**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**СОЦІАЛЬНО - ГУМАНІТАРНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

***Кафедра психології та соціальної роботи***

**Міждисциплінарна курсова робота**

**на тему:**

**«АГРЕСІЯ ЯК ДЕСТРУКТИВНА ФОРМА МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ»**

Студент групи ПС – 41

**Корвач А. С.**

Галузь знань – 05 “Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність – 053 “Психологія”

Керівник: **к. психол. н., ст. викл. Притула О. А.**

Кількість балів \_\_ Оцінка: ECTS \_\_

Члени комісії:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище та ініціали)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище та ініціали)

**Тернопіль – 2023**

**ЗМІСТ**

[ВТУП 3](#_Toc151804066)

[РОЗДІЛ 1.](#_Toc151804067) [ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСІЇ ЯК ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ 5](#_Toc151804068)

[1.1Сутнісний зміст, поняття деструктивної агресії у структурі особистості 5](#_Toc151804069)

[1.2 Причини та види агресивної поведінки у міжособистісній взаємодії 9](#_Toc151804070)

[Висновки до першого розділу 13](#_Toc151804071)

[РОЗДІЛ 2.](#_Toc151804072) [СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ АНАЛІЗУ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ 15](#_Toc151804073)

[2.1 Психологічні фактори, що впливають на деструктивні прояви агресії 15](#_Toc151804074)

[2.2 Особливості прояву  агресивної поведінки особистості у міжособистісних відносинах 18](#_Toc151804075)

[Висновки до другого розділу 21](#_Toc151804076)

[РОЗДІЛ 3.](#_Toc151804077) [ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ 24](#_Toc151804078)

[3.1 Прийоми та рекомендації щодо врегулювання агресивної форми взаємодії підлітків з суспільством 24](#_Toc151804079)

[3.2 Способи профілактики розвитку деструктивної форми агресії у підліткі.27](#_Toc151804080)

[Висновки до третього розділу 30](#_Toc151804081)

[ВИСНОВКИ 33](#_Toc151804082)

[СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 36](#_Toc151804083)

**ВСТУП**

**Актуальність дослідження**. Прояви агресії та агресивної поведінки є досить частим явищем у міжособистісній взаємодії між людьми різних поколінь, адже де є люди там будуть виникати сутички та зіткнення протилежних думок, дій, бачення світу, які в подальшому розвитку можуть переростати у агресію між окремими індивідами. Розуміння, впливу агресії на молодь, допомагає розробити ефективні стратегії попередження конфліктів, покращити психологічний стан підлітків та сприяти створенню більш гармонійних міжособистісних відносин в їхньому житті.

У психології проблемі агресії та агресивної поведінки досліджувало чимало вітчизняних та зарубіжних науковців. Т.Хоббс (агресія закладена у підсвідомості), З.Фройд (“теорію двох інстинктів”), Л.Берковіц (поняття “агресія”), А. Бандура (агресія як поведінка), Д. Доллард, Н. Міллер, Л. Берковітц ( агресивність як наслідок розбіжностей між рівнем потреб і рівнем можливостей особи), Н. Костенко (вплив статевих та індивідуально-психологічних відмінностей на прояв агресії у підлітків), О.Цільмак (прояви агресії у працівників органів внутрішніх справ), Ю. Шайгородський (проблематика розвитку агресії у молоді). А також: А. Басс, Р. Берон, К. Бютнер, В. Голлічер, Р. Джін, Е. Доннерштейн, К. Лоренц, К. Мойєр, Д. Річардсон, Дж. П. Скотт, А. Сторр, Е. Фромм та ін. Серед вітчизняних науковців: В. Аверін, Н. Алікіна, Б. Алмазова, С. Беличева, О. Бовть, М. Заброцький, Н. Левітов, Н. Максимова.

**Об’єктом дослідження** є прояви деструктивної агресії у взаємостосунках між людьми.

**Предмет дослідження –** особливості агресії як деструктивної форми поведінки у дорослих та дітей підліткового віку.

**Мета дослідження –** виявлення психологічних факторів, що впливають на прояви агресивної поведінки, визначити причинно-наслідковий процес міжособистісної агресії, способи протидії та застосування профілактичних методик для дітей підліткового віку у взаємодії з оточуючими.

**Завдання дослідження:**

1. Розробити категорійно-понятійну модель проблематики агресивної поведінки у міжособистісній взаємодії;

2. Окреслити систему психологічних чинників які потенційно впливають на розвиток деструктивного прояву агресії у взаємодії між людьми;

3. Розробити програму корекції деструктивної агресії, що виникає у дітей підліткового віку взаємодіючи із своїми однолітками та дорослими;

4. Провести аналіз профілактичних методик для дітей підліткового віку аби спростити запобігання прояву агресії та агресивної поведінки у взаємодії із оточуючими.

**Методи дослідження.** Вирішення поставлених завдань здійснюються шляхом використання комплексу загальнонаукових методів і методів психолого-педагогічних досліджень: теоретичних- аналіз наукової літератури, порівняння різних підходів , теоретичний синтез, класифікація, методологічна класифікація, емпіричних – проведення групових тренінгів з підлітками, надання рекомендацій батьками та педагогам, проведення вправ "Розуміння власної особистості", "Намалюй свою агресію" та написання інформаційного повідомлення на тему "Агресія та агресивність".

**Теоретико-методологічна основа дослідження:** основні ідеї формування та розвитку агресії З. Фройда (психоаналітична теорія), К. Люнг (архетипи), А. Бандура (теорія соціального научіння) та фрустраційної теорії.

**Теоретичне значення дослідження** полягає в уточненні категорійно-понятійного апарату з проблематики дослідження та систематизації основних психологічних факторів, що впливають на агресію у міжособистісних стосунках.

**Структура роботи.** Міждисциплінарна курсова робота складається з вступу, трьох розділів, висновків за розділами, загальних висновків, списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи становить 38 сторінок.

**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСІЇ ЯК ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ**

* 1. **Сутнісний зміст, поняття деструктивної агресії у структурі особистості**

У великому психологічному словнику, термін "агресія", який походить від латинського слова "agressio" (що означає напад), описується як "мотивована деструктивна поведінка, яка порушує норми і правила життя в суспільстві і завдає шкоди об'єктам нападу, будь то живим чи неживим, як фізичного, так і психологічного погодження". Своєю чергою, агресивна поведінка розглядається як один з можливих способів реагування суб'єкта на різні важкі ситуації у житті, які можуть впливати на його фізичне та психічне становище. Готовність особистості до агресивної поведінки розглядається як стійка риса характеру, відома як агресивність. Ці поняття пов'язані між собою, але не є ідентичними [1].

Кажучи іншими словами психологічний термін «агресія» означає відхилену поведінку людини, яка може спричиняти моральну, матеріальну або навіть фізичну шкоду стороннім людям, тим самим порушуючи їхній психічний комфорт провокуючи переживання, стан пригніченості та страху [22].

Аналізуючи поняття агресії доцільно також визначити термінологію поняття «деструктивна поведінка», адже це на пряму впливатиме на подальший аналіз нашого дослідження, а саме прояв вище згаданої поведінки характеризується задовільненням своїх потреб заподіювати шкоду іншій особі через використання насильства, будь то пряме чи приховане, частіше за всім цим стоїть низка неусвідомлених дій. Ця поведінка охоплює як відкрите, так і приховане порушення соціальних норм і прав інших людей [5].

Проблематика деструктивної агресії особистості залишається предметом вивчення не лише психології, соціології та кримінології, тому вимагає міждисциплінарного підходу. Труднощі вивчення агресії зумовлена різновекторною та міждисциплінарною спрямованістю даного явища.

Агресивність визначається як спосіб готовності до агресії і характеризується присутністю в індивіда деструктивних проявів у ланці суб’єктивно-об’єктивних зв’язків. Завдяки своїй тенденції та входженість в структуру особистості агресивність може визначати загальну закономірність поведінки [6].

Аналізуючи наукові здобутки вивчення феномену агресії доцільно зауважити, що сучасні погляди науковців на проблему агресії можна розділити на кілька рівнів: філософський (Гальона Є.О., Котляров Л.П., Чеботарьова Н.В.), які розглядають питання моралі, етики та природи людської агресії, соціологічний (Волянська О.В.), вивчає агресію у контексті соціальних структур і взаємодій між людьми, аналізує роль суспільства у формуванні агресивної поведінки, психологічний (Бовть О.Б., Кравчук С.Л.), досліджують психологічні чинники, що впливають на агресивну поведінку та можливі способи її протидії, педагогічний (Замашкіна О.Д.), розглядають вплив освіти та виховання на управління агресивною поведінкою, правовий (Благута Р.І., Тужеляк Н.М.), аналізують агресію з правової перспективи, включаючи в себе законодавство та правопорушення, пов'язані з агресивною поведінкою, психіатричний (Прокопович Є.М., Хоміцький М.Є.), досліджують патологічні випадки агресії та їх лікування, міжнародно-політичний, на міжнародному рівні, дослідники можуть розглядати агресію в контексті міжнародних конфліктів і міжнародних відносин [21].

Сучасне дослідження агресії враховує різні підходи і намагається поєднати їхні знання для кращого розуміння і управління агресивною поведінкою в суспільстві.

Агресивність є складною та багатовимірною характеристикою поведінки суб'єкта і це ускладнює зусилля для визначення точного поняття цього терміну в науковій літературі. Наразі існують різні підходи до розуміння агресивної поведінки, і це викликає відсутність загальної узгодженості. Категоричність та однобічність підходів авторів призводять до різних концепцій агресивності. Існує безліч теорій агресії, які як : біологічні, генетичні, біохімічні та психологічні. На останніх ми зупинимось більш детально [32].

Згідно з психоаналітичною теорією Зигмунда Фройда, людська поведінка виникає зі складної взаємодії інстинкту смерті (Танатоса) та інстинкту життя (Ероса), між якими існує постійний конфлікт. Цей конфлікт спонукає виникнення різних форм агресивної поведінки, оскільки енергія інстинкту смерті перетворюється на зовнішні прояви. Одним із факторів, що можуть посилити агресію, є обмеженість у соціальних контактах або їх відсутність. Ця теорія була подальше розвинута Карлом Юнгом, який виділив архетип "Тінь" як представника всього того, що суб'єкт не визнає в собі і що відповідає за деструктивні та агресивні аспекти людської особистості. З психоаналітичної точки зору, агресивність формується в ранньому дитинстві як реакція на насильство соціального оточення (придушення свободи, примус, покарання), і придушення цієї агресії може призвести до неврозів. За цією теорією агресія постійно існує у нас і намагається знайти вираження [9].

За думкою А. Фройд, агресивність є вродженим інстинктом, який тісно пов'язаний із сексуальністю. Агресивність є нормальним явищем, що обов'язково притаманне психічному життю кожної людини. Навіть якщо це не проявляється явно, вона може впливати на поведінку людини, керуючись несвідомими, непрямими способами [14].

Конрад Лоренц підтримував попередню позицію, стверджуючи, що агресія першочергово виникає з вродженого інстинкту боротьби за виживання, який присутній як у людей, так і в тварин. Він вбачав, що агресивна енергія виникає з інстинкту боротьби за виживання та генерується в організмі безупинно, поступово накопичуючись з часом. Лоренц підкреслював, що внутрішньовидова агресія є серйозною загрозою, особливо в умовах сучасного культурного і технічного розвитку [14].

Відповідно до теорії соціального научіння, розробленої Альбертом Бандурою, люди навчаються агресивної поведінки, спостерігаючи і імітуючи інших, особливо під впливом нагород і покарань. Своє припущення А. Бандура висвітлив після результатів серії експериментів (ляльки Бобо), які продемонстрували, що діти, які не бачили агресивної поведінки, не часто виявляли її у своїх діях та словах. Однак, юнаки, які були свідками агресивної поведінки мали заохочення проявляти її також. Спостереження за агресивною поведінкою дорослих навчило дітей агресивних реакцій. За словами Бандури, сім'я, під культура та засоби масової інформації щодня надають дітям різні уроки агресивності [9].

Класична теорія "фрустрація-агресія" розроблена Дж. Доллардом та Н. Міллером, стверджує, що фрустрація часто призводить до вияву агресії. Фрустрація визначена як тривалий негативний стан, який виникає внаслідок конфлікту між мотиваціями і відчуттям неможливості досягти бажаної мети. Проте важливо відзначити, що фрустрація не завжди призводить до агресії. Людина може реагувати на фрустрацію різними способами, такими як відмова від мети, впадання в апатію, регрес (повернення до більш примітивних форм поведінки) або фіксація (нав'язливе повторювання певних дій, які не призводять до досягнення мети). Таким чином, фрустрація не обов'язково призводить до агресії, але може спричинити різні реакції в людини [20].

Представники діяльнісного підходу досліджують агресивність з точки зору діяльнісних характеристик особистості, зокрема готовність до ворожих та агресивних дій.

Представники особистісного підходу, такі як О. Атемасова, М. Охрімчук, О. Волянська, в своїх дослідженнях приділяють особливу увагу агресивності як рисі, яка є властивістю особистості і може проявлятися по-різному під впливом різних чинників [17].

Можна припустити, що агресивна поведінка має прямий зв'язок із заздрістю. В цьому випадку людина відчуває невдоволення через те, що інші мають те, чого їй бракує, і це викликає в неї відчуття низької самооцінки. Це негативне емоційне становище створює внутрішню психічну напруженість і стрес, і агресивна поведінка стає способом пошуку вивільнення цієї напруженості. В такому контексті агресія може бути розглянута як один із способів захисту "Я" і основний механізм розв'язання проблем, пов'язаних із контролем і збереженням почуття власної цінності.

**1.2 Причини та види агресивної поведінки у міжособистісній взаємодії**

Агресивна поведінка є однією із форм фрустрації. Вона полягає в тому, що людина намагається уникнути або втекти від відповідальності, конфліктних або важких ситуацій, відмова від обов'язків, втекти від ситуацій, які можуть призвести до стресу.

Поява агресивної поведінки може бути спричинена як результат підвищеної схильності суб'єкта до сугестії, спостереженням за іншими, які виявляють подібну поведінку в аналогічних ситуаціях, бажанням знайти полегшення після уникнення можливих труднощів, та прагненням до необмеженої волі та незалежності [11].

Дерешкявічус виділяє наступні аспекти які спричиняють агресивну поведінку :

1. Відсутність похвали від інших людей.

2. Розбіжність між власною самооцінкою і оцінкою соціуму.

3. Надмірно високі вимоги до себе, які призводять до постійного страху перед невдачею.

4. Почуття безсилля та втрати надії на здатність подолати труднощі та уникнути покарання.

5. Негативне сприймання до поставлених вимог.

Беручи до уваги фрустраційну теорію можна ствердити, що в даному контексті агресія не є потягом, що автоматично проявляється в організмі, а скоріше як настілок фрустрації та труднощів, які появляються на шляху цілеспрямованих дій суб’єкта [5]. Згідно з цією теорією, слід зазначити, що агресія часто є наслідком фрустрації, а вона своєю чергою зумовлює агресію (на цей момент теорія отримала часткове підтвердження).

Інструментальна агресія не виникає в результаті фрустрації. Л. Берковітц виніс дві ключові змінні між фрустрацією і агресивною поведінкою: гнів, який діє як пусковий механізм, і пускові подразники, які спричиняють агресивну реакцію [8].

В даному контексті слід враховувати, що гнів виникає тоді, коли досягнення певних цілей, які суб'єкт прагне досягти, стикається з перешкодами. Наприклад, у дітей може виникнути агресія внаслідок гніву, пов'язаного з розлукою з батьками. Однак гнів сам по собі ще не призводить до агресивної поведінки. Для виникнення агресивної реакції потрібні пускові подразники, які мають логічно пов'язати суб'єкта з причиною гніву, іншими словами, фрустрацією [22].

Багато психологів, включаючи американських, можуть не підтримувати цю теорію. Е.П. Ільїн, наприклад, розрізняє пряму і непряму вербальну агресію, а також пряму і непряму фізичну агресію. Він стверджує, що агресивна поведінка виникає внаслідок конфліктних (під час спілкування) або фруструючих (під час діяльності) ситуацій, які діють як зовнішні стимули. Проте виникнення таких ситуацій ще не означає, що особа перебуває в стані конфлікту чи фрустрації. Для розвитку конфлікту, насамперед потрібно, щоб учасники спілкування усвідомили його і відмовилися від пошуку компромісу, і між ними повинна виникнути взаємна антипатія або ворожнеча (принаймі з одного боку) [10].

Звісно, агресивність і агресивна поведінка також залежать від суспільних умов. Хоча агресію зазвичай розглядають як соціально негативне явище, в деяких випадках вона може виконувати корисну роль для збереження внутрішньої рівноваги організму та, в остаточному підсумку, для здоров'я людини. Іноді відкрита агресивна поведінка розглядається як спосіб "катарсису", що може допомогти звільнитися від тривалого та інтенсивного стану гніву. Проте дослідження показують, що такий "розряд" не завжди призводить до очікуваного результату [2].

Виходячи зі сказаного, готовність до агресії можна зафіксувати в поведінкових актах, результатах і наслідках агресивної поведінки, схильності діяти агресивно, в поглядах, думках, судженнях, оцінках з приводу позитивної або негативної ролі того чи іншого агресивного акту.

Одним із різновидів агресії є словесна агресія – це одна із прояву конфлікту, яка характеризується емоційною забарвленістю, звинуваченнями, докорами, образами, принизливими оцінками свого супротивника. Даний різновид агресивної поведінки можливий при міжособистісному спілкуванні, ЗМІ, індивідуальних виступах тощо [30].

Словесна агресія потенційно може провокувати опонента на певні необдумані дії, порушення його емоційної рівноваги.

Види агресивної поведінки в міжособистісній взаємодії можна виділити наступним чином:

Прихована агресія проявляється у формі мрій, фантазій, снів, а також в уявленні сценаріїв помсти з елементами насильства, де уявний об'єкт агресії страждає, відчуває біль за здійснені дії. З іншого боку, відкрита агресія проявляється безпосередньо у поведінці і може бути прямою, непрямою або зміщеною [25].

Фізична агресія містить в собі спрямовані на завдання фізичної шкоди іншим (побиття та тілесні травми).

Вербальна агресія виявляється через образи, звинувачення, критику, негативні коментарі та інші способи вираження незадоволення, а також може включати погрози та образливі жарти.

Гнівна (ворожа) агресія має емоційний стимул і виражається в руйнівних діях проти конкретної людини під впливом цього емоційного стану.

Інструментальна агресія виявляється тоді, коли агресивна поведінка слугує інструментом для досягнення іншої, не пов'язаної напряму з агресією, мети.

Гетероагресія може бути фізичною або вербальною, гнівною чи інструментальною, а також відкритою або залишатися прихованою. Агресія, спрямована на власну особистість, називається інтропунітивною або аутоагресією [11].

Аутоагресія - це форма агресивної поведінки, коли людина спрямовує ворожі дії на себе саму, і це може виявлятися у самоприниженні або нанесенні фізичних пошкоджень.

Пряма відкрита агресія охоплює дії, спрямовані безпосередньо на об'єкт агресії, такі як фізичні напади. Непряма агресія відбувається опосередковано, через плітки, насмішки або сарказму. Зміщена агресія не спрямована на безпосередній об'єкт агресії, а на того, хто слабший або більш доступний [17].

Доброякісна агресія є біологічно адаптивною і служить для захисту життєво важливих інтересів в реакції на загрозу. Злоякісна агресія розглядається як деструктивна реакція, яка не пов'язана зі збереженням життя [15].

Конструктивна агресія - це відкрита пряма агресія в соціально допустимій формі і призводить до позитивних результатів, таких як самозахист або успіх в різних сферах життя.

Деструктивна агресія - це відкрита пряма агресія в соціально неприпустимій формі або з негативними результатами, такими як девіантна поведінка.

Реактивна агресія є проявом агресивності при спілкуванні та виникає як реакція на фрустрацію під час спілкування.

Спонтанна агресія - це підсвідома радість, яку особистість відчуває, спостерігаючи труднощі інших і намагаючись їх розгнівати або демонструвати їх помилки.

Навмисна агресія передбачає намір завдати шкоди з усвідомленням наслідків і отриманням задоволення від досягнення цілі.

**Висновки до першого розділу**

У даному розділі ми розглядали теоретично-емпіричну основу такого загальновживаного терміну як «агресія», проаналізували основні положення деструктивної агресії в міжособистісній взаємодії, а також дослідили причинні зв’язки та види агресивної поведінки людини, і визначили, що:

1.Агресія є деструктивною поведінкою, яка по своїй природі порушує певні норми та закони життя в суспільстві, що в результаті приносить фізичний чи психологічний дискомфорт суб’єктам нападу. Деструктивною поведінкою ми називаємо прояв задоволення потреб індивіда приносячи шкоду іншим, ця шкода може мати фізичний характер прямий так і прихований зміст порушення соціальних норм.

2.Сучасні погляди науковців розглядаються в кількох рівнях: філософському, соціологічному, психологічному, педагогічному, правовому, психіатричному та міжнародно-політичному. Психологічна теорія агресії З. Фройда вказує на конфлікт інстинкту смерті (Таноса) та інстинкту життя (Ероса), він спонукає виникнення агресивної поведінки особистості. К. Юнг продовжив дану теорію і визначив архетип «Тінь» як показником всього чого не визнає в собі індивід, що і є проявом деструктивної поведінки. К. Лоренц визнавав що агресія виникає з вродженого інстинкту виживання, який присутній як в людей, так і в тварин. А. Бандура вбачав агресію за власною теорією соціального научіння (навчання агресивної поведінки методом спостереження за іншими, під впливом винагород та покарань). Дж. Доллард та Н.Міллер, вбачають фрустрацію як причину вияву агресії. О. Атемасов, О. Волянська та М. Охрімчук як представники особистісного підходу приділили велику увагу агресивності як рисі характеру і можливості проявлятись по-різному від впливу різних факторів.

3.Фрустраційна теорія твердить, що агресія виникає, коли людина намагається уникнути або втекти від відповідальності, конфліктів або важких ситуацій. Ця поведінка може бути спричинена різними факторами, включаючи надмірну схильність до сугестії, бажання полегшити себе від труднощів і прагнення до волі та незалежності. Агресивну поведінку можна пояснити наступними аспектами, які включають відсутність похвали від інших, розбіжність між власною самооцінкою і оцінкою соціуму, надмірно високі вимоги до себе, почуття безсилля та втрати надії на подолання труднощів та негативне сприймання вимог. Агресія, таким чином, виникає як реакція на фрустрацію та труднощі, що виникають на шляху досягнення цілей. Враховуючи соціальний контекст, важливо зазначити, що агресія може виконувати корисну роль для здоров'я людини, але не завжди призводить до очікуваних результатів. Готовність до агресії виявляється в різних аспектах поведінки та судженнях.

4.Словесна агресія є потенційно небезпечним явищем, яке може спровокувати опонента на необдумані дії та порушити його емоційну рівновагу. В міжособистісній взаємодії можна виділити різні види агресивної поведінки, кожен з яких має свої особливості та може виявити наслідки різного характеру. Прихована агресія проявляється у формі фантазій та сценаріїв помсти з елементами насильства, тоді як відкрита агресія може бути прямою, непрямою або зміщеною. Фізична агресія включає дії, спрямовані на завдання фізичної шкоди іншим, в той час, як вербальна агресія виявляється через образи, звинувачення та інші способи вираження незадоволення. Агресія може бути гнівною, інструментальною, гетероагресією або аутоагресією, залежно від цілей та спрямованості. Пряма відкрита агресія включає фізичні напади, тоді як непряма агресія відбувається опосередковано через плітки та сарказм. Доброякісна агресія може бути біологічно адаптивною та використовуватися для захисту життєво важливих інтересів, тоді як злоякісна агресія розглядається як деструктивна реакція. Конструктивна агресія може мати позитивні наслідки, такі як самозахист або успіх, тоді як деструктивна агресія призводить до негативних результатів та девіантної поведінки. Реактивна агресія виникає як реакція на фрустрацію під час спілкування, тоді як спонтанна агресія може проявлятися у спостереженні труднощів інших та намаганні їх розгнівати. Навмисна агресія передбачає намір завдати шкоди з усвідомленням наслідків і отриманням задоволення від досягнення цілі.

**РОЗДІЛ 2**

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ АНАЛІЗУ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ**

**2.1. Психологічні фактори, що впливають на деструктивні прояви агресії**

Люди зазвичай реагують на агресію шляхом способу «дати здачі», тобто відповідаючи на фізичне насилля фізичним насиллям. Цей прояв захисту ґрунтується на бажанні захистити себе, запобігти подібним агресивним діям у майбутньому або продемонструвати свою здатність до самозахисту, або викликано бажанням уникнути подібних ситуацій в майбутньому чи показати себе як сильну особу. Однією із спонукальних причин прояву деструктивної агресії в індивіда є сторонні люди, тобто спостерігачі, вони зазвичай відіграють роль підбурювачів застосовуючи злі жарти, провокації при цьому не беручи участь у даній взаємодії або сторонами які придушують конфлікт даючи їм поради щодо припинення агресії в сторону іншої людини [29].

Готовність суб'єкта до агресивної поведінки розглядається як стійка риса особистості, причинами цієї агресивності є конфліктні ситуації, порушення емоційних зв'язків у родині та стиль сімейного виховання [5]. Психологічними факторами, що впливають на формування проявів деструктивної агресії є наступні причини:

1. Формування особистості відбувалось у неблагополучній сім’ї, де основні сімейні функції не виконувались, особливо, якщо дитина знаходилась в оточенні, де її потреби знецінювались або ігнорувалися.

2. Походження з соціально неблагополучних верств населення, в яких агресивна поведінка вважалася нормою і прийнятною формою комунікації.

3. Вплив насильства або травматичних подій в дитинстві, як результат прояв агресії до навколишніх у дорослому віці.

4. Психічні розлади або проблеми зі здоров'ям.

5. Залежність від алкоголю чи наркотичних речовин.

6. Соціальний тиск, неприйняття з боку оточення та регулярні конфлікти.

7. Вплив мас-медіа та комп'ютерних ігор, які пропагують культ насильства та агресії.

8. Проблеми зі самооцінкою (завищена чи занижена).

Емоції мають велике значення, особливо в ситуаціях стресу чи паніки, тому власне даний прояв реакцій формує подальший розвиток міжособистісної агресивності. Імовірність агресивної поведінки значною мірою залежить від емоційності людини. Емоція - це перша реакція, вона виникає миттєво, ще до того, як індивід встигає усвідомити й проаналізувати інформацію, ця реакція явно відображається на обличчі, позі та рухах. Емоції особливо яскраво проявляються у стані паніки й перебуваючи в натовпі. У натовпі люди змінюють свою поведінку в порівнянні з тим, як вони себе ведуть, бувши на самоті [8, с.52].

Колективна енергія натовпу зазвичай підсилює емоційну реакцію. У такому масовому об'єднанні люди сприймають себе більш впливовими та могутніми й частіше стають схильними до деструктивних дій. У великому скупченні людей зазвичай знижується толерантність до провокаторів та стресових ситуацій й група виявляє більшу агресивність, ніж окремі її члени. Суб’єкти перебуваючи у групі за часту відчувають втрату своєї індивідуальності, як результат відбувається зниження критичного мислення та розумових здібностей. При приєднанні до натовпу, людина часто виявляє нахил до менш цивілізованої поведінки, знижуючи свій рівень культурності. Якщо за межами угрупування вона розсудлива та культурна, то в масі включається колективний розум та індивід починає демонструвати жорстокість. В цьому стані їй властива схильність до проявів агресивності та нестриманості. Стихійна агресія є небезпечною формою поведінки натовпу, тому що включає масові ворожі акції, спрямовані на нанесення фізичних або психологічних травм, майнової шкоди тощо. Цей вид агресії відзначається високим рівнем емоційної напруги, спричиненої негативними емоціями, такими як гнів, ворожнеча і ненависть [26].

Можливість агресивної поведінки залежить від численних факторів, включаючи індивідуальні установки, особистісні характеристики, зовнішні обставини та вплив інших людей. Один із підходів до пояснення агресії можна знайти в теорії Е. Фромма щодо природи людської деструктивності. Фромм вважав, що коріння деструктивності людини виникають з недоліків культури та способу життя. За його думкою, індивід може виявляти деструктивну поведінку навіть тоді, коли не знаходиться під загрозою і не задовольняє свої потреби. Він робив аналогію між поведінкою людини у суспільстві та поведінкою тварин у неволі, зауважуючи, що агресія тварин в зоопарку зростає порівняно з їхнім природним станом. Науковець стверджував, що сучасна людина живе в суспільстві, яке накладає на неї безліч обмежень і заборон. Вона потребує стабільних зв'язків, ідей та цінностей, що поділяються іншими членами спільноти. Проте в масовому суспільстві особистість відчуває себе ізольованою і позбавленою впевненості в собі. Її переконання замінюються лозунгами і ідеологічними штампами, прийнятими через масові засоби масової інформації. Ці соціальні умови призводять до падіння самооцінки і викликають безпідставний страх[19].

За теорією Фромма одним із способів витіснення страху, який є результатом пригнічення є агресивність. Механізм оборонної агресії активізується у людини не лише тоді, коли вона відчуває безпосередню загрозу, але й тоді, коли вона переживає страх перед уявною небезпекою [17].

Якщо в певному суспільстві агресія вважається прийнятною формою поведінки, то індивід використовуватиме її без великого роздуму щодо можливих наслідків. Важливою роллю тут грає зниження рівня особистісного самоусвідомлення, яке сприяє виникненню агресивної поведінки.

У підсумку слід зазначити, що велика кількість різних теоретичних підходів щодо появи агресії та її природи можна класифікувати в наступних чотирьох категорій. Так, агресія, в першу чергу, стосується:

1. вроджених спонукань або задатків

2. потреб, що активуються зовнішніми стимулами

3. пізнавальних і емоційних процесів

4. актуальних соціальних умов у поєднанні із випереджувальним навчанням [16, c.80].

**2.2 Особливості прояву  агресивної поведінки особистості у міжособистісних відносинах**

Американський психолог В. Макгвайр стверджував, що поведінку та дії людини слід класифікувати беручи до уваги її мотив, потреб та ситуацій. Своєю чергою дії індивіда характеризуються: реактивною поведінкою (реагування на зовнішні впливи чи події), активною поведінкою (вчинки відбуваються через внутрішні мотивації, потреби та бажання). Метою вчинків є: збереження стабільності, (підтримання поточного адаптивного стану), розвиток, прагнення досягнути нових результатів чи набути нових якостей. Дія завершується, коли досягнуто: бажаного внутрішнього ефекту (певної думки, оцінки, відчуття, настрою) задовільненого зовнішнього ефекту або результату (досягнуто зовнішньої мети, результату, згода, розуміння) [29].

О. І. Галян та І. М. Галян зазначають, що у кожної людини повинен бути певний рівень агресивності, тому що агресія є важливим аспектом активності та адаптації людини. Своєю чергою В. Клайн підкреслює, що агресія містить в собі багато позитивних рис котрі необхідні для якісного та успішного життя, такими рисами є: наполегливість, ініціатива, рішучість. Поточні якості зазвичай притаманні лідерам. Р. С. Хоманс вважає, що агресію викликає ситуація, пов'язана з прагненням до справедливості. Також А. А. Реан, К. Бютнер та інші дослідники розглядають певні прояви агресії як адаптивну реакцію, пов'язану з захистом від розчарування та тривоги [3 с. 123].

Агресивну поведінку розділяють на кілька компонентів, включаючи пізнавальний аспект (пов'язаний зі сприйняттям і розумінням ситуації), емоційний аспект (пов'язаний з емоційними реакціями), вольовий аспект (пов'язаний з прийняттям рішень та контролем), і власне поведінковий аспект (пов'язаний з фізичними діями). Поведінковий аспект агресії можна поділити на різні види за допомогою трьох основних шкал: фізична - вербальна, активна - пасивна, і пряма - непряма (за класифікацією А. Басса). Комбінування цих шкал дозволяє класифікувати агресивні дії. Наприклад, агресивні дії, де одна людина фізично нападає на іншу (наприклад, б'є), належать до категорії фізичних, активних і прямих. З іншого боку, дії, які включають поширення чуток або негативних висловлювань за спиною іншої людини, можна класифікувати як вербальні, активні і непрямі [17]. Агресивна поведінка тісно пов’язана з моральною свідомістю та виявляється на різних рівнях прояву та має різні причини, від дитячих пустощів та ігор до серйозних конфліктів і бійок. Це пов'язано з тим, що агресія містить елементи вибору, мотивації і можливості самооцінки.

Пізнавальний (когнітивний) аспект агресивної поведінки охоплює розуміння потреби та ситуації, які спричиняють реальну або уявну загрозу для особистості. Він також охоплює визначення об'єкта агресії та мотивів, котрі підштовхують до вираження агресії, а також вибір методів її виявлення. За словами Л. Берковіц особистість завжди відчуває себе в стані боротьби, як результат це викликає агресивну поведінку, враховуючи свої агресивні думки, спогади і попередній досвід. Згідно з Е. Змановською когнітивний аспект також містить аналіз початкової ситуації, розгляд різних можливих варіантів подій та їх можливих наслідків, а також оцінку минулого досвіду та відповідність соціальним нормам [10].

Психологи розглядають по-різному аспекти емоційного компонента агресії. Наприклад, Л. Карпенко вказує, що агресія завжди супроводжується різними емоційними станами, такими як гнів, неприязнь, ненависть, ворожість, образи та інші подібні почуття. М. Левітова додає до цього списку такі вияви, як недоброзичливість, злість, мстивість, упевненість й задоволення від завдання шкоди. З іншого боку, Б. Базима розглядає агресивну поведінку з емоційно-вольового погляду і вказує, що ворожість, яка виражає негативне ставлення агресора до інших осіб або об'єктів, є основною складовою цього аспекту який вказує на те, що емоція гніву може стати мотивом для агресивної поведінки [14].

Вольовий компонент тісно пов'язаний з індивідуальними якостями особистості, такими як: настирливість, самоконтроль, ініціативність, рішучість та цілеспрямованість. Вольові процеси відіграють роль регулювання виявів агресивності в поведінці. Деякі вчені, такі як І. Мазох та Х. Хекхаузен, розглядають агресивну поведінку через призму двох основних компонентів:

1. Спонукальний компонент, який включає внутрішню потребу переживати, обдумувати та здійснювати агресивні дії.

2. Контрольно-регулюючий компонент, що відображає соціальне бажання контролювати та регулювати власну агресивну поведінку [31].

Якщо деякі обставини, які сприяють прояву агресивності, відбуваються з певною регулярністю, то ця агресивність стає частиною особистості та впливає на її характер, визначаючи типовий спосіб поведінки в конкретних життєвих ситуаціях і ставлення до них. Іншими словами, якщо агресивність стає невіддільною рисою особистості, то відповідь на подібні ситуації часто охоплює прояв агресивних дій. Тут під "агресивними діями" розуміються деструктивні дії, які виступають як спосіб досягнення цілей або задоволення блокованих потреб, а також як засіб самореалізації та самоствердження [5].

Коли агресивні дії стають повторюваними, це переростає у агресивну поведінку. Проте, якщо агресивність стала характеристикою особистості, то мова йде про агресію як прояв особистісної риси, яка визначає її спосіб поведінки. На розвиток агресивності впливають і природні особливості його темпераменту, наприклад, збудливість і сила емоцій, які сприяють формуванню таких рис характеру, як запальність, дратівливість, невміння стримувати себе.

**Висновки до другого розділу**

У даному розділі ми розглянули причинно-наслідковий зв’язок впливу деструктивної агресії на міжособистісні взаємини індивідів, а отже розглянули основні фактори, що впливають на розвиток агресії та власне особливості прояву

агресивної поведінки у міжособистісному спілкуванні. Підсумком усього вище сказаного є наступні вихідні аспекти:

1. Реакцією на фізичну агресію люди зазвичай використовують те саме фізичне насильство, тим самим вони «вберігають» себе від подібних ситуацій у майбутньому. Причинами проявів агресії є сторонні люди, зазвичай це пасивні спостерігачі, вони як правило можуть позитивно, так і негативно впливати на подальший розвиток подій. Спостерігачі зазвичай грають роль підбурювачів, у цьому аспекті вони провокують агресора на деструктивні дії та вчинки, вигуками, насмішками, маніпуляціями тощо. Іншою роллю впливу сторонніх людей на розвиток агресії є допомога злагодити конфлікт, аби той не переріс у щось більше, допомагаючи суб’єктом порозумітись. Схильністю індивіда до агресивної поведінки є стійка риса особистості. У цьому контексті причинами агресивних проявів особистості є результатом виховання та порушення емоційних зв’язків у родині. Формування суб’єкта в невпорядкованій родині, походження індивіда з неблагополучних верств населення, насильство та травмуючі події в дитинстві, залежність від психотропних речовин, психічні розлади, соціальний тиск та вплив мас-медіа стають детермінантами агресії індивіда.

2. Емоції мають значний вплив на дії індивіда, вони виникають миттєво та яскраво виражаються мімікою, жестами, голосом, особливо яскраво під впливом паніки та натовпу. Особливим фактором прояву агресії є натовп, як колективна форма спільного існування. Велика кількість людей, об'єднаних разом призводить до колосальних змін у поведінці та сприйнятті. Людина у групі виявляє підвищену агресивність. Стихійна агресія натовпу являє собою серйозну загрозу, оскільки призводить до масових ворожих дій та завдання шкоди. Ця форма агресії супроводжується високим рівнем емоційної напруги, таких як гнів і ворожнеча. Колективна динаміка суттєво змінює свідомість індивіда, люди у юрбі більш агресивні та схильні під впливом емоцій творити деструктивні дії.

3.Теорія Е. Фрома трактує коріння деструктивної поведінки через недоліки культури та способу життя. Суб’єкт буде проявляти агресію коли відчуватиме загрозу від незадоволення власних потреб. За його твердженням, суспільство ставить багато обмежень і заборон, що викликає в людини відчуття ізоляції, втрати впевненості в собі та страху. Фромм вказує на те, що особистість у масовому суспільстві втрачає стабільні зв'язки та цінності, замінюючи їх лозунгами та ідеологічними штампами, які поширюються через масові засоби масової інформації. Одним із способів витіснення цього страху, за твердженням Фромма є агресивність. Механізм оборонної агресії активізується не лише в умовах безпосередньої загрози, але й під впливом уявної небезпеки. Таким чином науковець, він вказує на важливість розуміння соціокультурного контексту та впливу суспільства на психічний стан і поведінку людини.

4. Модель В. Макгвайра трактує поведінку людини як сукупність мотивацій, потреб і ситуацій. Вчинки є реактивними, коли людина реагує на зовнішні впливи, вони визначаються внутрішніми мотиваціями, потребами і бажаннями. Метою вчинків є збереження стабільності, розвиток і досягнення нових результатів чи якостей. Мета вчинків полягає в досягненні внутрішнього чи зовнішнього ефекту, і розуміння цього процесу може сприяти кращому розумінню людської поведінки та взаємодії з навколишнім середовищем.

5. Аналіз точок зору О. І. Галяна, І. М. Галяна, В. Клайна, Р. С. Хоманса, А. А. Реана, К. Бютнера дозволяє розглядати агресію як важливий аспект активності та адаптації людини. Вони вказують на те, що певний рівень агресивності є необхідним для якісного та успішного життя, оскільки агресія може виявлятися наполегливістю, ініціативою та рішучістю, оскільки поточні риси є важливими для лідерів. Крім того, деякі вчені розглядають прояви агресії як адаптивну реакцію, спрямовану на захист від розчарувань та тривоги. Ці різноманітні підходи допомагають глибше розуміти роль агресії в психології людини та її вплив на адаптацію до довкілля.

6.Агресивна поведінка розглянута як комплексне явище, яке включає різні аспекти: пізнавальний, емоційний, вольовий та поведінковий. Ці поводження виявляються в різних формах, які можна класифікувати за допомогою трьох основних шкал: фізична - вербальна, активна - пасивна, і пряма - непряма. Аналіз пізнавального, емоційного та вольового аспектів агресивної поведінки вказує на складний характер цього явища. Він охоплює розуміння ситуації, мотивів та вибір методів виявлення агресії. Емоційний аспект включає різні емоційні стани, такі як гнів, неприязнь та інші, які можуть бути мотиваторами для агресивної поведінки. Вольовий аспект пов'язаний з індивідуальними якостями особистості та регулюванням виявів агресії.

**РОЗДІЛ 3**

**ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ**

**3.1 Прийоми та рекомендації щодо врегулювання агресивної форми взаємодії підлітків з суспільством**

Багато наукових шкіл займалися розробкою корекції агресивної поведінки, так у форматі соціального научіння (А. Бандура, А. Басс, Д. Зільман) було визнано, що агресивність як форма людської поведінки, можлива для впливу через уникнення умов, спрямованих на її виникнення. Саме тому, ідеєю подолання агресивності є спосіб заохочення та покарання [4]. Е. Аронсон висуває наступні ідеї ліквідування агресивності:

1. Розуміння небажаності агресії для самого себе.

2. Відсутність покарання як підкріплювального результату.

3. Схвалення альтернативних методів поведінки у ситуаціях, коли агресія стає способом привертання уваги.

4. Відсутність агресивних моделей поведінки.

5. Розвиток емпатії до оточення.

Гуманістична теорія корекції агресивності стверджує, що важливо мати неагресивну самосвідомість через задоволення вищих потреб. Головна мета полягає в розумінні внутрішніх причин агресії. Це досягається за допомогою когнітивних технік, які змінюють уявлення особи про причини агресивної поведінки [14]. За теорією Зільмана та Берковіц, коли людина переглядає свою точку зору на провокативний фактор, наприклад, знаходить пом’якшувальні обставини або розуміє небезпеку, сила агресії зменшується. Однак сильне збудження може сприяти імпульсивній агресивності, оскільки обмежує здатність до розуміння ситуації, що ускладнює стримування агресії. Згідно з когнітивними моделями, агресію можна контролювати шляхом правильного сприйняття життєвих обставин. Контроль та корекція агресивної поведінки у дітей та підлітків можливі через тренування конструктивних методів реакції або виховання неагресивних звичок на виклики [6].

Науковець В. Оклендер розробив чотири етапи у роботі з невираженими емоціями:

1. Слід обговорити проблему агресії, визначити причини агресії, як вона проявляється та які фактори пробуджують цю емоцію.

2. Варто ознайомити підлітків з прийнятими способами вираження агресії, пояснити як краще прослідковувати прояви агресії і приймати свої почуття, підібрати не руйнівний спосіб вираження почуттів.

3. Пояснити способи можливого сприйняття даної емоції, підштовхувати підлітків виявляти агресію у всеможливих миролюбних формах, котрі не будуть стосуватися безпосередньо оточення, наприклад бити подушку, скручувати рушних, бігати, малювати свою агресію, різати папір. До цього варто зазначити, що важливо пояснити підлітку про можливі фізичні реакції організму на прояви агресії, такі як: скорочення м’язів, шлунку, шиї, біль. Дані пояснення допоможуть юнакам краще усвідомлювати взаємозв’язок між невираженою емоцією та станом здоров’я.

4. Запропонувати вступати у прямий вербальний контакт з агресією, розширити досвід прямого словесного вираження агресивних почуттів, дозволити собі вільно висловлюватись про власні почуття, у символічній формі зробити те, що хотіла б зробити з образником. Допомагають виразити грів такі предмети як: поролонова палиця, гумовий ніж, іграшкова зброя [15].

Програма психолого-педагогічної корекції агресивності у підлітковому віці будується на принципах системності та включає декілька блоків: діагностичний, коректувальний, перевірки ефективності коректувальної дії, рекомендації батькам, вчителям. Кожен блок має свої складові, які взаємодіють між собою. Діагностичний блок включає три методики, які допомагають у формуванні груп. Перша методика, розроблена А. Бассом і А. Даркою, спрямована на визначення рівня агресивності підлітків. Друга методика Р. Айзенка дозволяє виявити індивідуальні особливості впливу агресивної поведінки. Третя методика - проективна, використовується для виявлення неусвідомлюваних аспектів особистості, зокрема схильності до агресії, за допомогою методики «Малюнок вигаданої тварини». Після діагностики утворюються групи з підлітками, які мають високий та низький рівень агресивної поведінки. Оптимальна кількість учасників у групі зазвичай коливається від 7 до 12 осіб [24].

Корекційний блок спрямований на: надання підлітками розуміння неконструктивності агресивної поведінки, розвиток співчуття та усвідомлення інтересів інших, формування навичок вираження агресії в прийнятних формах, а також навчання конструктивного вирішення міжособистісних конфліктів [31]. Методи корекції агресивної поведінки у старших підлітків включають декілька підходів: обговорення основних питань для отримання уявлення про їхні переживання та проблеми, групові дискусії, спрямовані на розгляд різних позицій та тем з різних точок зору, аналіз ситуацій у ігровій формі. Ігри, спрямовані на конструктивний вираз емоцій та розвиток чутливості до переживань інших дітей, робота в парах та мікрогрупах для розвитку навичок ведення діалогу та ефективної взаємодії в конфліктних ситуаціях. Тренінгові заняття тривають приблизно 1-1,5 години і складаються з 10 занять, які проводяться тричі на тиждень [16].

Блок перевірки ефективності корекції агресивної поведінки включає кілька складових: повторна діагностика, перевірка за допомогою діагностичних засобів для оцінки змін в агресивності підлітків після корекційних заходів, оцінка результативності корекційних занять, аналіз успішності проведених занять та їх впливу на зміну поведінки, продовження роботи з проблемою, уточнення плану дій для подальшої роботи [25].

Рекомендації для педагогів: залучення юнаків до різних видів діяльності, наприклад спрямування підлітків на трудову, спортивну, художню або організаторську діяльність котра забезпечить підвищення соціальної активності, створювати роботу у невеликих групах, яка допоможе навчитися співпрацювати та приймати групові рішення, вирішувати конфлікти, організація позаурочних заходів, проведення різноманітних культурно-просвітницьких заходів для зацікавлення підлітків, індивідуальні бесіди, котрі допомагають краще підібрати індивідуальний підхід до кожного учня, сприяння розвитку творчих здібностей, надання самовиражатись, проявляти свої почуття через малювання, конструювання та музичну діяльність [24].

Рекомендацій для батьків щодо врегулювання агресивної поведінки підлітків: збереження терпимості та самовладання, при незначних випадках агресії важливо залишатися спокійними і проявляти любов, це забезпечить підлітка почуттям безпеки, захищеності, зворотний зв'язок, для цього використовуються наступні прийоми: ствердження факту («Ти поводишся агресивно»); констатуюче питання («Ти злишся?»); розкриття мотивів агресивної поведінки («Ти хочеш продемонструвати силу?», «Ти хочеш мене образити?»); апеляція до правил («Ми ж з тобою домовлялися!»), контроль над власними негативними емоціями, обговорення провини, збереження позитивної репутації підлітка, публічно слід підкреслювати позитивні якості, намагаючись мінімізувати її провину, але в приватних розмовах показувати істинну картину, створення можливостей для емоційного вивільнення, надавати спосіб проявляти емоції через гру, спорт і тому подібне [30].

**3.2 Способи профілактики розвитку деструктивної форми агресії у підлітків**

Запобіганню та корекції агресивності серед підлітків слід проводити у різних сферах їхньої життєдіяльності задля забезпечення комплексності та ефективності. Так у домашніх умовах слід створити атмосферу підтримки, відновлення позитивного оточення в родині, застосування успішної моделі виховання, розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктів, толерантної реакції на агресивну поведінку. У навчальних закладах педагогам слід усвідомити та розробити власний стиль спілкування з учнями, розвиток навичок обрання відповідної стратегії й тактики у відповідь на агресивну поведінку учнів. У груповому середовищі (класі) створення умов вчителем/класним керівником формування й розвитку таких групових цінностей та норм, як доброзичливість, повага, прощення та терпимість [30].

1. Початок форми

Ефективним способом профілактики агресивної поведінки для підлітків є груповий тренінг. Це активний підхід до групової психологічної підтримки, який сприяє самопізнанню, розв'язанню конфліктів та проблем, він допомагає легше освоювати знання та навички ефективної поведінки, підвищує комунікативні здібності та сприяє формуванню необхідних якостей для взаємодії з навколишніми. Тренінги спрямовані на розвиток адекватної самооцінки, розвинення вміння рефлексії та емпатії, покращення навичок спілкування та конструктивного вираження своїх думок і почуттів [12].

Формат тренінгу містить в собі наступні три основні складові:

1. Передача теоретичного матеріалу у формі короткої лекції.

2. Проведення практичних вправ, які дають учасникам можливість освоїти необхідні навички та застосувати здобуті теоретичні знання на практиці.

3. Обговорення виконаних вправ та змісту заняття загалом для узагальнення отриманого досвіду.

Першою вправою групового тренінгу є "Розуміння власної особистості".

Першим етапом цього заняття є психологічна розминка "Знайомство", воно має на меті ознайомлення учасників групи між собою та визначення їхніх основних інтересів. Це сприятиме перегляду уявлень про себе та допомагає подолати певні стереотипи у спілкуванні [31].

Наступною частиною буде проголошення та обговорення наступних правил:

1. Уважно слухати одне одного, не переривати.

2. Утримуватися від оцінки чи засудження висловлень учасників.

3. Не нав'язувати порад, якщо їх не просять.

4. Стежити за темою обговорення.

5. Брати участь у обговоренні за власним бажанням.

6. Дотримуватися конфіденційності стосовно обговореного на занятті.

7. Розуміти та дотримуватися відведеного для обговорення часу.

8. Критикувати не людину, а конкретні вчинки чи дії.

Друга вправа називається "Намалюй свою агресію".

Мета: відреагувати на внутрішній на агресію шляхом малювання.

Проведення вправи, спочатку тренер просить підлітків пригадати ситуацію або особу, яка викликає у них найсильніші відчуття гніву, агресії. Можна обговорити, яким чином ці почуття виявляються у тілі юнаків. Потім ведучий пропонує намалювати свої внутрішні емоції агресії. Важливо, щоб учасники під час створення малюнка й після цього могли висловити свої почуття [16].

Після малювання учасникам пропонується зробити з малюнком все, що вони хочуть, поговорити з образом гніву, висловити йому свої почуття, прокричати, розірвати чи стиснути малюнок, намалювати щось нове, що змінить його на позитивний бік у разі, якщо почуття змінилися [16].

Третя вправа: інформаційне повідомлення "Агресія та агресивність" (Тривалість: 5 хвилин).

Мета: Пояснення понять "агресія" та "агресивність".

Вступне слово: Агресивність - це характеристика особистості, виявляється у ворожому ставленні людини до інших людей, тварин або навколишнього середовища. Агресивність виявляється у ворожій поведінці, яка не має об'єктивних причин та не може бути виправдана обставинами. Агресія - будь-яка діяльність, що містить загрозу або завдає шкоди іншим [19].

Наступним етапом даної вправи є групове обговорення наступних проблем, важливо щоб учасники тренінгу жваво висловлювали свою точку зору та вели дискусію.

У нашому житті агресія часто зустрічається: (приклади)

1. Старшокласник вимагає гроші у молодшого школяра у шкільному дворі. (Чи спостерігали за подібним?)

2. Учні перекидають портфель новачку з парти на парту, утруднюючи їй знаходження робочого місця та спілкування з іншими.

3. Батько карає та б'є сина за погані оцінки у школі.

4. Сцени насильства у фільмах, де жертва страждає від фізичних травм.

Також варто обговорити вербальну агресію та вживання нецензурного словесного стилю [19]. Чи вважаєте це агресією? Які форми це може приймати? Щодо суспільства, чи вважаєте ви, що потрібні заходи для протидії агресії? Які саме?

**Висновки до третього розділу**

1. Корекція агресивної поведінки у підлітковому віці розглядається через призму таких підходів і теорій: соціального научіння, підходу Е. Аронсона, гіманісничного напряму та розробки В. Оклендера. Усі вони зосереджуються на тому, як слід змінювати поведінку людини, що проявляє агресію, через різні методи та техніки, щоб допомогти їй краще розуміти та керувати своїми емоціями. Ідеї даних авторів стверджують, що робота з агресивністю передбачає не лише уникнення ситуацій, які спонукають до агресії, але й активне впливання на мислення та усвідомлення власних емоцій. Розвиток альтернативних методів поведінки та розуміння власних почуттів становлять ключові аспекти у зниженні рівня агресивності.

2. Програма психолого-педагогічної корекції містить в собі наступні блоки: діагностичний, коректувальний, перевірки ефективності коректувальної дії та рекомендаціям батькам і вчителям. Перший блок спрямовано на допомогу юнакам зрозуміти неефективності агресії як способу комунікації, розробку навичок вираження агресії, сприяння в розвиту співчуття та емпатії. Наступний етап містить повторну діагностику, перевірки ефективності після проведення корекційних заходів, оцінювання результативності та розробка наступного плану дій. Третім блоком є рекомендації для педагогів у роботі з агресивними підлітками, містять ряд пропозицій створення активностей, вільному самовираженні, індивідуальні бесіди. Рекомендації для батьків: збереження терпимості та самовладання, забезпечувати підлітків відчуттям безпеки і любові, контроль над власними негативними емоціями, похвала.

3. Ефективна профілактика агресивної поведінки серед підлітків потребує комплексного підходу, який охоплює різні сфери їхнього життя. У домашніх умовах важливо створити дружню атмосферу, сприяти позитивному оточенню в родині, розвивати навички конструктивного вирішення конфліктів та управління власними емоціями. В навчальних закладах необхідно розвивати педагогічне спілкування з учнями, навчати обирати відповідні стратегії у відповідь на агресивну поведінку. У груповому середовищі важливо формувати цінності та норми, такі як доброзичливість, повага, прощення та терпимість. Групові тренінги виявляються ефективним інструментом профілактики агресивної поведінки. Вони сприяють самопізнанню, розв'язанню конфліктів, розвитку комунікативних здібностей та формуванню необхідних якостей для взаємодії з індивідами. Вони також сприяють підтримці позитивних відносин з людьми та вирішенню проблемних ситуацій та регулюванню агресії.

4. Тренінг має чітко структурований формат, включаючи три основні етапи: теоретичну частину, практичні вправи і обговорення отриманих результатів. Перший етап спрямований на пізнання себе та інших, створення комфортної атмосфери спілкування та узагальнення обраної теми. Далі, під час обговорення правил, підкреслюється важливість взаємоповаги, вислуховування інших та дотримання конфіденційності.

Вправа «Розуміння власної особистості» містить психологічну розминку "Знайомство" та визначення правила спілкування. Психологічна розминка сприяє ознайомленню учасників групи між собою, визначенню їхніх інтересів та сприяє перегляду уявлень про себе та спілкування з врахуванням цих уявлень.

«Намалюй свою агресію» - це вправа, що дозволяє відобразити внутрішні емоції через малюнок і пізнати їх через обговорення та дії з малюнком. Вона позитивно сприяє формуванню відкритості у вираженні почуттів та пошуку конструктивних способів виразу емоцій.

Остання вправа, присвячена роз'ясненню понять «агресія» та «агресивність» через приклади з реального життя, сприяє розумінню виявлення даних явищ у різних сферах. Запропоновані запитання стимулюють учасників думати над формами агресії та способами її протидії в суспільстві.

**ВИСНОВКИ**

1. Агресія- це деструктивна поведінка, яка порушує норми та правила життя в суспільстві, завдає збитків об’єктам нападу як фізичного, так психологічного характеру. Агресивна поведінка – це один із можливих способів реагування індивіда на виклики які ставить перед ним життя. Сучасні погляди науковців на проблематику агресії розділена на такі категорії: філософський, соціологічний, психологічний, педагогічний, правовий та психіатричний. Дослідженнями агресивної як деструктивної форми вияву поведінки займались такі науковці як: З. Фрейд, котрий трактував агресію конфліктом інстинктів Таноса та Ероса, К. Юнг описував агресію архетипом «Тінь» як того, що людина не визнає в собі, К. Лоренц стверджував, що агресія виникає з інстинкту боротьби за виживання, А. Бандура вважав прояви агресії у ланці соціального научіння, а Дж. Доллард та Н. Міллер схиляються до фрустраційної теорії. Представниками особистісного підходу (агресія як риса котра притаманна людині та має різні прояви) були О. Артемов, М. Охрімчук та О. Волянська.

2. Причинами виникнення агресії є фрустрація, яка характеризується униканням, втечею від відповідальності, відмовою від зобов’язань та складних ситуацій у житті. У даному контексті агресія є наслідком фрустрації яка проявляється в повсякденній життєдіяльності. Найчастішою формою вияву агресії є словесна, застосовується вона з бажанням зачепити опонента та спровокувати на необдумані дії, вибити із колії. Види агресивної поведінки поділяються на такі категорії: прихована агресія, фізична, вербальна, гнівна (ворожа), інструментальна, гетероагресія, аутоагресія, пряма викрита агресія, доброякісна, конструктивна, деструктивна, реактивна, спонтанна і навмисна агресія.

3. Факторами прояву деструктивної агресії включають неблагополучні сімейні умови, соціальне середовище, насильство, травматичні події у дитинстві, психічні розлади, залежність від алкоголю, наркотичних речовин, соціальний тиск та вплив мас-медіа. Власне ці аспекти сприяють індивіда до готовності агресивної поведінки. Існує глибокий взаємозв’язок між емоціями і агресивною поведінкою, особливо у контексті ситуацій стресу та перебування індивіда у натовпі умов. У групі емоції виникають миттєво та впливають на сприйняття реакції людини. Колективна енергія великої кількості людей підсилює емоційну реакцію людини, знижуючи її критичне мислення та розумові здібності, що сприяють деструктивним діям, агресії та жорстокості.

4. Аналіз агресивної поведінки заснований на поглядах відносно природи та її компонентів. Л. Берковіц, Е. Змановська, Л. Карпенко, М. Левітова розглядають компоненти агресії, через призму мотивації, психологічних проявів, а також в контексті викликів і ситуацій, що її спричиняють. Агресія містить емоційний, пізнавальний, вольовий та поведінковий аспекти. Пізнавальний погляд агресивної поведінки описує розуміння ситуацій та об'єктів, що викликали загрозу, цей аспект включає аналіз ситуацій, можливих наслідків та оцінку досвіду відповідно до соціальних норм. Емоційний компонент визначається емоційними станами такими як: гнів, неприязнь, ненависть, ворожість. Вольовий компонент пов'язаний з індивідуальними якостями особистості, такими як: самоконтроль, настирливість та цілеспрямованість.

Існують позитивні сторони агресивності, вони розглядаються як важливий елемент активності та адаптації людини, агресія може активізувати людини наполегливість, рішучість, досягнення цілей та розвиток. Форми агресивної поведінки поділяються на чотири групи: фізична, вербальна, активна та пасивна, пряма, непряма. Коли агресивні дії стають повторюваними та відображають характеристику особистості, це вказує на агресію як прояву особистісної риси, вплив якої значно впливає на спосіб поведінки.

5. Важливим етапом роботи корекції агресивності є усвідомленість небажаності агресії для самого себе. Відсутності покарання як підкріплювального фактору та відсутність агресивних моделей поведінки. Розвиток емпатії до людей, розуміння внутрішніх причин агресії через когнітивні техніки, а також контроль і корекція агресивної поведінки у підлітків через тренування конструктивних методів реакції.

Підхід, В. Оклендера, відділяється чотирма етапами, спрямованими на усвідомлення та керування власною агресією. Цей спосіб відкриває можливості виявлення та вираження агресивних почуттів, що допомагають усвідомлювати та контролювати ці емоції. Методики корекції агресивної поведінки спрямовані на формування позитивних стратегій вираження та управління емоціями, створюючи сприятливі умови для побудови гармонійних міжособистісних відносин. Діагностичний блок дозволяє визначити рівень та особливості агресивності у підлітків, формуючи відповідні групи для подальшої корекції. Корекційний блок спрямований на розвиток соціальних навичок, формування співчуття та конструктивних способів вираження емоцій. Блок перевірки ефективності забезпечує повторну діагностику та оцінку змін у поведінці підлітків після проведених корекційних заходів. Програма корекції передбачає рекомендації для батьків та педагогів, спрямовані на створення сприятливого середовища для розвитку позитивних емоцій.

6. Запобігання агресивності серед підлітків мають бути комплексними та охоплювати різні сфери їхнього життя. Групові тренінги є ефективним методом запобігання агресії, оскільки сприяють розвитку самопізнання, розв'язанню конфліктів та підвищенню комунікативних навичок. Профілактичними методиками для підлітків є розроблена програма тренінгу. Вправа «Розуміння власної особистості» сприяє встановленню контакту з групою, обговорень правил групового тренінгу. Друга вправа «Намалюй свою агресію» допомагає розібратись із внутрішніми проявами агресії шляхом малювання, відпустити, прожити свої почуття. Вправа «Агресія та агресивність» допомагає учасникам глибше зрозуміти корінь проблеми агресивної поведінки, та проговорити свої думки стосовно наведених прикладів.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Березка С.В., Карпенко Т.В. Теоретичний аналіз наукових досліджень проблеми агресивної поведінки у психолого-педагогічній літературі. Young Scientist. 2017 жовт. (№10.1). 61-64 с.

2. Буняк Н.А. Загальна психологія: лекції. Тернопіль: ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 300 с.

3. Бучма В.В., Гурова О.В., Дзюбко Л.В. Діяльнісна самореалізація особистості в освітньому просторі: монографія / за ред. С.Д. Максименка. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2017. 262 с.

4. Васянович Г.П. Основи психології : навчальний посібник. Київ: Педагогічна думка, 2012. 30 с.

5. Волкова Я.А. Деструктивне спілкування в когнітивно-дискусійному аспекті. В.: ГСПУ, 2014. 10-12 с.

6. Вольнова Л.М. Профілактика девіантної поведінки підлітків: навч. посіб. Київ, 2017. 13 с.

7. Дроздов О. Агресіологія як міждисциплінарна галузь наукових досліджень. Соціальна психологія. 2006. (№1). C. 43-49.

8. Качанова Ю.В. Агресивність та агресія як соціологічні категорії. Миколаїв: Наукові праці ЧДУ ім. Петра могили. 2010. Т. 146. 50-54 с.

9. Колобич О. П. Загальна психологія: навч.-метод. посіб. Львів, 2018. 172 с.

10. Копець Л. В. Психологія особистості : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Вид. дім «Києво–Могилянська академія», 2007. 460 с.

11. Кравчук С.Л. Особливості психологічних детермінант агресивних проявів особистості. Київ, 2002.

12. Мазоха І.С. Аналіз теоретико-емпіричних досліджень феномена агресії та агресивності. Одеса: ПУНПУ, 2010.

13. Мельничук О.Б., Пасічняк Р.Ф., Вольнова Л.М. Психологія особистості: навч. посіб. Київ: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2009. 532с.

14. Михайлишин У. Б., Шігімага Д.В. Підходи до пояснення феномену агресивної поведінки в різних теоретичних школах. PIASSP. 353-357с.

15. Михайлишин У.Б., Ілбїна В.М. Вплив акцентуацій характеру на агресивну поведінку підлітків. Сєвєродонецьк: Вид. СНУ ім. В. Даля, 2021. (№2) 83-100 с.

16. Мойсеєва О. Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. Юридична психологія. 2015. (№ 1).

17. Мойсєєва О.Є. Історико-психологічний аналіз феномену агресії. Миколаїв: науковий вісник МДУ ім. В. О. Сухомлинського, 2013. Т. 2, 2013.

18. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2003. 568 с.

19. Особистість як суб’єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми: Вид. СДПУ ім. А. С. Макаренка, 2017. 540 с.

20. Павелків Р.В. Загальна психологія: підручник. Київ: Кондор, 2009. 576 с.

21. Петечел О.Ю. Теоретичний аналіз проблеми агресії. Івано-Франківськ: Актуальні проблеми вдосконалення чинного законодавства України: збірник наукових статей, 2017. Випуск 44. 88-103 с.

22. Петрінко В.С. Конфліктологія: курс лекцій, енциклопедія, програма, таблиці. Навчальний посібник. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 360 с.

23. Пірен М. I. Конфліктологія: підручник. Київ: МАУП, 2003. 360 с.

24. Реан А.А. Профілактика агресії та асоціальності неповнолітніх. Національний психологічний журнал, 2018. (№2)

25. Семенюк Л. М. Психологічні особливості агресивної поведінки підлітків та умови його корекції. М: Психолого-социальный институт. 2003.

26. Смазнова І.С. Агресія і толерантність: філософсько-правовий дискурс: монографія. Одеса : Фенікс, 2019. 378 с.

27. Соціально-психологічні технології розвитку особистості: зб. наук. праць за матеріалами V Міжнародної науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів / ред. колегія: А. М. Яцюк, Н. О. Олейник, В. В. Мойсеєнко та ін. – Херсон: ФОП Вишемирський В.С., 2020. 432 с.

28. Столяренко О. Б. Психологія особистості: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 280 с.

29. Трофимчук В.В. Теоретичний аналіз феномену "агресивність особистості". Київ: Проблеми сучасної психології, 2018. (№ 1). 184- 188 с.

30. Трухін І.О. Соціальна психологія спілкування: навч. посіб. Київ, 2005. 336 с.

31. Христук О.Л. Психологія девіантної поведінки: навчально-методичний посібник. Львів: ЛДУВС, 2014. 192 с.

32. Щербатюк О.В. Багатовимірність у вивченні агресивності. Київ : вид. Людмила, 2022. 216-218 с.