно визначати власні дії та наслідки. Вони рідко втручаються в повсякденні справи дитини, не встановлюють чітких рамок поведінки та не наполягають на беззаперечному виконанні своїх вимог. Такий стиль створює атмосферу свободи та автономії, але одночасно може призводити до недостатньої організованості та самодисципліни у підлітка.

Особливістю ліберального підходу є відсутність систематичного контролю та обмежень, що дозволяє дитині вчитися на власному досвіді та робити власні помилки. Це сприяє розвитку самостійності, креативності та впевненості у власних рішеннях. Проте надмірна свобода без відповідних рекомендацій і підтримки з боку батьків може створювати ситуації невизначеності, нерозуміння меж дозволеного та труднощі у встановленні правил у спілкуванні з іншими.

Ліберальний стиль виховання впливає на емоційний розвиток підлітка. Дитина відчуває, що її думка та бажання враховуються, що сприяє формуванню позитивної самооцінки та внутрішньої мотивації. Водночас через відсутність чітких обмежень підлітки можуть демонструвати підвищену імпульсивність, схильність до ризикової поведінки або труднощі у регуляції агресивних реакцій. Саме тому ліберальний стиль у чистому вигляді потребує певного балансу між свободою та контролем, щоб забезпечити гармонійний розвиток особистості та адекватну поведінку у соціальному середовищі.

Ключовою рисою цього стилю є прагнення батьків до партнерства та рівності у взаємодії з дитиною, при якому пріоритет надається свободі вибору і повазі до індивідуальності. Важливо зазначити, що ефективність ліберального підходу багато в чому залежить від здатності батьків підтримувати дитину у критичних ситуаціях та надавати рекомендації без прямого тиску, що сприяє розвитку самоконтролю та зменшенню ризику конфліктних і агресивних проявів у підлітковому віці [52; 53].

Індиферентний стиль виховання характеризується мінімальною залученістю батьків у життя дитини та відсутністю системного контролю за її

поведінкою. Батьки, які застосовують цей підхід, рідко цікавляться справами дитини, її успіхами чи труднощами, не встановлюють правил і не втручаються у конфліктні ситуації. Така байдужість створює середовище, де підліток відчуває недостатню підтримку та відсутність керівництва з боку батьків, що може впливати на розвиток його соціальних навичок та емоційної стабільності.

Особливістю індиферентного підходу є нехтування емоційними та виховними потребами дитини. Дитина залишається фактично сам на сам зі своїми проблемами, без належної допомоги та порад з боку дорослих. Це може спричиняти формування відчуття невпевненості, підвищену тривожність, а також схильність до агресивної або асоціальної поведінки як способу самовираження та привернення уваги.

Індиферентний стиль часто поєднує низький контроль із відсутністю емоційної підтримки, що робить підлітка вразливим до зовнішніх негативних впливів та соціальних ризиків. В таких умовах дитина змушена шукати власні стратегії поведінки, що іноді проявляється у надмірній самостійності, але часто – у труднощах із самоконтролем та регуляцією емоцій.

Цей стиль виховання суттєво впливає на формування особистості підлітка, оскільки відсутність стабільної підтримки та керівництва з боку батьків може призводити до проблем у соціальній адаптації та підвищеного ризику розвитку агресивних тенденцій. Водночас індиферентний підхід дає дитині абсолютну свободу дій, що, за певних умов, може стимулювати самостійність, але при цьому потребує пильного контролю та корекції з боку зовнішніх педагогічних чи психологічних впливів для запобігання негативним наслідкам [52; 53].

Повертаючись до обраної методики «Стратегії сімейного виховання» (автор С. Степанова в модифікації І. Махоніної) варто зазначити, що використовуючи тест, досліджувані оцінюють власні погляди, установки та практичні підходи до виховання дитини через серію запитань, які охоплюють ключові аспекти сімейного виховання: роль спадковості і виховання у формуванні особистості, участь батьків у розвитку самостійності та

відповідальності, підходи до дисципліни, контролю, морального виховання та взаємодії з дитиною у складних ситуаціях. Кожне запитання пропонує кілька варіантів відповідей, що дозволяє визначити переваги батьків у виборі методів виховання та відстежити конкретні поведінкові установки, що формуються у сімейному середовищі. Завдяки цій методиці можна отримати не лише кількісні дані щодо розповсюдженості певних стилів виховання, а й якісне розуміння того, як батьківські стратегії впливають на емоційний стан, соціальні навички та потенційні поведінкові прояви підлітків.

Сутність методики полягає у систематичному зборі та класифікації інформації про виховні практики та установки батьків, що дозволяє досліднику аналізувати взаємозв'язок між сімейним середовищем і психологічними особливостями дитини. Вона дає змогу виявляти тенденції, визначати конфліктні або дисфункціональні стилі виховання, а також оцінювати їхній потенційний вплив на розвиток поведінкових рис, зокрема агресії у підлітків, що робить її важливим інструментом у комплексному психологічному дослідженні сімейних стосунків [51].

Таким чином, методика діагностики рівня агресивності Басса–Перрі та методика «Стратегії сімейного виховання» – забезпечили комплексний підхід до вивчення взаємозв'язку між сімейним середовищем і проявами агресії у підлітків. Перша методика дозволить оцінити рівні агресивності, що є ключовим аспектом розуміння психоемоційного стану підлітків. Друга методика дала змогу системно охарактеризувати стиль виховання в родині, визначити домінуючі стратегії батьківського впливу та зрозуміти, як вони корелюють із поведінковими проявами дітей. Комплексне застосування цих інструментів забезпечив не лише збір кількісних даних, а й глибоке якісне розуміння сімейних чинників, що впливають на розвиток агресії, що робить отримані результати науково обґрунтованими та практично значущими для формування рекомендацій щодо психологічної підтримки підлітків.

2.3. Аналіз і узагальнення результатів емпіричного дослідження

Наступним етапом дослідження є аналіз і узагальнення результатів емпіричного дослідження, який передбачає систематичне опрацювання зібраних даних, їх порівняння та виявлення закономірностей. На цьому етапі здійснюється обробка результатів методик діагностики агресивності та оцінки стилів сімейного виховання, що дозволяє встановити взаємозв'язки між рівнем агресивності підлітків і характеристиками їхнього сімейного середовища.

Варто розпочати з аналізу результатів методики діагностики рівня агресивності Басса-Перрі, які відображено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Сирі бали підлітків за методикою діагностики рівня агресивності Басса-Перрі

Підліток	Бал	Рівень агресивності
1	77	Середній
2	42	Низький
3	95	Високий
4	63	Середній
5	48	Низький
6	85	Середній
7	50	Низький
8	110	Високий
9	68	Середній
10	72	Середній
11	55	Низький
12	66	Середній
13	35	Низький
14	59	Середній
15	100	Високий
16	78	Середній
17	70	Середній
18	48	Низький
19	82	Середній
20	30	Низький
21	90	Високий
22	60	Середній
23	62	Середній
24	40	Низький

25	65	Середній
26	75	Середній
27	58	Середній
28	67	Середній
29	55	Низький
30	48	Низький

Після отриманих вище даних, їх було систематизовано наступним чином (таблиця 2.2).

Таблиця 2.2

Загальні результати методики діагностики рівня агресивності Басса-Перрі

Рівень агресивності	Кількість підлітків	Відсоткове співвідношення
Низький рівень	7	23
Середній рівень	19	64
Високий рівень	4	13

Подані вище результати мають наступний вигляд (рис. 2.3).

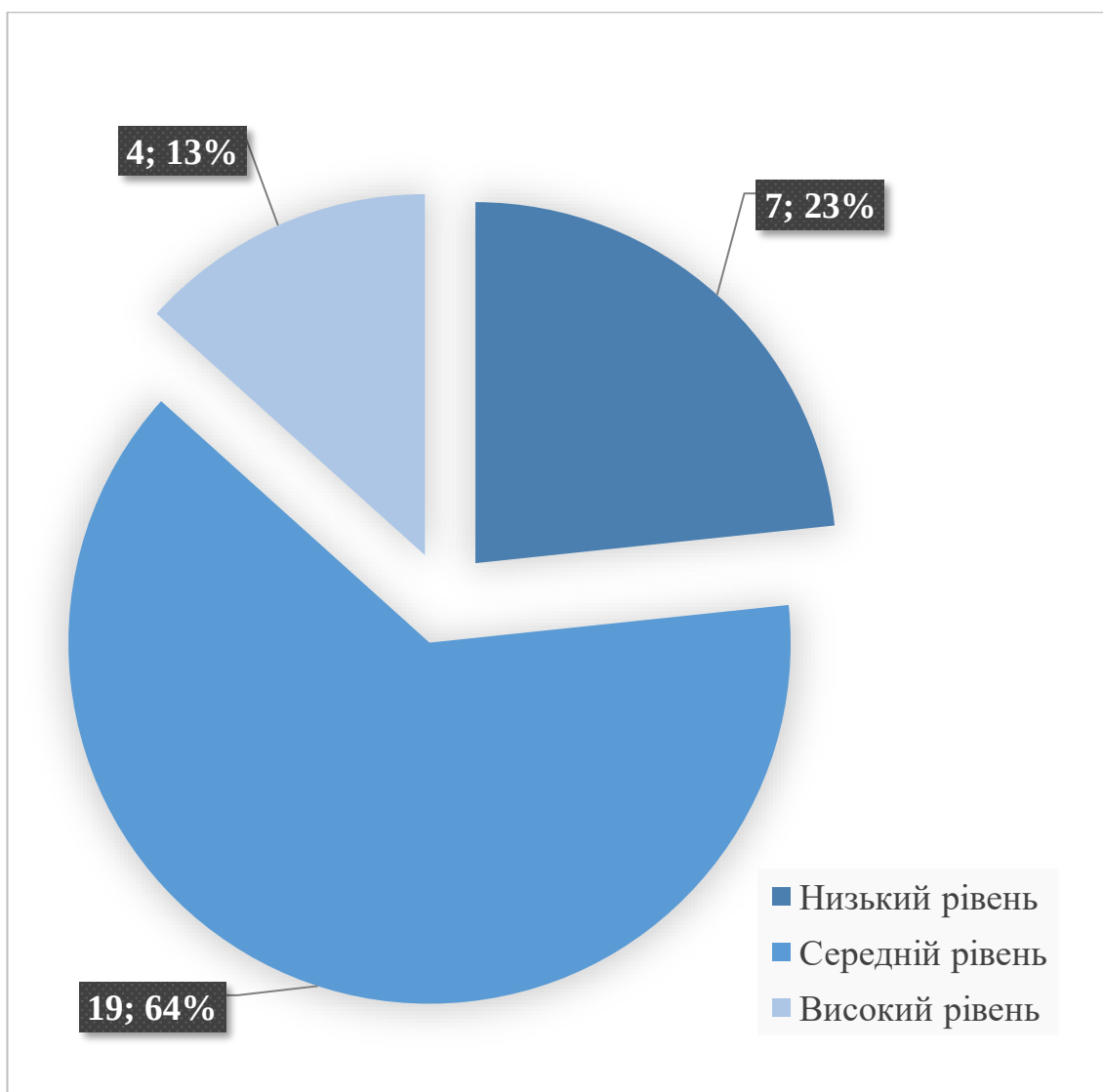


Рис. 2.3. Результати методики діагностики рівня агресивності Басса-Перрі

Аналіз отриманих результатів методики діагностики рівня агресивності Басса-Перрі дозволяє зробити кілька важливих висновків щодо поведінкових проявів підлітків у досліджуваній вибірці. По-перше, переважна більшість респондентів (19 осіб, що становить 64 %) характеризується середнім рівнем агресивності. Це свідчить про помірну схильність підлітків до агресивних реакцій, яка проявляється ситуативно та залежить від емоційного стану або конкретних обставин. Такий рівень агресії зазвичай має контрольований характер і дозволяє підліткам у більшості випадків адекватно реагувати на конфліктні ситуації, хоча інколи спостерігаються епізоди імпульсивної поведінки.

По-друге, 7 підлітків (23 %) продемонстрували низький рівень агресивності. Ці результати вказують на високу емоційну стриманість, здатність контролювати власні емоційні імпульси та конструктивно вирішувати конфлікти. Низький рівень агресивності свідчить про сформовану внутрішню регуляцію поведінки та позитивні соціальні навички, що є важливим фактором психологічної стабільності в підлітковому віці.

Водночас 4 підлітки (13 %) виявили високий рівень агресивності, що свідчить про значну схильність до імпульсивних і ворожих реакцій, труднощі у контролі емоцій та можливу фізичну або вербальну агресію по відношенню до оточуючих. Цей показник потребує підвищеної уваги з боку педагогів та психологів, оскільки підлітки з високим рівнем агресивності більш схильні до конфліктів і можуть відчувати труднощі у соціальній адаптації.

Отже, загальний розподіл рівнів агресивності серед досліджуваних підлітків показує, що більшість з них перебуває у зоні помірної агресивності, що дозволяє прогнозувати можливість формування адекватних механізмів регуляції емоцій і поведінки. Водночас наявність респондентів з високим рівнем агресивності підкреслює необхідність індивідуального підходу до психологічної підтримки та розвитку навичок контролю емоцій у підлітків.

Далі варто проаналізувати результати методики «Стратегії сімейного виховання» (автор С. Степанова в модифікації І. Махоніної), які відображено у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Результати методики «Стратегії сімейного виховання»

(автор С. Степанова в модифікації І. Махоніної)

Батько/Мати	Стиль виховання
1	Ліберальний
2	Авторитетний
3	Авторитарний
4	Ліберальний
5	Авторитетний

6	Ліберальний
7	Авторитетний
8	Авторитарний
9	Ліберальний
10	Ліберальний
11	Авторитетний
12	Ліберальний
13	Авторитетний
14	Ліберальний
15	Авторитарний
16	Ліберальний
17	Ліберальний
18	Авторитетний
19	Ліберальний
20	Авторитетний
21	Авторитарний
22	Ліберальний
23	Ліберальний
24	Авторитетний
25	Ліберальний
26	Ліберальний
27	Ліберальний
28	Індиферентний
29	Авторитетний
30	Авторитетний

Після отриманих вище даних, їх було систематизовано наступним чином (таблиця 2.5).

Таблиця 2.5

Загальні результати методики «Стратегії сімейного виховання»
(автор С. Степанова в модифікації І. Махоніної)

Стиль виховання	Кількість батьків	Відсоткове співвідношення
Авторитетний	10	34
Авторитарний	4	13
Ліберальний	15	50
Індиферентний	1	3

Подані вище результати мають наступний вигляд (рис. 2.6).

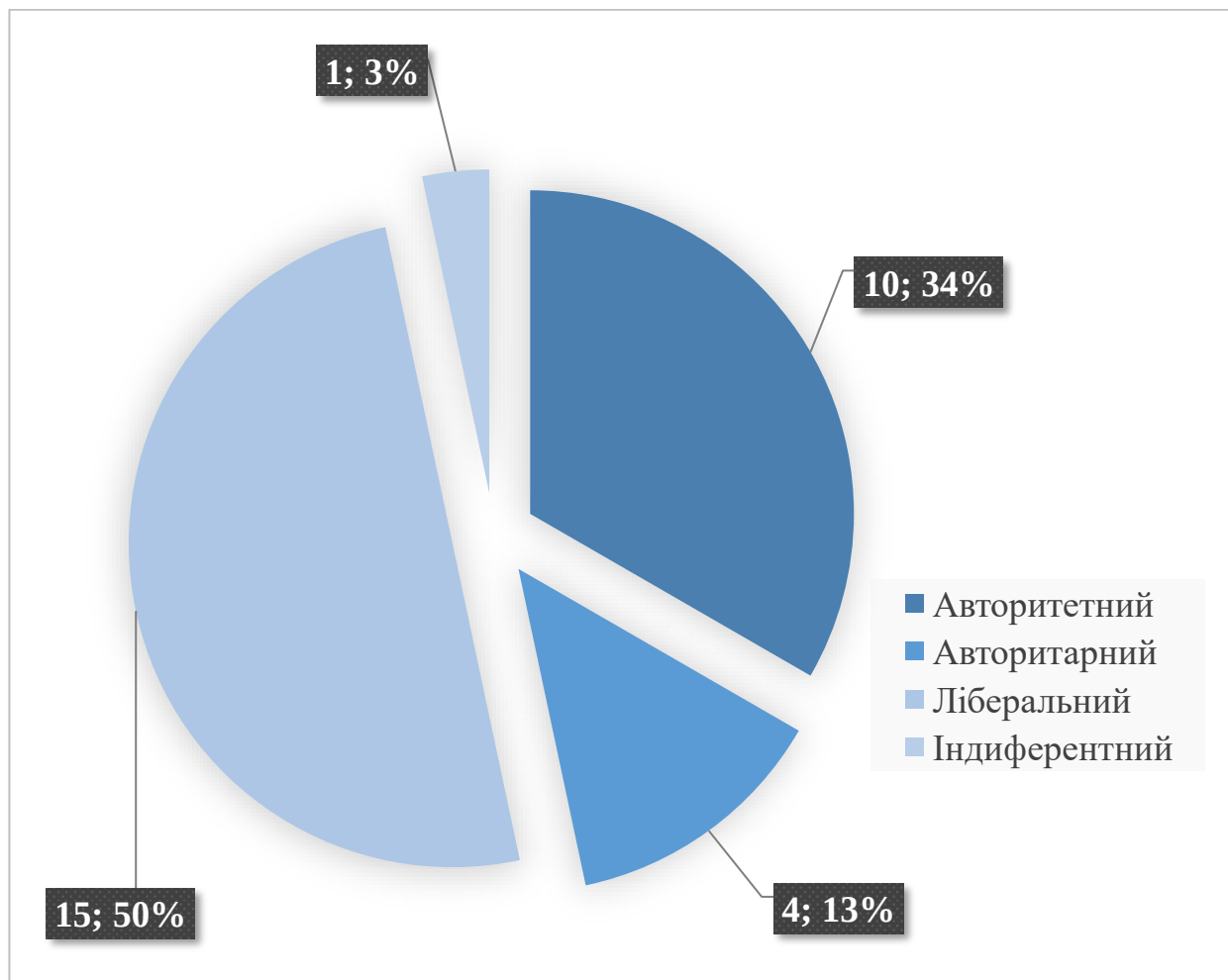


Рис. 2.6. Результати методики «Стратегії сімейного виховання»

(автор С. Степанова в модифікації І. Махоніної)

Результати методики «Стратегії сімейного виховання» свідчать про різноманітність підходів батьків до виховання дітей у вибірці. Переважна кількість батьків (50 %) дотримується ліберального стилю, що вказує на прагнення надавати дітям більше свободи, враховувати їхні потреби та думки, а також мінімізувати застосування суворих обмежень чи жорстких правил. Авторитетний стиль виховання обрано 34 % батьків, що свідчить про наявність чітких правил і вимог у поєднанні з емоційною підтримкою та конструктивним діалогом з дітьми.

Менша кількість батьків дотримується авторитарного стилю – лише 13 %, що характеризується високим рівнем контролю, вимогливістю та жорсткістю у вихованні. Лише 3 % батьків проявляють індиферентний стиль, тобто

недостатню увагу до виховання та недостатнє залучення у життя дитини. Загалом ці результати дозволяють зробити висновок, що більшість батьків намагаються поєднувати підтримку і свободу у вихованні, проте окремі випадки авторитарного чи індиферентного підходу свідчать про наявність потенційних ризиків для формування поведінкових та емоційних особливостей дітей.

Далі варто проаналізувати особливості впливу сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітковому віці за допомогою отриманих результатів, які були систематизовано наступним чином (таблиця 2.7.).

Авторитетний стиль виховання характеризується балансом між вимогливістю та підтримкою дитини, що дозволяє формувати у підлітків навички самоконтролю та емоційної регуляції. Аналіз результатів показав, що підлітки, чий батьки дотримуються авторитетного стилю, здебільшого мають низький рівень агресивності (бал 30–55), що свідчить про ефективність цього підходу у запобіганні імпульсивним та конфліктним реакціям. Такий стиль виховання створює стабільне емоційне середовище, де дитина відчуває підтримку і водночас розуміє межі дозволеного, що сприяє розвитку конструктивних моделей поведінки у складних соціальних ситуаціях.

Авторитарний стиль виховання виявився пов'язаним з підвищеним рівнем агресивності у підлітків. У вибірці підлітки з батьками, які застосовують жорсткі правила та суворий контроль, демонструють високі бали агресивності (95–110), що вказує на імпульсивність, дратівливість та схильність до конфліктів. Такий стиль обмежує емоційну самостійність дітей, провокує накопичення невдоволення та формування ворожого ставлення до оточуючих, що, у свою чергу, підсилює прояви агресивної поведінки.

Таблиця 2.7

Порівняння впливу сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітковому віці

Підліток	Бал	Рівень агресивності	Батько/Мати	Стиль виховання батьків
1	77	Середній	1	Ліберальний

2	42	Низький	2	Авторитетний
3	95	Високий	3	Авторитарний
4	63	Середній	4	Ліберальний
5	48	Низький	5	Авторитетний
6	85	Середній	6	Ліберальний
7	50	Низький	7	Авторитетний
8	110	Високий	8	Авторитарний
9	68	Середній	9	Ліберальний
10	72	Середній	10	Ліберальний
11	55	Низький	11	Авторитетний
12	66	Середній	12	Ліберальний
13	35	Низький	13	Авторитетний
14	59	Середній	14	Ліберальний
15	100	Високий	15	Авторитарний
16	78	Середній	16	Ліберальний
17	70	Середній	17	Ліберальний
18	48	Низький	18	Авторитетний
19	82	Середній	19	Ліберальний
20	30	Низький	20	Авторитетний
21	90	Високий	21	Авторитарний
22	60	Середній	22	Ліберальний
23	62	Середній	23	Ліберальний
24	40	Низький	24	Авторитетний
25	65	Середній	25	Ліберальний
26	75	Середній	26	Ліберальний
27	58	Середній	27	Ліберальний
28	67	Середній	28	Індиферентний
29	55	Низький	29	Авторитетний
30	48	Низький	30	Авторитетний

Ліберальний стиль виховання виявився змішаним у впливі на агресивність підлітків. Підлітки з батьками, які надають більше свободи та не обмежують самостійність, здебільшого демонструють середній рівень агресивності

(57–88 балів). Це свідчить про те, що відсутність чітких правил і меж може не завжди забезпечувати контрольовану поведінку, проте при достатньому рівні підтримки та емоційного контакту з батьками агресія не виходить на високий рівень. Ліберальний стиль створює умови для самовираження, але вимагає додаткових ресурсів для навчання підлітків управлінню власними емоціями.

Індиферентний стиль виховання у вибірці представлений одиничним випадком і демонструє підлітка зі середнім рівнем агресивності. Недостатня увага та мінімальна участь батьків у житті дитини можуть призводити до формування емоційної нестабільності та труднощів у саморегуляції. Такий стиль виховання створює ризик для виникнення конфліктної та імпульсивної поведінки, оскільки дитина не отримує чітких орієнтирів і підтримки, що ускладнює розвиток конструктивних стратегій взаємодії з оточуючими.

Загалом, проведене емпіричне дослідження підтвердило значущий вплив сімейних стосунків на розвиток агресії у підлітковому віці. Аналіз даних за методикою діагностики рівня агресивності Басса-Перрі показав, що більшість підлітків має середній рівень агресивності, тоді як низький рівень переважає серед дітей із стабільним та підтримуючим сімейним середовищем, а високий рівень агресивності більш характерний для підлітків із батьками, які дотримуються авторитарного стилю виховання. Дослідження стилів сімейного виховання засвідчило, що авторитетний (демократичний) стиль сприяє формуванню контролюваної, врівноваженої поведінки та зменшенню імпульсивних реакцій, тоді як ліберальний стиль дозволяє самовираження, але може призводити до ситуативної агресивності. Авторитарний та індиферентний стилі виявляються найбільш ризикованими для розвитку підвищеної агресивності, оскільки обмежують емоційну самостійність або створюють дефіцит підтримки та контролю.

Отже, результати дослідження підкреслюють важливість цілеспрямованого формування конструктивних сімейних стосунків як ключового чинника профілактики агресивної поведінки у підлітків та визначають практичні напрямки психологічної підтримки сім'ї і підлітків у контексті попередження конфліктних проявів.

РОЗДІЛ 3

ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКИ АГРЕСІЇ ПІДЛІТКІВ У КОНТЕКСТІ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ

3.1. Психолого-педагогічні підходи до профілактики та подолання агресивної поведінки

Спираючись на визначені в Національній доктрині розвитку освіти в Україні у ХХІ столітті завдання загальноосвітньої школи, зокрема профілактику агресивної поведінки учнів[54], доцільно звернутися до аналізу сутності профілактичної діяльності та окреслити її основні психолого-педагогічні характеристики. Такий підхід дає змогу глибше усвідомити значення профілактики агресивних проявів у контексті виховання та соціального розвитку особистості підлітка.

Поняття «профілактика» має широке застосування у різних галузях знань і в загальному розумінні трактується як система дій, заходів або механізмів, спрямованих на запобігання виникненню небажаних відхилень. У соціально-педагогічному контексті профілактика розглядається як цілеспрямована діяльність, що має на меті попередження негативних проявів у поведінці та розвитку особистості, а також створення умов для її гармонійного функціонування [55, с. 8].

У соціальній роботі профілактика визначається як науково обґрунтована та своєчасна система заходів, спрямованих на запобігання можливим фізичним, психологічним і соціальним труднощам у осіб або груп ризику. Вона передбачає збереження, підтримку й захист нормального рівня життя та здоров'я, а також сприяння особистісному розвитку й реалізації внутрішнього потенціалу людини. Основними ознаками профілактичної діяльності є своєчасність, попереджувальний характер та орієнтація на забезпечення стабільного й повноцінного розвитку.

Підґрунтям для здійснення профілактики виступають психобіологічні передумови та психолого-педагогічні чинники, які можуть зумовлювати виникнення відхилень у процесі соціального становлення дитини. Такі чинники знаходять відображення у стані здоров'я, організації життєдіяльності та поведінкових проявах, що потребує комплексного підходу до їх попередження.

У теорії соціальної педагогіки та соціальної роботи виокремлюються різні підходи до розуміння профілактики. З одного боку, вона розглядається як сукупність заходів, спрямованих на попередження, обмеження та нейтралізацію негативних явищ у соціальному середовищі. З іншого боку, профілактика трактується як окремий напрям професійної діяльності, орієнтований на недопущення проблемних ситуацій у житті людини та мінімізацію негативного впливу соціальних факторів на її розвиток. Такий підхід підкреслює важливість системної та цілеспрямованої роботи з профілактики агресивної поведінки в освітньому середовищі[56, с. 23].

Посилення агресивних проявів у підлітковому середовищі є відображенням однієї з найбільш актуальних і складних соціальних проблем сучасного суспільства. Сучасні умови життя спонукають соціальних педагогів і психологів переосмислювати підходи до вивчення та розв'язання проблеми агресії, адже агресивна поведінка дедалі частіше сприймається як звичне явище, а не як поодинокий виняток.

Профілактика розглядається як цілісна сукупність заходів, спрямованих на запобігання появі та поширенню різноманітних відхилень у розвитку особистості, а також у процесах її навчання й виховання [57, с. 41].

Сучасна практика психолого-педагогічної роботи свідчить про існування різноманітних напрямів профілактики, які сформувалися та успішно реалізуються в різних країнах світу. Кожен із них має власні акценти та механізми впливу залежно від соціально-культурних і державних особливостей. Зокрема, виокремлюють такі основні напрями профілактичної діяльності:

1. Медико-соціальний, що поширений у США та орієнтований на збереження психічного і фізичного здоров'я;

2. Організаційно-адміністративний, характерний для Італії та Швеції, який ґрунтується на регулюванні поведінки через інституційні механізми;
3. Правовий, представлений у Великобританії, Данії та Швеції, що передбачає застосування правових норм і санкцій;
4. Педагогічний, активно використовується в Німеччині та США й спрямований на виховний вплив;
5. Економічний, який пов'язаний із соціально-економічними умовами життя.

Профілактика агресивної поведінки підлітків переважно реалізується в межах педагогічного напрямку соціальної профілактики, що орієнтований на формування соціально прийнятних цінностей, норм поведінки та забезпечення контролю за їх дотриманням [58, с. 35].

Профілактика агресивної поведінки підлітків у діяльності педагогів та педагогів має бути структурованою та системною.

Загальною метою соціально-педагогічної діяльності науковці визначають створення сприятливих умов для успішної соціалізації особистості. Реалізація цієї мети конкретизується через систему взаємопов'язаних завдань, спрямованих на гармонійний розвиток людини та її повноцінне функціонування в суспільстві [59, с. 132].

Зокрема, соціально-педагогічна діяльність передбачає формування умов для всебічного розвитку особистості – фізичного, психічного й соціального – шляхом виявлення, підтримки та розвитку її природних задатків і здібностей. Важливим завданням є також забезпечення задоволення основних потреб особистості, насамперед потреби в самореалізації, що здійснюється через розкриття та активне використання її творчого потенціалу.

Крім того, соціально-педагогічна робота спрямована на становлення індивідуальності та розвиток здатності до перетворювальної діяльності, що ґрунтується на набутих знаннях, уміннях і життєвому досвіді. Важливе місце посідає надання комплексної допомоги та підтримки, яка може охоплювати соціальні, психологічні, педагогічні, правові, економічні, медичні й

організаційні аспекти. Не менш значущим завданням є попередження та зниження негативного впливу чинників соціального середовища на особистість [59, с. 132].

Соціально-педагогічна діяльність має чітко окреслену структуру, що забезпечує цілісність і послідовність її реалізації. Центральним елементом цієї структури виступає суб'єкт діяльності, яким може бути окремих фахівець, група спеціалістів, батьки, інші значущі особи або сама людина, яка здійснює роботу щодо власного розвитку. Характер і зміст діяльності суб'єкта залежать від соціального запиту суспільства та рівня його професійної підготовки.

Об'єктом соціально-педагогічного впливу є людина, зокрема дитина чи підліток, з її індивідуальними особливостями, можливостями, соціальними проблемами та специфікою взаємин із суб'єктом виховання. Важливим структурним компонентом також є етапи й підетапи соціально-педагогічного процесу, які виступають як логічно впорядкована послідовність дій, спрямованих на досягнення поставленої мети.

Реалізація соціально-педагогічної діяльності здійснюється через низку функцій, серед яких провідними є комунікативна, організаторська, діагностична та прогностична. Водночас важливу роль відіграють охоронно-захисна, попереджувально-профілактична, соціально-терапевтична, корекційно-реабілітаційна та інші функції, що забезпечують комплексний характер впливу на особистість.

Особливе значення у роботі з підлітками, схильними до агресивної поведінки, мають принципи соціально-педагогічної діяльності. До них належать встановлення довірливого контакту з підлітком, шанобливе та гуманістичне ставлення до його особистості, уважність до внутрішнього світу та переживань, безоціночне сприйняття й прийняття підлітка в цілому. Важливим є також принцип співпраці, що передбачає надання конструктивної допомоги у складних ситуаціях, а також формування навичок саморегуляції та самоконтролю [59, с. 133].

Узагальнюючи викладене, універсальну структуру соціально-педагогічної діяльності можна подати як систему взаємопов'язаних компонентів, які залежно від особливостей суб'єктів і об'єктів діяльності можуть конкретизуватися та набувати специфічних рис. У схематичному вигляді така структура відображається на рисунку 3.1. [59, с. 133].

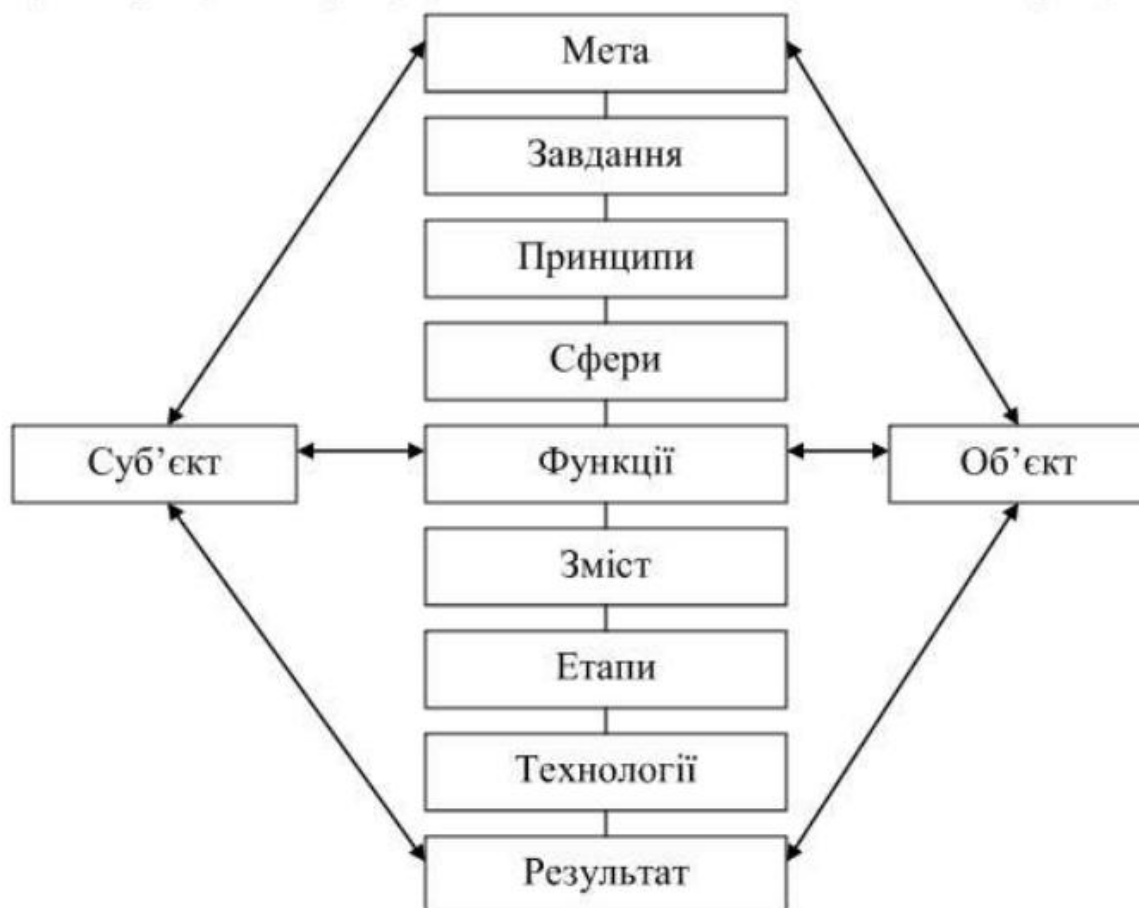


Рис. 3.1. Структура психолога-педагогічної діяльності

Результативність профілактичної діяльності значною мірою визначається правильним усвідомленням сутності проблеми та доцільним добором методів і засобів впливу на різних рівнях її реалізації. У цьому контексті доцільно виділити такі рівні агресивної поведінки дітей:

1. Загальносуспільний рівень, який охоплює діяльність держави, суспільства та його інститутів, спрямовану на подолання соціальних суперечностей, що впливають на розвиток особистості;

2. Соціальний рівень, що передбачає цілеспрямований вплив на негативні чинники середовища, які сприяють формуванню агресивної поведінки у школярів;

3. Індивідуальний рівень, який полягає у безпосередній роботі з конкретною дитиною, поведінка якої характеризується вираженими агресивними проявами [59, с. 134].

Профілактика агресивної поведінки підлітків у роботі психологів та педагогів повинна мати певну структуру, яка передбачає:

1. Виявлення та аналіз проблеми, планування профілактичної роботи, забезпечення організаційної й методичної підтримки, здійснення впливу як на особистість, так і на проблемне середовище;

2. Безпосередній вплив на особистість, що передбачає розвиток її внутрішніх ресурсів, корекцію негативних особистісних рис, формування якостей, які підвищують адаптаційні можливості, а також вироблення адекватного ставлення до проблемної ситуації;

3. Постійний моніторинг стану проблеми, оцінювання результативності профілактичних заходів та аналіз ефективності здійснюваних дій [59, с. 134].

Здійснюючи профілактичну діяльність, необхідно враховувати, що вона реалізується у кількох взаємопов'язаних формах, а саме: первинній, вторинній та третинній профілактиці. Кожен із цих видів має власну спрямованість, зміст і завдання, що визначають особливості профілактичного впливу на особистість та соціальне середовище.

Первинна профілактика має переважно інформаційно-просвітницький характер і спрямована на формування у дітей усвідомленого ставлення до базових цінностей, а також на розвиток особистісних якостей і життєвих навичок, які сприяють відмові від небажаних моделей поведінки та шкідливих звичок. Вона є найбільш масовою та неспецифічною формою профілактики. Завдяки своєчасності, системності та безперервності саме первинна профілактика відіграє ключову роль у запобіганні поведінковим відхиленням [60, с. 27].

Вторинна профілактика орієнтована на стримування поширення негативних явищ і передбачає цілеспрямований вплив як на індивідуальні прояви девіантної поведінки, так і на соціальні та психологічні чинники, що сприяють її виникненню. Вона спрямована не лише на корекцію поведінки, а й на усунення причин і умов, які її зумовлюють.

Третинна профілактика має на меті попередження повторних проявів негативної та агресивної поведінки у осіб, які вже мали подібний досвід. Водночас вона спрямована на відновлення особистісного, соціального та правового статусу людини, її успішну реінтеграцію в суспільство[60, с. 28].

Розгляд профілактики агресивної поведінки дітей як сукупності поодиноких заходів є недостатньо ефективним, оскільки така поведінка тісно пов'язана зі способом життя та умовами соціалізації цільової групи. Усунення агресивних проявів потребує комплексного впливу на соціальне середовище дитини та залучення різних соціальних інститутів. Саме тому профілактична робота набуває найбільшої результативності у поєднанні з іншими виховними та соціальними заходами і реалізується як цілісна, спеціально розроблена система дій, спрямована на розв'язання конкретної соціальної проблеми.

У наукових дослідженнях виокремлюють низку принципів здійснення профілактики агресивної поведінки дітей у діяльності соціального педагога, зокрема:

1. Довготривалість і безперервність;
2. Послідовність і систематичність;
3. Адресність;
4. Своєчасність;
5. Доступність;
6. Інтеграція в навчально-виховний процес;
7. Комплексність [58, с. 36].

Визначення зазначених принципів дає змогу глибше зрозуміти сутність профілактичної роботи та підкреслює необхідність залучення до неї різних

соціальних суб'єктів, таких як сім'я, однолітки, засоби масової інформації, позашкільні заклади, соціальні служби тощо.

Спираючись на наукові висновки В. Павелківа, можна зазначити, що ефективна профілактика агресивної поведінки передбачає створення спеціальних соціально-педагогічних умов, здатних нейтралізувати та коригувати негативні впливи на особистість. До таких умов належать:

1. Виявлення поширеності різних типів і форм агресивної поведінки, визначення чинників, що спричиняють їх виникнення, а також дослідження потреб учнів і батьків у процесі навчання та виховання;

2. Аналіз результатів вивчення поглядів школярів і батьків та розробка на цій основі програм профілактики поведінкових відхилень;

3. Підвищення педагогічної компетентності вчителів щодо проблеми агресивної поведінки й підготовка їх до організації виховного впливу у взаємодії з іншими соціальними інститутами;

4. Створення у закладі освіти сприятливих психолого-педагогічних умов, а також налагодження ефективної співпраці з родиною та установами додаткової освіти [56, с. 28–29].

Отже, психолого-педагогічні підходи до профілактики та подолання агресивної поведінки ґрунтуються на комплексному, системному та гуманістичному розумінні особистості, з урахуванням її вікових, індивідуально-психологічних і соціальних особливостей. Ефективність такої роботи забезпечується поєднанням превентивних і корекційних заходів, спрямованих не лише на зниження проявів агресії, а й на усунення причин її виникнення, зокрема несприятливих умов сімейного виховання, порушень емоційного контакту, дефіциту позитивного спілкування та навичок саморегуляції. Важливе місце в межах психолого-педагогічних підходів посідає формування соціально схвалюваних цінностей, розвиток емоційної компетентності, емпатії, відповідальності та конструктивних способів розв'язання конфліктів. Значущою умовою успішної профілактики є міждисциплінарна взаємодія педагогів, психологів, соціальних педагогів і батьків, що дозволяє створити

єдиний виховний простір та забезпечити послідовність впливів на особистість підлітка. Таким чином, психолого-педагогічні підходи до профілактики й подолання агресивної поведінки виступають важливим ресурсом гармонізації особистісного розвитку, соціальної адаптації та формування безпечного освітнього й соціального середовища.

3.2. Рекомендації для батьків щодо формування конструктивних сімейних відносин

У результаті проведеного емпіричного дослідження встановлено, що особливості сімейних стосунків і стилю батьківського виховання мають істотний вплив на рівень та характер проявів агресивної поведінки у підлітків, що зумовлює необхідність розроблення спеціальних рекомендацій для батьків щодо формування конструктивних сімейних відносин. Рекомендації спрямовані на підвищення батьківської компетентності, розвиток емоційної близькості, довіри та взаємоповаги в родині, а також на опанування ефективних способів спілкування й ненасильницького розв'язання конфліктів. Реалізація запропонованих рекомендацій сприятиме створенню психологічно безпечного сімейного середовища, зниженню рівня агресивних проявів у підлітковому віці та гармонійному розвитку особистості дитини.

Рекомендації для батьків щодо формування конструктивних сімейних відносин є наступними:

1. Підтримувати емоційно теплі та довірливі стосунки з підлітком.
2. Дотримуватися послідовності у вимогах і правилах сімейного життя.
3. Використовувати демократичний (авторитетний) стиль виховання.
4. Уникати жорстких покарань та агресивних способів впливу.
5. Заохочувати відкрите обговорення почуттів і проблем дитини.
6. Бути прикладом конструктивної поведінки та самоконтролю.
7. Поважати особисті межі та думку підлітка.
8. Своєчасно помічати емоційні труднощі дитини та надавати підтримку.

9. Спільно з підлітком шукати мирні способи розв'язання конфліктів.
 10. Залучати дитину до спільної діяльності, що зміцнює сімейні зв'язки.
- Далі варто конкретизувати кожен з описаних вище рекомендацій.
1. Підтримувати емоційно теплі та довірливі стосунки з підлітком.

Підтримка емоційної теплоти у стосунках з підлітком є основою для формування психологічної безпеки та довіри всередині сім'ї. Коли дитина відчуває, що її почуття та думки цінуються і сприймаються без осуду, вона стає більш відкритою до спілкування та готовою ділитися переживаннями. Емоційна близькість створює сприятливі умови для розвитку соціальної компетентності та саморегуляції підлітка, що, у свою чергу, знижує ризик проявів агресивної поведінки.

Важливим аспектом є демонстрація батьками уваги та щирого інтересу до внутрішнього світу підлітка. Це може виражатися у спільному проведенні часу, обговоренні важливих для дитини питань, підтримці її хобі та інтересів. Такий підхід формує у підлітка відчуття власної значущості та соціальної підтримки, а також стимулює розвиток емпатії та здатності до конструктивного вирішення конфліктів.

Постійне проявлення турботи та тепла допомагає уникати формування негативних моделей поведінки, таких як агресія або маніпуляція емоціями інших. Підліток, який відчуває підтримку й любов, легше долає стресові ситуації та здатен адекватно виражати свої емоції. Таким чином, емоційно теплі стосунки створюють стабільну базу для гармонійного розвитку особистості та запобігають небажаним соціальним проявам у поведінці дитини.

2. Дотримуватися послідовності у вимогах і правилах сімейного життя.

Послідовність у правилах і вимогах формує у підлітка чітке уявлення про межі дозволеного та прийнятного в сімейному середовищі. Коли батьки дотримуються встановлених норм, дитина знає, що її поведінка має наслідки, що підвищує відповідальність та здатність до самоконтролю. Невизначеність або суперечливість у вимогах породжує тривогу, невпевненість і часто

провокує прояви агресії, оскільки підліток не знає, як очікувати реакції дорослих.

Дотримання послідовності дозволяє підлітку поступово навчитися планувати власну поведінку та приймати рішення, враховуючи соціальні норми. Коли правила зрозумілі й стабільні, дитина відчуває впевненість у своєму соціальному середовищі та здатна прогнозувати реакції батьків на різні ситуації. Це сприяє формуванню внутрішнього контролю та самодисципліни, знижуючи рівень конфліктності у сімейних стосунках.

Особливу важливість має поєднання послідовності з гнучкістю. Батьки повинні дотримуватися правил, але водночас враховувати індивідуальні потреби та обставини підлітка. Такий баланс дозволяє підтримувати авторитет батьків без застосування надмірної строгості та примусу, що позитивно впливає на розвиток емоційної стабільності та запобігає агресивним реакціям у дитини.

3. Використовувати демократичний (авторитетний) стиль виховання.

Демократичний стиль виховання передбачає поєднання тепла та підтримки з чіткими правилами та вимогами. Такий підхід дозволяє підлітку відчувати повагу до власної думки, одночасно розуміючи важливість правил і норм сімейного життя. Авторитетний стиль формує у дитини відповідальність, здатність до самоконтролю та конструктивного вирішення конфліктів, що є ключовим у профілактиці агресивної поведінки.

Використання демократичного підходу передбачає активне залучення підлітка у прийняття рішень, обговорення сімейних правил і проблемних ситуацій. Це створює відчуття партнерства, підвищує мотивацію до співпраці та сприяє розвитку критичного мислення. Підліток навчається враховувати інтереси інших, а також власні, що допомагає формувати емпатію та соціальну відповідальність.

Демократичний стиль виховання також запобігає виникненню протистояння між батьками та дитиною, оскільки конфліктні ситуації вирішуються шляхом діалогу, а не примусу. Такий підхід сприяє розвитку внутрішніх ресурсів дитини, її самостійності та впевненості у власних

можливостях. Як наслідок, підліток легше справляється зі стресом і конфліктами, а рівень агресії знижується, що робить демократичний стиль одним із найбільш ефективних у вихованні підлітків.

4. Уникати жорстких покарань та агресивних способів впливу.

Жорсткі покарання та агресивні методи впливу часто провокують у підлітка негативні емоції, страх та злість, що може підсилювати прояви агресивної поведінки. Підлітки, які зазнають частих криків, фізичних покарань або принижень, не вчаться вирішувати конфлікти конструктивно, а навпаки, часто переносять подібні стратегії на стосунки з однолітками. Внаслідок цього формується замкнене коло негативних проявів: жорстокість породжує агресію, а агресія відповідає жорстокістю.

Важливо застосовувати альтернативні, більш ефективні способи впливу на поведінку дитини. Це можуть бути бесіди, обговорення наслідків вчинків, стимулювання самоконтролю та усвідомлення власних дій. Коли підліток розуміє, чому певні дії є небажаними і якими наслідками вони загрожують, він набуває внутрішньої мотивації змінювати поведінку. Такий підхід допомагає формувати у дитини усвідомлену відповідальність за власні вчинки, замість страху перед покаранням.

Уникання агресивних методів виховання сприяє зміцненню довірливих відносин між батьками та підлітком. Дитина відчуває, що її почуття та думки поважаються, що зменшує напруження і конфліктність у сім'ї. Крім того, це створює позитивний емоційний клімат, у якому підліток більш схильний до саморегуляції та конструктивного вирішення проблем, що безпосередньо знижує ризик проявів агресії.

5. Заохочувати відкрите обговорення почуттів і проблем дитини.

Відкрите обговорення емоцій і проблем підлітка дозволяє йому навчитися усвідомлювати свої почуття та адекватно їх висловлювати. Коли дитина відчуває підтримку і готовність батьків слухати її без осуду, вона менше схильна приховувати свої емоції або реагувати агресивно на стресові ситуації. Така комунікація сприяє формуванню емоційної грамотності, яка є ключовою

навичкою для розвитку самоконтролю та здатності до конструктивного спілкування.

Заохочення до діалогу передбачає активне слухання, задавання уточнювальних запитань і прояв інтересу до внутрішнього світу підлітка. Це дозволяє не лише зрозуміти джерела його переживань, а й допомагає виявити приховані конфлікти чи негативні впливи, які можуть провокувати агресивну поведінку. Підліток відчуває себе почутим і цінним членом сім'ї, що підвищує рівень довіри та емоційної безпеки.

Регулярне обговорення проблем у сімейному колі також сприяє розвитку навичок розв'язання конфліктів та співпраці. Дитина вчиться формулювати свої потреби та обґрунтовувати власну позицію, не вдаючись до агресії. Такий підхід допомагає попереджати емоційне напруження та формує позитивні моделі поведінки, які можуть переноситися у спілкування з однолітками та в соціальні взаємодії поза домом.

6. Бути прикладом конструктивної поведінки та самоконтролю.

Поведінка батьків є найбільш потужним інструментом навчання підлітка соціально прийнятним нормам. Коли дитина спостерігає, як дорослі вирішують конфлікти мирним шляхом, керують емоціями та контролюють власну поведінку, вона засвоює подібні моделі. Приклад конструктивної поведінки формує у підлітка уявлення про допустимі способи реагування в складних ситуаціях і демонструє цінність самоконтролю.

Важливо демонструвати спокій і врівноваженість навіть у стресових ситуаціях. Підліток, який бачить, як батьки стримують емоції, аналізують проблему та шукають компромісні рішення, навчається емоційній регуляції і здатен перенести ці навички на власні взаємодії. Такий підхід допомагає зменшити імпульсивність, знижити схильність до агресивних реакцій та сприяє розвитку відповідальності за власні дії.

Крім того, демонстрація конструктивної поведінки та самоконтролю створює позитивну моральну атмосферу у сім'ї. Підліток починає сприймати сім'ю як безпечне середовище, де конфлікти можна вирішувати без насильства.

Це сприяє зміцненню емоційної близькості, довіри та готовності до співпраці, що є важливим фактором профілактики агресії та формування здорових соціальних навичок у дитини.

7. Поважати особисті межі та думку підлітка.

Повага до особистих меж підлітка є важливим аспектом побудови довірливих і гармонійних сімейних відносин. Коли батьки визнають право дитини на приватність, особистий простір та власну думку, підліток відчуває себе цінним і повноправним членом сім'ї. Це сприяє формуванню впевненості у власних силах та здатності приймати самостійні рішення, що, у свою чергу, знижує ризик конфліктів та агресивних проявів, пов'язаних із прагненням підлітка відстояти свою незалежність.

Дотримання меж особистості дитини передбачає не лише фізичну автономію, але й повагу до її внутрішнього світу – думок, переживань, почуттів та інтересів. Батьки, які активно слухають та враховують думку підлітка при прийнятті сімейних рішень, формують атмосферу взаємоповаги і співпраці. Підліток у такому середовищі менше схильний до протестних або агресивних реакцій, адже він відчуває, що його позиція має значення і враховується.

Поважаючи особисті межі та думку підлітка, батьки закладають основу для розвитку його соціальних навичок, таких як вміння вести конструктивний діалог, компроміс та самоусвідомлення. Це допомагає дитині навчитися врівноважено реагувати на конфліктні ситуації не тільки вдома, а й у спілкуванні з однолітками та в соціальному середовищі загалом. Такий підхід значно підвищує ефективність профілактики агресивної поведінки та формує гармонійну особистість.

8. Своєчасно помічати емоційні труднощі дитини та надавати підтримку.

Раннє виявлення емоційних труднощів у підлітка дозволяє запобігти поглибленню проблем та формуванню агресивних реакцій. Підлітки часто не висловлюють своїх переживань відкрито, що робить батьків пильними спостерігачами їх поведінки та емоційного стану. Своєчасне помічання тривожності, пригніченості, замкнутості або ознак стресу дозволяє вжити

превентивних заходів, надати підтримку та скоригувати поведінку, перш ніж вона стане проявом агресії.

Надання емоційної підтримки передбачає не тільки слова заохочення, а й активне слухання, прояв співчуття та розуміння. Батьки, які здатні розпізнати і правильно відреагувати на сигнали дитини про дискомфорт, допомагають їй навчитися усвідомлювати власні емоції та справлятися з ними конструктивно. Це формує у підлітка внутрішню стабільність, знижує рівень тривожності і сприяє розвитку адаптивних стратегій поведінки.

Регулярна підтримка та увага до емоційного стану підлітка створює безпечне середовище, у якому дитина відчуває себе зрозумілою та захищеною. Це не лише зміцнює сімейні відносини, а й сприяє розвитку емоційної інтелігентності, саморегуляції та здатності до співпраці. Внаслідок цього знижується ймовірність проявів агресії, а підліток отримує необхідні ресурси для конструктивного вирішення проблем.

9. Спільно з підлітком шукати мирні способи розв'язання конфліктів.

Спільний пошук мирних способів вирішення конфліктів є ключовим елементом формування конструктивної поведінки підлітка. Коли батьки демонструють готовність обговорювати проблемні ситуації без агресії та підказують дитині способи врівноваженої реакції, вона вчиться контролювати свої емоції та реагувати на конфлікти раціонально. Такий підхід формує у підлітка навички критичного мислення та усвідомленого прийняття рішень, що знижує ризик розвитку агресивних проявів у сімейному та соціальному середовищі.

Спільне вирішення конфліктів передбачає створення атмосфери довіри та взаємоповаги. Батьки можуть моделювати різні сценарії вирішення суперечок, обговорювати можливі наслідки різних дій та заохочувати підлітка пропонувати власні шляхи виходу із ситуації. Це дає дитині відчуття причетності до процесу прийняття рішень та відповідальності за свої вчинки, що сприяє розвитку самоконтролю та емоційної зрілості.

Завдяки такій практиці підліток навчається бачити конфлікти не як загрозу або привід для агресії, а як можливість для взаєморозуміння та компромісу. В результаті він опановує навички переговорів, мирного врегулювання суперечок та ефективної комунікації, що позитивно впливає на соціальну адаптацію та зменшує ймовірність негативних моделей поведінки в майбутньому.

10. Залучати дитину до спільної діяльності, що зміцнює сімейні зв'язки.

Спільна діяльність є ефективним інструментом формування міцних сімейних зв'язків і зменшення конфліктності у стосунках з підлітком. Коли батьки активно залучають дитину до спільних заходів, таких як ігри, проєкти, походи, домашні обов'язки чи волонтерські акції, створюється спільний емоційний простір. Підліток відчуває себе важливою частиною родини, що підвищує його довіру до батьків і зменшує бажання проявляти агресію або протест.

Спільна діяльність також сприяє розвитку навичок співпраці, взаємодопомоги та відповідальності у підлітка. Дитина вчиться враховувати інтереси інших членів сім'ї, планувати власні дії та працювати над досягненням спільних цілей. Такі практики формують емоційну стійкість, вміння адаптуватися до потреб інших та цінувати взаємопідтримку, що є важливим чинником запобігання конфліктів і агресивної поведінки.

Регулярна участь у спільній діяльності сприяє не лише соціальному розвитку підлітка, а й створює атмосферу стабільності та безпеки у сім'ї. Підліток отримує позитивні моделі поведінки та навички конструктивного спілкування, а батьки мають можливість контролювати взаємодію дитини, водночас зміцнюючи емоційний зв'язок і довіру. Це робить сімейне середовище більш сприятливим для розвитку гармонійної особистості.

Таким чином, ефективне формування конструктивних сімейних відносин потребує поєднання емоційної підтримки, послідовності в правилах, демократичного стилю виховання та активної участі батьків у житті підлітка. Розроблені рекомендації передбачають створення довірливої атмосфери,

розвиток навичок спілкування, контроль за емоційними проявами та спільну діяльність, що зміцнює сімейні зв'язки. Дотримання цих принципів сприяє зниженню агресивності у підлітків, формуванню позитивних моделей поведінки та гармонійному розвитку особистості в сімейному середовищі.

3.3. Програма психологічної допомоги підліткам із підвищеним рівнем агресії

З метою розробки програми психологічної допомоги підліткам із підвищеним рівнем агресії було проведено детальний аналіз існуючих програм та методичних джерел у галузі психології та педагогіки [61–67]. Було вивчено підходи до профілактики агресивної поведінки, методики психокорекції та програми розвитку соціальних і емоційних компетенцій, що застосовуються як у вітчизняній, так і в зарубіжній практиці. Такий аналіз дозволив визначити ефективні стратегії втручання, адаптувати їх до потреб підлітків та підґрунтя для створення комплексної та практично орієнтованої програми психологічної підтримки.

Мета програми – зменшення рівня агресивної поведінки підлітків; навчання прийнятним способам вираження гніву та емоційного напруження; оволодіння навичками самоконтролю та саморегуляції; формування конструктивних моделей поведінки у конфліктних ситуаціях; розвиток емпатії, соціальних навичок та адекватної самооцінки.

Форма проведення: психологічний тренінг.

Цільова група: підлітки із підвищеним рівнем агресії.

Тривалість тренінгу: 12 годин 40 хвилин.

Тривалість одного заняття: 1 год. 35 хвилин.

Місце проведення: просторі кімнати із стільцями, розташованими по колу для зручності взаємодії.

Кількість занять: 8.

Періодичність: один раз на тиждень.

Обладнання та матеріали: фліпчарт, блокнот для фліпчарту, маркери, стільці, стікери, мотузка, роздаткові матеріали, дзеркальця, фломастери, ручки.

Методи роботи у тренінгу: інформаційні повідомлення, опитувальники, моделювання ситуацій, обговорення практичних вправ, рольові ігри, стимулювання уваги, невербальні техніки (проекція), групові дискусії.

Структура тренінгу: модульна, кожен модуль представляє завершений блок з теоретичної та практичної частини. Така побудова дозволяє проводити окремі заняття як самостійні одиниці, а нові учасники можуть легко приєднатися до роботи без втрати цілісності процесу.

Психолого-педагогічні принципи тренінгової роботи: комплексність та інтеграція різних методів; поступове ускладнення завдань та технік; доступність матеріалу для підлітків різного рівня підготовки; системність та логічна послідовність занять; забезпечення зворотного зв'язку для закріплення результатів; активна участь учасників у процесі навчання; конфіденційність та створення безпечного психологічного середовища.

Заняття 1. Тема: «Мої внутрішні ресурси».

Мета: Виявлення та розвиток внутрішніх ресурсів для подолання агресії, навчання усвідомленому використанню власних сильних сторін у складних ситуаціях.

Обладнання: папір, ручки, фліпчарт, стікери різних кольорів, маркери, картки із завданнями, простір для групової роботи.

Хід заняття:

1. Вправа «Скарбничка сил»:

- Кожен учасник отримує набір стікерів і пише на них свої сильні сторони, таланти, досягнення або якості, якими пишається.
- Після цього всі стікери розміщуються на фліпчарті, який називається «Скарбничка сил».
- Кожен учасник коротко розповідає, чому обрав саме ці якості, тренер коментує та підкреслює позитивний вплив цих ресурсів на подолання складних емоційних ситуацій.

2. Вправа «Мій особистий щит»:

- Учасники малюють на аркушах «щит», який символізує їхні внутрішні ресурси.
- На щиті зазначають риси характеру, навички та стратегії, які допомагають контролювати емоції та уникати агресії.
- Після завершення малюнку кожен коротко пояснює значення своїх «щитових ресурсів».
- Тренер пропонує учасникам подумати, як ці ресурси можна використовувати у реальних конфліктних ситуаціях.

3. Групове обговорення «Використання ресурсів»:

- Учасники об'єднуються у пари або малі групи.
- Обговорюють ситуації з власного життя, коли вони могли б використати свої внутрішні ресурси для уникнення агресивної реакції.
- Тренер допомагає знайти альтернативні способи поведінки, підкреслюючи позитивне використання особистісних якостей.

4. Підсумок та рефлексія:

- Кожен учасник ділиться одним новим відкриттям або усвідомленням про свої ресурси.
- Тренер підсумовує заняття, звертаючи увагу на важливість усвідомленого використання внутрішніх сил та підкреслює, що ці навички можна застосовувати щодня.
- Завершується короткою вправою на заспокоєння: глибоке дихання, розслаблення рук та плечей.

Заняття 2. Тема: «Розпізнаю тригери гніву»

Мета: Виявлення та усвідомлення причин виникнення агресивних реакцій, навчання визначати ситуації, які провокують негативні емоції, і знаходити способи конструктивного реагування.

Обладнання: ватман, маркери різних кольорів, картки із конфліктними ситуаціями, стікери, ручки, простір для групової роботи.

Хід заняття:

1. Вправа «Мої тригери»:

- Кожен учасник отримує набір карток і записує на них ситуації або події, що викликають у нього гнів або роздратування.
- Учасники обговорюють у парах, які ситуації повторюються найчастіше та чому вони провокують сильні емоції.
- Тренер коментує, підкреслюючи, що розпізнавання тригерів – перший крок до контролю агресивних реакцій.

2. Вправа «Мапа емоцій»:

- Всі учасники приклеюють свої тригери на ватман, створюючи «Мапу емоцій».
- Кожен тригер позначається кольоровим маркером у залежності від інтенсивності гніву: слабкий, середній, сильний.
- Після розміщення тригерів проводиться обговорення: які емоції виникають у цих ситуаціях, як вони впливають на поведінку, і які реакції зазвичай проявляються.

3. Рольова гра «Альтернативні реакції»:

- Тренер пропонує моделювати ситуації з «Мапи емоцій».
- Учасники по черзі грають різні ролі: агресора, постраждалого та спостерігача.
- Після кожного прогону обговорюються альтернативні способи реагування, що допомагають уникнути конфлікту та контролювати власні емоції.

4. Підсумок та рефлексія.

Заняття 3. Тема: «Мої цілі та бажання».

Мета: Формування усвідомленості щодо власних потреб і бажань, навчання контролювати емоції та уникати агресивних реакцій у ситуаціях фрустрації.

Обладнання: папір, ручки, фліпчарт, стікери різних кольорів, маркери, простір для групової роботи.

Хід заняття:

1. Вправа «Хочу – можу»:

- Кожен учасник отримує аркуш паперу, розділений на дві колонки: «Хочу» і «Можу».
- У колонці «Хочу» записуються бажання, а у колонці «Можу» – ті, які реально досяжні зараз або найближчим часом.
- Учасники обговорюють у парах, як можна поступово наближати «Хочу» до «Можу», і які кроки для цього потрібні.
- Тренер пояснює важливість реалістичного планування та прийняття власних обмежень без агресії або фрустрації.

2. Вправа «Шлях до мети»:

- На фліпчарті створюється схема: бажання → кроки досягнення → ресурси → очікувані результати.
- Учасники підбирають власні бажання і прописують конкретні дії, які допоможуть досягти мети конструктивним способом.
- Обговорюються ситуації, коли плани не збігаються з можливостями, та способи корекції дій без конфліктів і агресії.

3. Групове обговорення «Фрустрація і контроль»:

- Учасники діляться досвідом, як вони справлялися з розчаруванням у минулому.
- Тренер пропонує методи саморегуляції та управління емоціями під час невдач: дихальні вправи, короткі паузи, переорієнтація на позитивні дії.
- Обговорюється, як уміння відокремлювати бажання від можливостей зменшує ризик агресивних реакцій і підвищує впевненість у власних силах.

4. Підсумок та рефлексія.

Заняття 4. Тема: «Альтернатива конфлікту».

Мета: Навчити підлітків мирним способам розв'язання конфліктів, формувати навички конструктивної взаємодії та контролю емоцій під час суперечок.

Обладнання: картки з конфліктними ситуаціями, фліпчарт, маркери, стікери, простір для групової роботи.

Хід заняття:

1. Вправа «Розв'язую конфлікт мирно»:

- Учасникам роздаються картки з типовими конфліктними ситуаціями (друзі, школа, сім'я).
- Кожен учасник обирає одну ситуацію та пропонує кілька варіантів вирішення без агресії.
- Розглядаються плюси і мінуси кожного способу, обговорюється можливість застосування в реальному житті.
- Тренер підкреслює важливість вибору конструктивної поведінки та контролю емоцій під час конфліктів.

2. Рольова гра «Інша точка зору»:

- Учасники об'єднуються в пари або трійки і грають ролі всіх сторін конфлікту.
- Кожен учасник висловлює свої потреби та очікування, пропонує компроміси та спільні рішення.
- Обговорюється, як розуміння думки іншої людини допомагає зменшити напруження і уникнути агресії.
- Тренер пояснює, що емпатія та врахування позиції іншого – ключові навички у вирішенні конфліктів мирним шляхом.

3. Обговорення ефективності стратегій:

- Учасники діляться власними враженнями від ролі іншої сторони та способів вирішення конфлікту.
- Разом аналізуються стратегії, які виявилися найбільш ефективними, і визначаються ті, що можна застосовувати у повсякденному житті.
- Тренер наводить приклади повсякденних ситуацій, де можна використовувати вивчені методи, та підкреслює важливість постійного тренування навичок.

4. Підсумок та рефлексія.

Заняття 5.Тема: «Моє тіло та стрес».

Мета: Виявити фізичні прояви агресії, навчити підлітків усвідомлювати сигнали свого тіла під час стресу та гніву, а також освоїти техніки зниження напруги та контроль емоцій через тілесні вправи.

Обладнання: простір для рухових вправ, килимки, картки із завданнями, музика для релаксації, фліпчарт для записів спостережень.

Хід заняття:

1. Вправа «Сигнали тіла»:

- Учасники встають у коло та обговорюють, які фізичні зміни виникають під час гніву або стресу (напруження м'язів, серцебиття, стискання кулаків тощо).
- Кожен учасник демонструє свої «сигнали тіла» та описує власні відчуття.
- Тренер пояснює, що розпізнавання тілесних сигналів допомагає своєчасно контролювати емоції та запобігати конфліктам.

2. Вправа «Розслаблююче дихання»:

- Учасники навчаються технікам глибокого дихання та повільного видиху, які зменшують напруження тіла.
- Проводиться серія вправ «вдих-видих», де тренер демонструє ритм дихання, а учасники повторюють рухи разом із звуком.
- Після вправ обговорюються відчуття легкості, спокою та зміни в самопочутті. Тренер підкреслює важливість регулярного використання дихальних технік у повсякденному житті.

3. Вправа «Енергетичний вихід»:

- Безпечні фізичні вправи для «випуску» накопиченої агресії: стрибки, удари по подушках, розтягування.
- Учасники обирають види рухів, які дозволяють відчувати контроль над енергією та емоціями.
- Після виконання вправ проводиться коротке обговорення, як фізична активність допомагає знизити рівень гніву та стресу.

4. Підсумок та рефлексія.

Заняття 6. Тема: «Слухаю та розумію».

Мета: Розвивати навички активного слухання, емпатії та розпізнавання емоцій співрозмовника, що допомагає запобігати конфліктам та агресивним реакціям.

Обладнання: картки з конфліктними та життєвими ситуаціями, фліпчарт, маркери, ручки, папір для нотаток.

Хід заняття:

1. Вправа «Інтерв'ю»:

- Учасники працюють парами. Один ставить запитання, другий відповідає, при цьому слухач повинен уважно слухати без переривань і оцінок.
- Потім ролі змінюються. Кожен учасник відмічає, як відчував себе у ролі слухача та спікера.
- Тренер підкреслює, що активне слухання включає увагу до слів, інтонації та невербальних сигналів, що допомагає краще розуміти співрозмовника.

2. Вправа «Розумію іншого»:

- Учасники перефразовують почуте у своїх словах, після чого співрозмовник підтверджує або уточнює правильність розуміння.
- Обговорюється, як уважне слухання допомагає уникнути непорозумінь і конфліктів.
- Тренер наводить приклади, коли емоційна реакція виникає через неправильне сприйняття слів іншої людини, та пояснює, як емпатія знижує ризик агресії.

3. Групове обговорення:

- Усі учасники діляться власними спостереженнями: що було складно, що вдалося зробити, які навички допомагають розуміти іншого.
- Обговорюється застосування навичок слухання у повсякденному житті, школі та стосунках із друзями й батьками.
- Тренер робить акцент на практичності отриманих умінь для запобігання конфліктним ситуаціям та контролю власних емоцій.

4. Підсумок та рефлексія.

Заняття 7. Тема: «Вибір конструктивної поведінки».

Мета: Навчити підлітків усвідомлено обирати альтернативні способи реагування в стресових та конфліктних ситуаціях, розвивати навички самоконтролю та прийняття відповідальних рішень.

Обладнання: картки із конфліктними ситуаціями, стікери різних кольорів, маркери, фліпчарт, аркуші паперу.

Хід заняття:

1. Вправа «Що я можу зробити?»:

- Учасники отримують картки з різними конфліктними чи стресовими ситуаціями.

- Завдання: обміркувати і записати декілька можливих способів реагування, зокрема конструктивні альтернативи агресивній поведінці.

- Потім кожен учасник ділиться своїми ідеями в групі, а тренер коментує переваги конструктивних дій і можливі наслідки деструктивних реакцій.

2. Вправа «Позитивний вибір»:

- Учасники обговорюють, чому обрання конструктивних дій більш ефективно та корисне для себе та оточення.

- На фліпчарті формують таблицю: «Конструктивна дія – Наслідки», «Агресивна дія – Наслідки».

- Тренер акцентує увагу на тому, що свідомий вибір поведінки допомагає контролювати емоції і знижує ризик конфліктів.

3. Рольова гра:

- Моделюються складні ситуації, де учасники застосовують обговорені конструктивні стратегії.

- Інші учасники оцінюють, які дії були ефективними, а які – ні, і пропонують альтернативні підходи.

- Тренер дає зворотній зв'язок, виділяючи сильні сторони учасників і коригуючи помилки у виборі стратегії поведінки.

4. Підсумок та рефлексія.

Заняття 8. Тема: «Підсумкове заняття: я змінився».

Мета: Підвести підсумки тренінгу, закріпити навички самоконтролю та конструктивної поведінки, усвідомити власні зміни та досягнення, спланувати подальше застосування набутих навичок у повсякденному житті.

Обладнання: ватман, маркери, ручки, стікери різних кольорів, картки для рефлексії.

Хід заняття:

1. Вправа «Моя емоційна карта»:

- Кожен учасник на ватмані створює власну «карту», відображаючи навички та емоції, які вдалося контролювати під час тренінгу.

- Використовуються стікери різного кольору: один колір для позитивних змін, інший – для труднощів або моментів, які потребують подальшої роботи.

- Після створення карти учасники по черзі пояснюють свої позначки, обговорюють, що найбільше допомогло у розвитку самоконтролю та конструктивної поведінки.

2. Вправа «Обмін досвідом»:

- Учасники діляться своїми успіхами, здобутками та труднощами, з якими стикалися під час тренінгу.

- Тренер підкреслює позитивні зміни та дає рекомендації щодо подальшого використання навичок у різних сферах життя (школа, сім'я, спілкування з друзями).

- Учасники обговорюють, які стратегії спрацювали найкраще і які вони будуть застосовувати надалі для контролю гніву та запобігання конфліктам.

3. Підсумкова рефлексія та планування:

- Групова дискусія: що змінилося у власній поведінці, як змінилися реакції на складні ситуації та агресивні провокації.

- Кожен учасник записує на стікері особистий план застосування отриманих навичок у повсякденному житті та ділиться ним із групою.

- Тренер підсумовує ключові результати тренінгу, мотивує учасників продовжувати практикувати конструктивні способи поведінки та контролю емоцій.

Загалом, розроблена програма психологічної допомоги підліткам із підвищеним рівнем агресії є комплексною системою заходів, спрямованих на формування навичок самоконтролю, конструктивного реагування у стресових ситуаціях, розвитку емпатії та усвідомлення власних емоцій. Завдяки поєднанню інформаційних повідомлень, рольових ігор, групових обговорень та практичних вправ програма дозволяє учасникам поступово опанувати ефективні способи вираження емоцій, уникати конфліктів та зменшувати рівень агресивної поведінки. Впровадження такої програми сприяє не лише розвитку особистісних ресурсів підлітків, але й покращенню міжособистісних взаємин у сім'ї та колективі, створюючи основу для гармонійного соціального функціонування та профілактики негативних проявів у поведінці.

ВИСНОВКИ

Отже, агресія в психологічній науці розглядається як складне явище, що включає емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти, спрямовані на завдання шкоди або відстоювання власних інтересів. Вона має як біологічні, так і соціальні корені, що проявляються у різних формах – від вербальної агресії до фізичних дій. Дослідження агресії дозволяють виділити її види, механізми виникнення та фактори, що впливають на прояви, що є важливою основою для розробки профілактичних і корекційних програм.

У підлітковому віці агресія має специфічні риси, пов'язані зі становленням особистості, емоційною нестабільністю та соціальною адаптацією. Підлітки схильні до імпульсивних проявів, конфліктів із однолітками та батьками, що часто обумовлено потребою самоствердження та пошуком власної ідентичності. Важливим є врахування контексту сім'ї, школи та соціального оточення, оскільки ці фактори значно впливають на інтенсивність та характер агресивної поведінки.

Сімейне середовище виступає ключовим фактором у формуванні агресивних тенденцій у підлітків. Стиль виховання, взаємодія батьків із дитиною, рівень емоційної підтримки та наявність конфліктів у родині визначають ймовірність виникнення та розвитку агресивної поведінки. Позитивні сімейні стосунки сприяють формуванню навичок самоконтролю та конструктивного вирішення конфліктів, тоді як деструктивні взаємодії підвищують ризик емоційної нестабільності та проявів агресії.

Проведене емпіричне дослідження показало, що серед підлітків спостерігається значна різноманітність проявів агресивності та виявило тісний зв'язок між їхньою поведінкою і сімейними стилями виховання. Результати методики Басса-Перрі свідчать, що більшість підлітків характеризується помірним рівнем агресивності, тоді як частина демонструє низький рівень, а певна група має високий рівень агресивних реакцій. Це свідчить про те, що помірна агресивність є типовою і проявляється здебільшого ситуативно, тоді як

високий рівень агресії потребує підвищеної уваги з боку педагогів та психологів.

Дослідження стилів сімейного виховання за методикою Степанової (модифікація І. Махоніної) показало, що авторитетний стиль виховання, поєднуючи підтримку та вимогливість, сприяє формуванню у підлітків низької та контрольованої агресивності, тоді як авторитарний стиль, навпаки, підвищує ризик імпульсивних і конфліктних реакцій. Ліберальний стиль дозволяє самовираження, однак без достатньої підтримки емоційні реакції можуть залишатися ситуативно агресивними. Індиферентний стиль, хоч і представлений рідко, демонструє можливість формування емоційної нестабільності через дефіцит батьківського контролю та уваги.

Загалом, результати дослідження підтверджують, що сімейні стосунки відіграють ключову роль у розвитку агресивної поведінки підлітків. Встановлено, що авторитетний (демократичний) стиль виховання створює умови для формування конструктивних моделей поведінки, здатності контролювати емоції та запобігання конфліктів, тоді як авторитарний та індиферентний стилі підвищують ризик проявів агресії. Це підкреслює необхідність психологічної підтримки родини та цілеспрямованої роботи з батьками для попередження деструктивної поведінки у підлітків.

Також варто зазначити, що психолого-педагогічні підходи до профілактики агресивної поведінки підлітків передбачають комплексне поєднання навчання емоційній саморегуляції, розвитку соціальних навичок і формування позитивних моделей поведінки. Використовуються методи групової та індивідуальної роботи, рольові ігри, тренінги з розвитку емпатії, а також інтеграція психоемоційних вправ у навчальний процес. Такий підхід дозволяє підліткам усвідомлювати свої емоційні стани, контролювати імпульсивні реакції та будувати конструктивні стосунки з оточенням, що є ключовим у профілактиці конфліктів і насильства.

Для формування конструктивних сімейних стосунків батькам рекомендується створювати емоційно безпечне середовище, де підліток

відчуває підтримку і розуміння, але водночас усвідомлює межі дозволеного. Важливо враховувати думку дитини, активно слухати її переживання та допомагати конструктивно вирішувати конфлікти, демонструючи власний приклад поведінки. Такі дії сприяють розвитку самоконтролю, зниженню схильності до агресії та формуванню довірливих, відкритих стосунків у родині.

В результаті проведеного дослідження було розроблена програма психологічної допомоги спрямована на розвиток навичок самоконтролю, конструктивного вираження емоцій та подолання імпульсивних реакцій у підлітків з підвищеним рівнем агресії. Вона включає серію тренінгових занять, модульні вправи на розвиток емпатії, усвідомлення власних тригерів гніву та навчання альтернативним способам реагування. Реалізація програми дозволяє не лише зменшити прояви агресивної поведінки, але й підвищити рівень психологічної стабільності та соціальної адаптації учасників.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кернас А., Асєєва Х. Теоретичні аспекти дослідження феномена агресії та агресивної поведінки людей. *Collection of scientific papers «ΛΟΓΟΣ»*, 2024. С. 373–375. URL: <https://archive.logos-science.com/index.php/conference-proceedings/article/view/1917/1951>
2. Копленко О., Білик В. Психолого-педагогічні особливості агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану. *Матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції «Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика»*, 2025. С. 399–404. URL: <https://surl.li/ayqojt>
3. Аносова А. В. Соціальна робота з вразливими сім'ями та дітьми: посіб. Ч. 2. Ознаки вразливості та специфіка підтримки сім'ї і дитини / За ред.: Т.М. Журавель. Київ, 2017. 354 с. URL: <https://www.p4ec.org.ua/upload/education/library/1513689573.pdf>
4. Шестерньова Т. С. Агресивна поведінка в юнацькому віці як наслідок стресового впливу війни: кваліфікаційна робота: 053 «Психологія». Запоріжжя: ЗНУ, 2025. 62 с. URL: <https://surl.li/ajtrsr>
5. Auslander W., Sterzing P., Threlfall J., Gerke D., Edmond T. Childhood Abuse and Aggression in Adolescent Girls Involved in Child Welfare: The Role of Depression and Posttraumatic Stress. *J Child Adolesc Trauma*, 2016. № 9. Р. 1–10. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27152132/>
6. Тетюра А. Р. Агресивна поведінка осіб юнацького віку з різним рівнем самооцінки: кваліфікаційна робота: 053 «Психологія». Суми, 2025. 60 с. URL: <https://essuir.sumdu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/e47a57eb-d6cf-4a67-a823-b26c789b89cc/content>
7. Сафін О. Д., Байда С. П. Психологія девіантної поведінки: навчальний посібник. Умань: ВПЦ «Візаві», 2019. 202 с. URL: <https://surl.li/qhgrmc>
8. Янко Б. В. Психологічні особливості прояву агресії як способу самоствердження у підлітковому віці: кваліфікаційна робота: 053 «Психологія».

Луцьк 2025. 66 с. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/27883/1/Yanko_2025.pdf

9. Журат Ю. В. Особливості дитячо-батьківських взаємин, що впливають на формування агресивної поведінки у дошкільному віці. *Науково-практична конференція «Особистість у просторі проблем XXI століття»*, 2020. С. 46–48. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/items/93949adb-0b03-4e0b-bb2f-ba80e5948543>

10. Щербан Т. Д. Агресія як психологічний феномен у сучасному студентському середовищі. *Міжнародний науковий журнал «Освіта і наука»*, 2022. № 1(32). С. 113–119. URL: <http://dspace-s.msu.edu.ua:8080/handle/123456789/9167>

11. Warburton W., Anderson C. Aggression, Social Psychology. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (2nd edition), 2015. № 1. P. 373–380. URL: <https://surl.li/wbutow>

12. Попелюшко Р., Бабич А. Теоретичний аналіз впливу життєвих обставин на прояви агресивної поведінки. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*, 2023. № 21(66). С. 61–69. URL: <https://sj.udu.edu.ua/index.php/pn/article/view/1373>

13. Барановська М. В., Гуріна З. В. Психологічні чинники впливу агресії у підлітків. *Перспективи розвитку сучасної психології: збірник наукових праць*, 2021. № 9. С. 13–18. URL: <https://ehsupir.uhsp.edu.ua/server/api/core/bitstreams/aa4ac918-d1cd-4012-b17b-997ced022f60/content>

14. 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. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/708359/1/109-210-1-SM.pdf>

15. Орос О. Б. Агресивна та насильницька поведінка серед дітей підліткового віку. *Збірник наукових праць. Вісник НТУУ «КПІ». Політологія*.

Соціологія. Право, 2018. №2(38). С. 90–96. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/handle/lib/31858>

16. Мільчевська Г. С., Свистак П. Ф. Тренінгова робота з підлітками: практичний аспект. *Lascienceetlatechnologie à l'èredelasociétédel'information*, 3 mars, 2019. С. 94–98. URL: <https://surl.li/kearju>

17. Сахно П. І., Теслик Н. М. Вікова психологія: конспект лекцій. Суми: Сумський державний університет, 2024. 190 с. URL: https://ppst.sumdu.edu.ua/images/Konspecty_lekciy/Vikova_psychologiya_2024.pdf

18. Білоус О. В. Вікова психологія: навчальний посібник. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2015. 108 с. URL: <https://surl.li/shurpe>

19. Ушакова І. М. Вікова психологія: курс лекцій. Х.: НУЦЗУ, 2016. 123 с. URL: <https://surl.li/enyqvqk>

20. Психологічні особливості підліткового віку. URL: http://fel2005.dp.ua/docs/doc_080.pdf

21. Александров Ю. В. Психологія розвитку: навчальний посібник. Харків: ФОП Панов А. М., 2015. 336 с. URL: <https://surl.li/kcdfva>

22. Михалевська С. С. Корекція агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку з порушеннями інтелектуального розвитку: кваліфікаційна робота: 053 «Психологія». Луцьк, 2024. 78 с. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/26445/1/mykhalevska_2024.pdf

23. Помазан Т. Психосоціальні чинники агресії у підлітків під час кризових ситуацій. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Психологічна наука і практика: сучасні виклики та підтримка особистості в умовах ситуації невизначеності»*, 2025. № 15(І). С. 48–50. URL: <https://dspace.vspu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/27ccc4cf-5eac-424b-8cd1-2f89c1519324/content>

24. Казаннікова О. В. Специфіка агресивної поведінки дітей дошкільного віку. *Збірник тез доповідей учасників X міжнародної науково-практичної*

інтернет-конференції: *Сучасний рух науки*, 2020. Т. 1. С. 494–498. URL: <https://surl.li/kihsih>

25. Брецько І. І., Буртин М. І., Бучмей І. І. Вплив стосунків у сім'ї на агресивність у дітей. Становлення особистості професіонала у постковідному просторі: збірник тез доповідей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції, 2022. С. 26–28. URL: <http://dspace.msu.edu.ua:8080/jspui/handle/123456789/10562>

26. Clare E. A Comprehensive Overview of the Physical Health of the Adolescent Brain Cognitive Development Study Cohort at Baseline. *Frontiers in Pediatrics*, 2021. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34692610/>

27. Степанюк О., Мельниченко О. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників: Збірник практичних матеріалів. Київ, 2020. 132 с. URL: <https://www.osce.org/files/f/documents/9/6/471033.pdf>

28. Козігора М. А., Замелюк М. І., Оксенчук Т. В. Вплив сімейних відносин на особистість дитини. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*, 2020. № 191. С. 256–258. URL: <https://pednauk.cusu.edu.ua/index.php/pednauk/article/download/720/656>

29. Ушакова І. Психології сім'ї: конспект лекцій. Х.: НУЦЗУ, 2019. 90 с. URL: <https://surl.li/knjpon>

30. Доманіна О. Сімейні відносини. URL: <https://psychology.space/psypedia-post/simejni-vidnosyny-2/>

31. Шахно В. П. Вплив дитячо-батьківських стосунків на розвиток дитини: кваліфікаційна робота: 053 «Психологія». Київ, 2024. 78 с. URL: <https://etnuir.tnu.edu.ua/handle/123456789/407>

32. Приходченко П. А. Роль деструктивних сімейних стосунків у формуванні особистості дитини. *Практична психологія у сучасному вимірі: XIV Міжнародна науково-практична конференція науковців та студентів: тези*

доповідей. Дніпро: Університет імені Альфреда Нобеля, 2022. С. 237–238. URL: <https://duan.edu.ua/wp-content/uploads/2024/10/tezy-psykholohiya-2023.pdf#page=237>

33. Гаєвська А. Психологічні особливості самоконтролю в підлітковому віці: кваліфікаційна робота: 053 «Психологія». Одеса, 2017. 43 с. URL: <https://dspace.onu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/c37aeb6e-dfcc-4b32-bc62-a3e18ec1515b/content>

34. Яковенко Д. І. Психологічні особливості стилів виховання у сім'ї та їх вплив на подальший розвиток дитини: кваліфікаційна робота: 053 «Психологія». Миколаїв, 2022. 83 с. URL: <https://surl.lu/qwgmwxw>

35. Лисенкова І. П., Земляна Ю. А., Мещерякова Ю. О. Вплив стилів сімейного виховання на розвиток агресії підлітків. *Ольвійський форум–2024: стратегії країн Причорноморського регіону в геополітичному просторі*, 2024. С. 43–47. URL: <https://surl.lt/jpfqmf>

36. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. К.: Каравелла, 2019. 400 с. URL: https://caravela.com.ua/index.php?route=product/product&product_id=50

37. Онуфрієва Л. А., Чайковська О. М. Психологія міжособистісних взаємин та комунікації: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Видавець Ковальчук О. В., 2021. 128 с. URL: <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/bitstream/handle/123456789/6006/Psykholohiia-mizhosobystisnykh-vzaiemyn-ta-komunikatsii.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

38. Шевяков О. В., Гейко Є. В. Методика та організація наукових досліджень з психології: навчальний посібник для студентів спеціальності 053 Психологія. Київ: КНТ, 2024. 384 с. URL: <https://surl.lu/jlrisl>

39. Важинський С. Е., Щербак Т. І. Методика та організація наукових досліджень: навч. посіб. Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 260 с. URL: <https://pedagogy.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2017/03/vajinskii-posibnyk.pdf>

40. Ліпич Л. Г., Бортнік С. М., Волинець І. Г. Методологія та організація наукових досліджень (галузі знань: 05 – соціальні та поведінкові науки, 07 – управління та адміністрування): навч. посіб. / За заг. ред. Л. Г. Ліпич. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 220 с. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/16477/1/MOND_2018_posibnyk.pdf

41. Балановський Я. М. Соціологія: організація емпіричного дослідження: навч. посібн. Умань: Візаві, 2019. 471 с. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/10780/1/%D0%94%D1%80%D1%83%D0%BA%20%282%29.pdf>

42. Методи емпіричного дослідження. URL: <https://www.info-library.com.ua/books-text-3029.html>

43. Котикова О. І. Методологія соціальних емпіричних досліджень: навчально-методичне видання. Миколаїв, 2020. 73 с. URL: <https://dspace.mnau.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/8865/3/metodologiya-socialnih-empirichnih-doslidzhen.pdf>

44. Любчук В. В. Вибірка в соціологічному дослідженні: методичні рекомендації для студентів спеціальності «Соціологія». Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 28 с. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/21233/1/Vybir_sotsioloh_doslid.pdf

45. Вибірка: планування і проведення. URL: <https://mk.nmu.org.ua/en/source/markdost11.pdf>

46. Як вибрати правильні типи вибірки для вашого дослідження. URL: <https://surl.li/mxsxpu>

47. Плотніков Є. О. Етичні норми та стандарти в експериментальних методичних дослідженнях. *Матеріали онлайн конференції «Актуальні проблеми сучасної лінгвістики та методики викладання мови і літератури»*, 2018. С. 134–138. URL: https://www.researchgate.net/publication/341914412_Eticni_normi_ta_standarti_v_eksperimentalnih_metodicnih_doslidzennah

48. Дубасенюк О. А. Методи науково-педагогічного дослідження у загальній системі методологічного становлення молодих дослідників. *Нові*

технології навчання: наук. метод. зб., 2016. № 89. Ч. II. С. 21–26. URL: https://eprints.zu.edu.ua/29083/1/%D0%B4%D1%83%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%B5%D0%BD%D1%8E%D0%BA_%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8_%D0%B5%D0%BB.pdf

49. Кодекс професійної етики соціолога. URL: <https://www.ratinggroup.ua/policies/kodeks-profesiynoyi-etiki-sociologa>

50. Методика діагностики рівня агресивності Басса-Перрі. URL: <https://vseosvita.ua/library/metodyka-diahnostyky-rivnia-ahresyvnosti-bassa-perri-862734.html>

51. Методика «Стратегії сімейного виховання» (автор С. Степанова в модифікації І. Махоніної). URL: <https://vseosvita.ua/library/dodatok-do-stattiditaco-batkivski-vidnosini-v-rodini-metodika-strategii-simejnogo-vihovanna-ssstepanova-v-modifikacii-ii-mahoninoi-139415.html>

52. Стилi виховання. URL: <https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/2019/10/standi/file72.pdf>

53. Стилi виховання у сiм'ї та їх вплив на психiчний розвиток дитини. URL: <https://chobd.ck.ua/index.php/storinka-psikhologa/batki-povinni-znati/2337-stili-vikhovannya-u-simji-ta-jikh-vpliv-na-psikhichnij-rozvitok-ditini>

54. Національна доктрина розвитку освіти в Україні у XXI столітті. URL: <https://fc.vseosvita.ua/001hh1-09a7.pdf>

55. Бистренко А. В. Профілактика насильства серед учнів загальноосвітніх закладів інтернатного типу: кваліфікаційна робота: 231 Соціальна робота. Суми, 2020. 128 с. URL: <https://repository.sspu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/503810aa-a5bc-420b-84a6-785cf0a1512d/content>

56. Дука А. Б. Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків у закладах освіти: кваліфікаційна робота: 231 Соціальна робота. Умань, 2024. 77 с. URL: <https://fspu.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/06/%D0%94%D1%83%D0%BA%D0%B0-%D0%90.%D0%91..pdf>

57. Дука А. Причини агресивної поведінки та особливості її соціально-педагогічної профілактики в підлітковому віці. *Збірник наукових праць магістрантів факультету соціальної та психологічної освіти*, 2024. С. 33–44. URL: <https://surl.li/kzikog>

58. Новикова О. В. Корекція проявів агресії у підлітків в умовах воєнного стану: кваліфікаційна робота: 053 «Психологія». Запоріжжя: ЗНУ, 2024. 78 с. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/xmlui/handle/12345/25086>

59. Яцишин О. В. Зміст та особливості діяльності соціального працівника з підлітками, схильними до агресивної поведінки. *Збірник наукових праць молодих вчених*, 2021. С. 131–140. URL: <https://surl.li/snzgjs>

60. Слободянюк О. М. Засоби профілактики щодо попередження девіантних проявів у підлітків: кваліфікаційна робота: 231 Соціальна робота. Суми, 2020. 59 с. URL: <https://essuir.sumdu.edu.ua/items/7289811a-2dfb-4037-b5bb-ade006c91900>

61. Нікутіна О. О. Програма корекційно – розвиваючої роботи «Попередження проявів агресивності підлітків». Зміїв, 2019. 59 с. URL: <https://osvita-zm.org.ua/wp-content/uploads/2019/02/korektsijno-rozv.programa-Nikutina-O.O..docx>

62. Сінельнікова Т. В., Тарковська А. М. Особливості корекційної роботи з агресивними підлітками в рекреаційних закладах. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2011/11_2011/40.pdf

63. Програма корекції агресивної поведінки підлітків. URL: https://natc.org.ua/docs/Menu/student/Psyholog/Prog_korekciy_agres_povedinky.pdf

64. Мельник Л., Пуха К., Журавель Т. Методичний посібник до пробачійної програми «подолання агресивної поведінки». Київ, 2019. 154 с. URL: <https://surl.lu/rdkpyl>

65. Журавель Т. В., Сергеева К. В., Шаровара О. Г. «Зупинись! – Посміхнись!»: методичний посібник з профілактики агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації. К.: ФОП Буря, 2013.

124 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5004/1/Posibnuk_Zypunus-Posmihnus_2014_Web.pdf

66. Мельник Л., Пуха К., Журавель Т. Подолання агресивної поведінки: тренінгова програма для неповнолітніх. Київ, 2018. 140 с. URL: <https://surl.li/osvhdr>

67. Шевченко С. В. Програма корекції агресивної поведінки підлітків. URL: <https://vseosvita.ua/library/programa-korekcii-agresivnoi-povedinki-pidlitkiv-99997.html>

Додаток А

Методика діагностики рівня агресивності Басса-Перрі

Інструкція. Кожне з наведених нижче тверджень оцініть за такою шкалою (від «1» до «5»):

Не згодний	Швидше не згодний	Не можу визначити	Швидше згодний	Згодний
1	2	3	4	5

Використовуючи шкалу, вкажіть, наскільки ви згодні чи не згодні з цими твердженнями. На кожне твердження дайте тільки одну відповідь. Прочитайте, будь ласка, уважно кожне твердження і поставте знак у тій графі, яка найточніше передає вашу думку.

№	Твердження	Оцінка твердження				
		1	2	3	4	5
1.	Іноді я не можу стримати бажання вдарити іншу людину.					
2.	Якщо мене спровокувати, я можу вдарити іншу людину.					
3.	Якщо хтось ударить мене, я дам здачі.					
4.	Я б'юся частіше, ніж оточуючі.					
5.	Якщо для захисту моїх прав мені потрібно застосувати фізичну силу, то я так і зроблю.					
6.	Деякі люди своїм зверненням до мене можуть довести мене до бійки.					
7.	Я не можу уявити причину, достатню, щоб ударити іншу людину.					
8.	Бувало, що я погрожував своїм знайомим.					
9.	Іноді я настільки виходив із себе, що ламав речі.					
10.	Я швидко спалахую, але й швидко остигаю.					
11.	Я дратуюсь, коли в мене щось не виходить.					
12.	Іноді я відчуваю, що ось-ось вибухну.					
13.	У мене спокійний характер.					
14.	Деякі друзі вважають, що я запальний.					
15.	Іноді я виходжу з себе без особливої причини.					
16.	Мені важко стримувати роздратування.					

17.	Буває, що я просто божеволю від ревнощів.					
18.	Часом мені здається, що життя мені щось не додало.					
19.	Іншим постійно щастить.					
20.	Я не розумію, чому іноді мені буває так гірко.					
21.	Я знаю, що мої так звані друзі іноді пліткують про мене.					
22.	Я не довіряю надто доброзичливим людям.					
23.	Іноді мені здається, що люди глузують з мене за очі.					
24.	Якщо людина занадто мила зі мною, значить вона від мене щось хоче.					

Інтерпретація результатів

Рівень агресивності	Кількість балів	Характеристика
Низький рівень	24–56 балів	Характеризується емоційною стриманістю, низькою схильністю до агресивних реакцій, умінням контролювати імпульсивні прояви та конструктивно вирішувати конфліктні ситуації.
Середній рівень	57–88 балів	Свідчить про помірну агресивність, яка може проявлятися ситуативно, залежно від емоційного стану та зовнішніх обставин. Агресивні реакції мають переважно контрольований характер.
Високий рівень	89–120 балів	Вказує на підвищену агресивність, імпульсивність, труднощі емоційного самоконтролю, схильність до фізичної або вербальної агресії, дратівливості та ворожого ставлення до оточуючих.

Методика «Стратегії сімейного виховання»
(автор С. Степанова в модифікації І. Махоніної)

Інструкція: за допомогою цього тесту спробуйте оцінити власну стратегію сімейного виховання. З чотирьох варіантів відповіді виберіть найкращий для Вас.

1. Чим, на Вашу думку, більшою мірою визначається характер людини – спадковістю чи вихованням?

- А. Переважно вихованням.
- Б. Поєднанням вроджених задатків та умов середовища.
- В. Головним чином уродженими задатками.
- Г. Ні тим, ні іншим, а життєвим досвідом.

2. Як Ви ставитеся до думки, що діти виховують своїх батьків?

- А. Це гра слів, софізм, що має мало відношення до дійсності.
- Б. Абсолютно з цим згоден.
- В. Готовий з цим погодитися за умови, що не можна забувати і про традиційну роль батьків як вихователів своїх дітей.
- Г. Важко відповісти, не замислювався про це.

3. Яка з цитат про виховання для Вас видається найбільш вдалою?

- А. Якщо вам більше нічого сказати дитині, скажіть їй, щоб вона пішла вмитися (Едгар Хоу)
- Б. Мета виховання – навчити дітей обходитися без нас (Ернст Легуве)
- В. Дітям потрібні не повчання, а приклади (Жозеф Жубер)
- Г. Навчи сина послуху, тоді зможеш навчити і всьому іншому (Томас Фуллер)

4. Чи вважаєте Ви, що батьки повинні просвітлювати дітей у питаннях статі?

- А. Мене ніхто цьому не вчив, і їх саме життя навчить.
- Б. Вважаю, що батькам слід у доступній формі задовольняти інтерес, що виникає у дітей, до цих питань.
- В. Коли діти досить подорослішають, необхідно буде завести розмову і про це. А у шкільному віці головне – подбати про те, щоб убезпечити їх від проявів аморальності.
- Г. Звичайно, насамперед, це повинні зробити батьки.

5. Чи слід батькам давати дитині гроші на кишенькові витрати?

- А. Якщо попросить, можна й дати.

Б. Найкраще регулярно видавати певну суму на конкретні цілі та контролювати витрати.

В. Доцільно видавати деяку суму на певний термін (на тиждень, на місяць), щоб дитина сама вчилася планувати свої витрати.

Г. Коли є можливість, можна іноді дати якусь суму.

6. Як Ви вчините, якщо дізнаєтеся, що вашу дитину образив одноліток?

А. Засмучуся, постараюся втішити дитину.

Б. Вирушу з'ясувати стосунки з батьками кривдника.

В. Діти самі краще розберуться у своїх відносинах, тим більше, що їхні образи недовгі.

Г. Пораджу дитині, як їй краще поводитися в таких ситуаціях.

7. Як Ви поставитеся до лихослів'я дитини?

А. Постараюся довести до його розуміння, що в нашій сім'ї та й взагалі серед порядних людей це не прийнято.

Б. Неправду треба припиняти в зародку! Покарання тут необхідне, як від спілкування з невихованими однолітками дитини надалі треба захистити.

В. Подумаєш! Усі ми знаємо ці слова. Не треба надавати цьому значення, поки це не виходить за розумні межі.

Г. Дитина має право висловлювати свої почуття, навіть у той спосіб, який нам не до душі.

8. Як Ви відреагуєте, якщо дізнаєтеся, що дитина вам збрехала?

А. Постараюся вивести його на чисту воду і присоромити.

Б. Якщо привід не надто серйозний, не надаватиму значення.

В. Засмучусь

Г. Спробую розібратися, що його спонукало збрехати.

9. Чи вважаєте Ви, що подасте дитині гідний приклад?

А. Безперечно.

Б. Намагаюся.

В. Сподіваюся.

Г. Не знаю.

10. Чи вважаєте Ви доцільним відвідувати психолога в разі виникнення проблем у дитячо-батьківських взаємостосунках?

А. Так

Б. Іноді

В. Сумніваюся

Г. Треба вміти самотійно долати кризи і труднощі.

Обробка та інтерпретація результатів

Стиль поведінки	Номери питань									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
авторитетний	Б	В	В	Г	В	Г	А	Б	Г	Б
авторитарний	А	А	Г	В	Б	Б	Б	А	А	А
ліберальний	В	Б	Б	Б	А	А	Г	В	В	В
індиферентний	Г	Г	А	А	Г	В	В	Г	Б	Г

Позначте у таблиці вибрані Вами варіанти відповідей та визначте їх відповідність одному з типів батьківської поведінки. Чим більше перевага однієї з типів відповідей, тим більше виражений у вашій сім'ї певний стиль виховання. Якщо серед ваших відповідей не переважає якась одна категорія, то йдеться, ймовірно, про суперечливий стиль виховання, коли відсутні чіткі принципи, і поведінка батьків диктується миттєвим настроєм. Постарайтеся зрозуміти, якою ж Ви все-таки хочете бачити свою дитину, а також саму себе у ролі батька-матері.