

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Факультет психології

Кафедра загальної психології

ДИПЛОМНА РОБОТА

на здобуття першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

на тему:

“Психологічні чинники прояву агресивної поведінки серед сучасної молоді”

Виконала: студентка 4 курсу, групи ПС-42

спеціальності 053 Психологія

Януш Ю.М.

Керівник: кандидат психологічних наук,
доцент кафедри клінічної та реабілітаційної

психології

Іванцев Л.І.

Рецензент: кандидат психологічних наук,
доцент кафедри клінічної та реабілітаційної

психології

Шкраб'юк В.С.

Івано-Франківськ - 2025 р.

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| ВСТУП | 3 |
| РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СЕРЕД СУЧАСНОЇ МОЛОДІ | 6 |
| 1.1. Концептуальні підходи до вивчення агресії в сучасній психології | 6 |
| 1.2. Психологічні чинники формування агресивної поведінки серед сучасної молоді | 11 |
| 1.3. Форми та види агресивної поведінки | 21 |
| 1.4. Методи профілактики та корекції агресивної поведінки серед молоді | 27 |
| Висновки до розділу 1 | 34 |
| РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ | 35 |
| 2.1. Організація та методика емпіричного дослідження | 35 |
| 2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних чинників агресивної поведінки сучасної молоді | 40 |
| 2.3. Практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в сучасному молодіжному середовищі | 52 |
| Висновки до розділу 2 | 60 |
| ВИСНОВКИ | 61 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 64 |
| ДОДАТКИ | 70 |

ВСТУП

Актуальність дослідження. Молодь стоїть на передньому краї життєвого, соціально-економічного та політичного розвитку суспільних процесів і є детермінантом змін і викликів часу, оскільки молоде покоління є найбільш перспективним сегментом населення та визначною частиною суспільно-політичних змін. Зміни в соціальному середовищі, зростання впливу соціальних мереж та інформаційних потоків, емоційного навантаження у зв'язку з кризовими умовами сьогодення суттєво впливають на психоемоційний стан молодих людей, що може проявлятися у підвищенні рівня агресивності, ворожості та конфліктності.

Агресивна поведінка в молодому віці може призводити до погіршення навчальної успішності, міжособистісних конфліктів, проблем у професійній діяльності, може мати негативні наслідки для особистісного розвитку людини молодого віку. Тому розуміння індивідуальних, міжособистісних та інституційних чинників, що впливають на формування агресивної поведінки, є необхідною основою для розробки ефективних програм її попередження та корекції. Особливого значення набуває дослідження взаємозв'язку між емоційним інтелектом, стилями поведінки в конфліктних ситуаціях та проявами агресії, що може стати ключем до розробки ефективних стратегій зниження агресивності в молодіжному середовищі.

Дослідження іноземних та вітчизняних науковців стосовно агресивної поведінки в молодому віці стали основою для проведення даної роботи: О. Білоус, Н. Гончарова, Ю. Горбенко, А. Горянська, Н. Дембицька, Т. Кириленко, Е. Крайніков, Є. Карпенко, Т. Кирпенко, О. Купреєва, Л. Онуфрієва, В. Павелків, І. Петухова, В. Пісоцький, Г. Усатенко, О. Хистук, І. Черезова, О. Янкович та інші. Попри численні дослідження, проблема психологічних чинників агресивної поведінки серед сучасної молоді є на сьогодні, виходячи зі складних умов, що склалися, ще недостатньо вивченою та висвітленою. Цим обумовлений вибір теми даного дослідження.

Мета дослідження: теоретичне та емпіричне дослідження психологічних чинників прояву агресивної поведінки серед сучасної молоді та формулювання практичних рекомендацій щодо зниження рівня агресивної поведінки в сучасному молодіжному середовищі.

Для досягнення мети визначені наступні **завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз концептуальних підходів до вивчення агресії в сучасній психології та чинників формування, форм та видів агресії серед сучасної молоді.

2. Проаналізувати методи профілактики та корекції агресивної поведінки серед молоді.

3. Провести емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення чинників агресивної поведінки сучасної молоді.

4. Сформулювати практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в сучасному молодіжному середовищі.

Об'єкт дослідження: агресивна поведінка сучасної молоді.

Предмет дослідження: психологічні чинники прояву агресивної поведінки серед сучасної молоді.

Методи дослідження: *теоретичні* – аналіз наукової літератури з теми дослідження, методи аналізу та синтезу, індукції та дедукції, узагальнення; *емпіричні* – опитування за допомогою стандартизованих методик: Методика вивчення схильності особи до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі; Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса; Методика самооцінки психічних станів за Г. Айзенком, Тест емоційного інтелекту (Н. Холла); порівняння, класифікація, систематизація отриманих результатів дослідження; *методи математичної обробки даних* за допомогою лінійної кореляції Пірсона, кількісний та якісний аналіз результатів діагностики.

База та вибірка дослідження. Опитування проводилося на базі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. Вибірку дослідження склали 50 молодих людей віком від 18 до 22 років, з них 29 жінок (58%) та 21 чоловік (42%). Середній вік учасників дослідження склав 22 роки. Усі

респонденти були студентами денної форми навчання 1-4 курсів, які здобувають освіту за різними спеціальностями на факультетах ПНУ: педагогічний, психологія, природничі науки та історія.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел з 50 найменувань та додатків. Основна частина роботи викладена на 63 сторінках. Загальна кількість сторінок в роботі 87.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СЕРЕД СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

1.1. Концептуальні підходи до вивчення агресії в сучасній психології

Основні теоретичні підходи до вивчення агресії в сучасній психології формують методологічну основу для розуміння природи, причин та механізмів агресивної поведінки. Аналіз концептуальних підходів дозволяє систематизувати накопичені знання щодо феномену агресії, визначити ключові теоретичні конструкти та виявити перспективні напрями емпіричних досліджень. Особлива увага приділяється розгляду біологічних, психоаналітичних, когнітивних, біхевіоральних та соціально-когнітивних концепцій агресії, які пояснюють це явище з різних теоретичних позицій.

У психологічному словнику за редакцією В. Синявського агресія трактується як «дія або система дій людини, мотивом яких є нанесення комусь або чомусь шкоди. Саме наявність мотиву є необхідною для психологічної класифікації дій людини як агресивних» [35, с. 336]. Е. Крайніков розглядає

агресію в психологічному контексті як ворожу поведінку щодо іншої особи або групи, спричинену переживанням фрустрації. На думку автора, агресія може розглядатися у трьох аспектах: як інстинкт, як результат фрустрації або як соціально набута поведінка [16, с. 282].

Важливо розмежовувати поняття агресії та агресивності, на чому наголошує В. Павелків. Якщо агресія розглядається як процес зі специфічною функцією та організацією, то агресивна дія є проявом агресивності як ситуативної реакції. Регулярне повторення агресивних дій формує стійку агресивну поведінку. Агресивність при цьому визначається як ситуативний і соціальний психологічний стан, що виникає безпосередньо перед або під час агресивної дії [30, с. 273].

Відомості у науковій психологічній літературі щодо тлумачення агресивності особистості, як феномена все більше актуалізує важливість розв'язання даної проблеми за допомогою класифікації основних наукових підходів до характеристики агресивності та її властивостей.

Для глибшого розуміння сутності агресивності особистості необхідно звернутися до аналізу її структури. Е. Крайніков характеризує агресивність як багатозначний термін, що може позначати [16, с. 282]:

1. По-перше, ситуативний стан, який характеризується спалахами гніву та імпульсивною поведінкою, спрямованою на об'єкт фрустрації. Цей стан включає три взаємопов'язані компоненти:

- когнітивний, що забезпечує орієнтацію суб'єкта в ситуації;
- емоційний, який проявляється через переживання гніву та ворожості;
- вольовий, що дозволяє досягати поставленої мети.

2. По-друге, агресивність як відносно стійка риса особистості, яка зумовлюється комплексом чинників: негативним соціальним досвідом, вродженими диспозиціями, психопатологічними станами тощо.

В. Синявський пропонує розширене трактування агресивності, розглядаючи це явище як багатогранний феномен, що поєднує емоційний стан і стійку рису характеру. На його думку, агресивність виступає специфічною формою реагування на різноманітні несприятливі життєві обставини, що викликають підвищену

поведінкову активність та супроводжуються інтенсивними негативними емоціями. Дослідник зазначає, що «в агресивному стані особистість може повністю втратити самоконтроль» [35, с. 335-336], проте наголошує на функціональній значущості цього психологічного феномену.

Важливим аспектом концепції дослідника є визнання амбівалентної природи агресивності, яка може виконувати не лише деструктивну, але й конструктивну функцію. Агресивність розглядається як механізм зняття внутрішньої напруги, спосіб захисту особистісних кордонів, підтримки самооцінки та посилення контролю над значущим оточенням. Автор підкреслює, що помірний рівень агресивності є необхідним компонентом здорової психіки, який сприяє подоланню перешкод у досягненні мети та творчій самореалізації особистості. За його спостереженням, «відсутність агресії призводить до податливості, конформності, нездатності зайняти активну життєву позицію» [35, с. 335-336].

Стосовно природи агресії в науковому дискурсі існують різні погляди. К. Лоренц [52] розглядав агресію як вроджений інстинкт, притаманний як людині, так і тваринам. Натомість А. Маслоу заперечував інстинктивну природу агресії, стверджуючи, що хоча вона має деякі ознаки інстинкту, людям не властиві вроджені агресивні інстинкти [30].

Теорія класичного психоаналізу, розроблена З. Фройдом, пояснює агресію через призму внутрішньопсихічних конфліктів. Згідно з цією теорією, індивід постійно переживає внутрішню боротьбу між несвідомими сексуальними й агресивними потягами з боку Ід, які вимагають негайного задоволення, та обмежувачим впливом моральних норм суспільства й власної совісті (Супер-его) [33, с. 78]. Фройд також розглядав самогубство як прояв «інстинкту смерті», що може виражатися у агресії та аутоагресії [2, с. 129].

На протипагу психоаналізу, гуманістичні теорії особистості, представлені А. Маслоу, К. Роджерсом, В. Франклом, Дж. Олпортом, Р. Меєм, заперечують як зовнішній детермінізм біхевіоризму, так і внутрішній детермінізм сексуальних та агресивних потягів фрейдизму [33, с. 85]. Неофрейдисти, серед яких А. Адлер, К. Юнг, К. Хорні, Е. Фромм, відійшли від ортодоксальної психоаналітичної

позиції, визнаючи вирішальну роль соціального середовища у формуванні психіки та обмежуючи роль сексуальних і агресивних потягів у поясненні психічних процесів і поведінки людини [33, с. 101].

Особливої уваги заслуговують погляди Е. Фромма на садизм і некрофілію як крайні прояви людської деструктивності. Вони демонструють, що агресивність часто пов'язана з глибинними особистісними та екзистенційними проблемами і може набувати патологічних форм. При садизмі та мазохізмі відбувається своєрідна «вкоріненість» жертви з катом, які перебувають у взаємозалежності, тоді як при деструктивності домінує прагнення до індивідуалізації, бажання зруйнувати суспільство, яке надає людині можливість інтеграції [9].

В. Павелків зосереджує увагу на зв'язку між проявами агресії та культурним контекстом, посиляючись на результати антропологічних досліджень. Згідно з цими дослідженнями, способи вираження емоцій та реагування на подразники значною мірою визначаються культурними нормами конкретного суспільства. Таким чином, формування та розвиток агресивності залежить насамперед від суспільних умов, які включають [30, с. 277]:

1. Суспільний устрій – загальна організація та структура суспільства, його цінності та норми
2. Найближче соціальне оточення – безпосереднє середовище, що впливає на поведінку та емоційні реакції
3. Малі соціальні групи – сім'я, друзі, колеги, що формують мікросередовище особистості

Варто зазначити, що певний рівень агресивності є функціонально необхідним для кожної особистості. В. Павелків, спираючись на праці видатних психологів А. Фройда [48], К. Лоренца [52], Е. Фромма [50] та інших дослідників, стверджує, що агресія є невід'ємною складовою активності та адаптивності людини. Згідно з цією концепцією, агресивність має певні конструктивні прояви, важливі для активного життя: наполегливість, ініціативність, прагнення досягати поставлених цілей, здатність долати перешкоди. У деяких випадках агресивна

поведінка може розглядатися як адаптивна властивість, що допомагає людині звільнитися від фрустрації та тривоги [30, с. 273].

К. Сергеєнкова пропонує системний підхід до розуміння різних аспектів агресивних проявів, диференціюючи поняття агресії, агресивності та агресивної поведінки [38, с. 13]:

1. Агресія розглядається нею переважно як специфічна форма деструктивних дій, спрямованих на завдання фізичної чи психологічної шкоди людям або предметам. Дослідниця підкреслює, що агресія може мати різні форми прояву – від короточасного психічного процесу до стійкої особистісної характеристики, сформованої внаслідок дефіцитарного виховання або психічних порушень.

2. Агресивність має більш стійкий та інтегративний характер, виявляючись у схильності до насильницьких дій у міжособистісних стосунках. Вона може функціонувати як ситуативний психічний процес або стан, але частіше проявляється як якість особистості чи риса характеру. Дослідниця розглядає агресивність і як реакцію на несприятливі життєві обставини, що викликають стрес та фрустрацію, зазначаючи, що така реакція «призводить до ушкоджень при недостатньому захисті» [38, с. 13].

3. Агресивна поведінка трактується дослідницею як безпосередній вияв агресивності в деструктивних діях, метою яких є заподіяння шкоди іншим. У соціально-педагогічному контексті така поведінка розглядається як ворожа, що не має об'єктивних причин і не виправдовується обставинами або моральними міркуваннями. Важливим аспектом є визнання вікової детермінованості агресивних проявів: «Кожен віковий період має специфічну ситуацію розвитку, що висуває певні вимоги до особистості, адаптація до яких може викликати різні прояви агресивної поведінки» [38, с. 12].

Основні цілі агресивної поведінки, за К. Сергеєнковою, можна структурувати за трьома основними напрямками: захист власних прав з нехтуванням правами інших, самоствердження за рахунок оточення та

пригнічення інших осіб [38, с. 368]. Такий підхід підкреслює інструментальний характер агресії як способу досягнення певних соціально-психологічних цілей.

Є. Мельниченко пропонує розглядати агресивну поведінку з позиції її складної детермінації, не обмежуючись лише реактивним характером. Науковець стверджує, що агресивна поведінка молоді формується під впливом соціальних чинників і не завжди є простою реакцією на зовнішні подразники. Він зосереджує увагу на суб'єктності молодого людини, яка може здійснювати агресивні дії в межах свідомого вчинку. Такі прояви, як негативізм, руйнування, конфлікт, фізична та вербальна агресія, розглядаються дослідником як форми активного вираження особистістю власної позиції, а не лише як автоматична відповідь на фрустраційні стимули [22, с. 100].

Отже, аналіз концептуальних підходів до вивчення агресії в сучасній психології демонструє багатовимірність та комплексність цього феномену. Жодна з розглянутих теорій не може претендувати на вичерпне пояснення агресивної поведінки, оскільки вона детермінується складною взаємодією біологічних, психологічних та соціальних факторів. Сучасні дослідження тяжіють до інтегративних моделей, які враховують як вроджені схильності до агресії, так і роль наочіння, когнітивних процесів та соціального контексту. Такий комплексний підхід відкриває перспективи для розробки ефективних стратегій профілактики та корекції агресивної поведінки, особливо в молодіжному середовищі, де формування поведінкових патернів ще не завершено.

1.2. Психологічні чинники формування агресивної поведінки серед сучасної молоді

Комплексний аналіз цих чинників, які сприяють формуванню агресивної поведінки серед сучасної молоді дозволяє виявити ключові механізми розвитку агресивних тенденцій та визначити потенційні напрями профілактичної та корекційної роботи. Особлива увага приділяється розгляду індивідуально-психологічних, соціально-психологічних та ситуативних факторів,

які у своїй сукупності впливають на схильність молодих людей до агресивних проявів у сучасних умовах соціальної нестабільності та інформаційної перенасиченості.

Н. Дембицька співвідносить агресивність із системою аморальних якостей особистості, ставлячи її в один ряд із нахабством, злістю, брехливістю, авантюризмом тощо [7, с. 154]. Дослідниця зауважує, що агресивність і соціальна інфантильність все частіше проявляються у молодіжному середовищі [7, с. 176]. У соціально-педагогічній науці агресивною вважається така поведінка та таке ставлення людини, які є ворожими, але не мають об'єктивних причин і не можуть бути виправдані обставинами або морально-юридичними міркуваннями, зокрема необхідністю самооборони чи захисту інших людей. Характер агресивної поведінки суттєво визначається віковими особливостями розвитку, а кожний віковий етап має специфіку розвитку, певні вимоги до особистості, адаптація до яких може викликати різноманітні прояви агресивної поведінки [38, с. 12].

Молодь як соціально-вікова група неоднорідна за ступенем суспільної зрілості. Б. Бондарець виділяє такі групи [30, с. 33; 2, с. 138]: підліткова група (молодь до 19 років); молодь від 20 до 25 років – переважно студенти та молоді люди, які мають або завершують професійну підготовку; молодь 26-35 років – особи, які вже визначилися з професійним вибором, мають певну кваліфікацію та професійний досвід і здебільшого створили власну сім'ю.

Дослідження Н. Теслик демонструють, що агресія в молодому віці може мати як біологічне, так і соціальне підґрунтя. Вроджені особливості темпераменту, гормональні зміни, специфіка нервової системи можуть зумовлювати схильність до імпульсивних, агресивних реакцій. Одночасно вагому роль відіграють соціокультурні чинники: особливості виховання в сім'ї, досвід міжособистісних взаємин у найближчому оточенні, а також домінуючі в суспільстві норми та цінності [41, с. 249-250].

У своїх дослідженнях З. Кісіль виявляє, що юнацький вік характеризується підвищеною конфліктогенністю у різних сферах соціальної взаємодії. У родинному колі це проявляється через прагнення до самостійності та звільнення

від батьківського контролю; в освітньому середовищі подібні емансипаційні тенденції призводять до протистояння з педагогами; у взаєминах з однолітками конфлікти виникають на підґрунті емоційної нестабільності, загостреної чутливості до оцінок та непередбачуваних поведінкових реакцій. Підкреслюється їх афективно-імпульсивний характер типових моделей поведінки молоді в конфліктних ситуаціях: «Перша реакція часто має афективний, імпульсивно-агресивний характер, при цьому можливі наслідки власних дій ними належним чином не усвідомлюються» [15, с. 36].

В реаліях сьогодення психологічне благополуччя стає основним фактором, що впливає не лише на успішність навчання та професійної діяльності, але й на загальне самопочуття та особистісний розвиток молоді. Сучасна фруструюча ситуація може виступати джерелом гніву та роздратування у молодих людей. М. Вовк наголошує, що такі ситуації підвищують готовність особистості до депресії, а гнів стає перехідною ланкою між фрустрацією та негативними психічними станами [5, с. 200].

В. Павелків зазначає, що прояви агресивності у молоді можуть відрізнятися залежно від етапу розвитку [30, с. 280]:

- Фізична агресивність.
- Непряма агресивність.
- Вербальна агресивність.
- Негативізм.

Поглиблюючи уявлення про вікові детермінанти агресивної поведінки, Н. Бочаріна та Т. Астаф'єва пропонують тривимірну модель аналізу особливостей молодіжного віку [4, с. 1145]:

1. Психофізіологічний рівень характеризується інтенсивними нейрогуморальними змінами, що починаються в підлітковому віці та продовжуються в юності. Гормональна реорганізація впливає на функціонування центральної нервової системи, порушуючи баланс між процесами збудження і гальмування та підвищуючи загальну реактивність організму. Такі фізіологічні

зміни створюють біологічне підґрунтя для емоційної лабільності та потенційних агресивних реакцій.

2. На психологічному рівні дослідники відзначають формування нової самосвідомості з вираженим відчуттям власної дорослості при недостатній особистісній зрілості. Юнацький вік характеризується загостренням певних рис характеру, що часто набувають форми акцентуацій, егоцентричною спрямованістю мислення та внутрішньою суперечливістю. Молодим людям притаманна амбівалентність психічних проявів: вони можуть демонструвати як надмірну активність, так і пасивність, коливатися між ідеалістичними уявленнями та цинічним прагматизмом, проявляти надзвичайну чутливість або демонструвати байдужість. Схильність до ризикованої поведінки та експериментування поєднується з концентрацією на теперішньому моменті без достатнього урахування віддалених наслідків своїх дій.

3. Соціально-психологічний вимір охоплює специфіку взаємодії молодої людини з соціальним оточенням. Характерними особливостями цього рівня є потреба в приналежності до групи однолітків, схильність до наслідування групових норм, формування власних субкультурних утворень, поєднуються конформність щодо референтної групи з прагненням до незалежності від дорослих. Недостатня сформованість життєвого досвіду, «Я-концепції» та самосвідомості, а також невизначений соціальний статус (перебування між дитинством і дорослістю) спонукають молодь до пошуку меж дозволеного через різноманітні, інколи девіантні форми поведінки, включаючи агресивні прояви.

Дослідження Г. Шульги поглиблює розуміння психологічних особливостей молодіжного віку, виявляючи специфічні вікові кризи, що створюють значні перешкоди для самореалізації та досягнення життєвих цілей. Такі кризові стани часто призводять до екзистенційного вакууму, духовної дезорієнтації та зниження загальної життєвої активності [47, с. 135-137]. Комплементарні дослідження динаміки самоствавлення в юнацькому та ранньому дорослому віці демонструють тісний взаємозв'язок між ставленням до себе та соціальними інтеракціями. Особливе значення для продуктивних міжособистісних стосунків мають такі

компоненти самоствалення, як саморозуміння, самоінтерес та здатність до саморегуляції. Кризові явища у сфері самоствалення, зокрема різке зниження інтересу до власної особистості та самооцінки, неминуче відображаються на якості соціальної взаємодії та загальній продуктивності діяльності [37, с. 37-38].

В. Павелків зосереджується на внутрішньопсихологічному конфлікті молодій людини, породженому суперечностями між усвідомленням власних можливостей, потенціалу та реальною соціальною залежністю від дорослих. Це суперечності загострює кризу самооцінки, створюючи підґрунтя для формування квазіпотреб – замісних прагнень, що компенсують незадоволені базові потреби в самореалізації та автономії. Дослідник підкреслює динамічний характер особистісних трансформацій у процесі дорослішання: змінюється система самосприйняття та сприйняття оточуючого світу, трансформуються мотиваційні структури та підвищується їхня відповідність соціальним вимогам. Однак ці природні процеси особистісного становлення за несприятливих умов можуть провокувати формування різних форм агресивної поведінки як захисного механізму або способу самоствалення [30, с. 280].

В. Павелків підкреслює, що виховання дитини в конкретному культурному середовищі, сімейні традиції та емоційне ставлення батьків до дитини відіграють важливу роль у процесі соціалізації агресії. В результаті соціалізації можуть бути наступні варіанти [30, с. 274]:

1. Людина може навчитися регулювати свої агресивні імпульси, адаптуючись до вимог суспільства.
2. Залишатися агресивними, але виражати агресію у більш м'яких формах, таких як словесні образи, приховані примуси або завуальовані вимоги.
3. Не навчитися контролювати агресію та проявляти її через фізичне насильство.

Численні провідні українські науковці (Є. Карпенко, О. Білоус, Н. Гончарова, В. Пісоцький, Т. Кирпенко та ін.), які працюють у сфері вікової психології та психології особистості, зазначають, що у юнацькому віці набувають особливого розвитку вольові риси, такі як наполегливість, завзятість у досягненні

мети, вміння долати перешкоди і труднощі, здатність до цілеспрямованої вольової діяльності [10; 2; 36; 34; 14]. Водночас у цей період активно формуються самосвідомість та самооцінка особистості, з'являється підвищений інтерес до оцінки оточенням своїх особистісних якостей. Такі процеси безпосередньо впливають на емоційну сферу молодих людей, підвищуючи їхню чутливість до оцінок та реакцій інших. За таких умов невідповідність між прагненням до самоствердження та низькою самооцінкою може стати джерелом фрустрації, яка трансформується в агресивні форми поведінки.

Т. Кириленко розкриває фундаментальну роль емоційних процесів у формуванні цілісної картини світу та власного місця в ньому, а емоції є не просто супровідним явищем пізнавальної діяльності, а особливою формою відображення значущості об'єктів та явищ для особистості. Дослідниця зосереджує увагу на двосторонньому характері взаємодії між когнітивними та емоційними процесами: трансформації змісту свідомості відображаються на якісних характеристиках емоційних переживань (їх модальності, інтенсивності, глибини), а зміни в емоційній сфері впливають на конструювання суб'єктивної реальності [12, с. 27].

На її думку характерним саме для «Я духовного» є оптимістична спрямованість на гармонію внутрішнього і зовнішнього власного світу, «привласненого» в процесі життя через переживання радості й страждання, вибудовування гармонійної життєвої траєкторії [13, с. 16]. Л. Терлецька слушно підкреслює, що «уміння стикатися із труднощами і долати їх, адаптуватися до обставин і знайти свою нішу в життєвому просторі – це вирішальний фактор успішного саморозвитку молоді людини» [40, с. 115].

За І. Черезовою, стосовно студентської молоді об'єктивна суперечність між «ідеальним Я» та «справжнім Я» може викликати тривогу, самонеприйняття, агресію, що неминуче призводить до неуспішності у навчанні, негативно впливає на мотивацію здобуття знань та подальше професійне зростання [45], а пасивність перешкоджає індивідуальному самовдосконаленню та реалізації потенційних можливостей. Таким чином, одним із вагомих чинників виникнення агресивності в юнацькому віці є внутрішньоособистісні конфлікти, пов'язані з кризою

ідентичності та невідповідністю «ідеального Я» і «реального Я» молодій людині. Як зазначає Ю. Ліпковська, неспроможність конструктивно вирішувати такі внутрішні суперечності може провокувати спалахи агресії, спрямованої як на оточення, так і на самого себе [20, с. 64].

Дж. Герман зазначає, що негативна самооцінка, яка екстраполюється на очікувану оцінку оточення, може призвести до різноманітних проблем, зокрема, формування неадекватно низького рівня соціально-психологічних очікувань [6, с. 3]. Водночас як підкреслює О. Купрєєва, самоприйняття, позитивне ставлення до себе та високий рівень самооцінки забезпечують гармонійну життєдіяльність особистості, допомагаючи долати кризові ситуації, пов'язані з почуттям самотності в юнацькому віці [17, с. 38].

Важливим аспектом формування особистості молодих людей є їх орієнтація на майбутнє. У сприятливих умовах юнаки прагнуть до майбутнього не через нереалізованість у теперішньому, а через бажання досягти кращого. Проте, як зазначають О. Шахова та А. Гребенюк, студентська молодь в умовах війни відчуває загальну небезпеку та невизначеність, що призводить до втрати особистих перспектив і мрій, відчуття відсутності життєвих опор [46, с. 217]. У міру дорослішання ці фактори суттєво впливають на характер бачення себе та навколишнього світу, трансформацію мотивів та їх адекватність соціальним потребам [30, с. 280].

Прояви агресії серед молоді спричиняють широкий спектр деструктивних соціальних наслідків: зростання частоти різноманітних девіантних форм поведінки, включаючи вандалізм, незаконне привласнення майна, зловживання психоактивними речовинами; істотне погіршення психологічного мікроклімату в освітньому середовищі. Психологічна природа агресивної ситуації відповідає характеристикам тривалого інтенсивного стресового стану, що неминуче призводить до серйозних негативних психологічних наслідків. Варто зазначити, що не лише жертви, але й самі суб'єкти агресивних дій демонструють підвищену схильність до розвитку нервово-психічних порушень, включаючи різні

поведінкові розлади та депресивні стани, що в окремих випадках створює підґрунтя для протиправної діяльності [4, с. 1147].

Комплексні дослідження, проведені групою науковців (В. Павелків, Г. Усатенко, Л. Онуфрієва, О. Христюк та ін.), дозволили визначити основні джерела засвоєння молоддю моделей агресивної поведінки [28; 42; 27; 44; 11]:

1. Сімейне середовище виступає первинним і найпотужнішим чинником формування агресивних поведінкових патернів. В. Павелків зазначає, що діти з агресивними тенденціями здебільшого виростають в умовах емоційної дистанції між членами родини, де батьки виявляють недостатню зацікавленість процесом розвитку дитини, а емоційний клімат характеризується дефіцитом тепла і підтримки [28, с. 489]. Особливо несприятливим фактором є використання авторитарних, силових методів виховання. У процесі соціалізації в таких умовах молоді люди інтерналізують деструктивні моделі міжособистісної взаємодії, які спостерігають у стосунках між батьками, та засвоюють неадаптивні стратегії розв'язання конфліктних ситуацій. Емпірично доведено, що жорстоке поводження з дитиною в родинному колі не лише посилює агресивність у її взаєминах з однолітками, але й сприяє формуванню стійкої схильності до насильницької поведінки в дорослому віці, коли агресія стає домінуючим життєвим стилем.

2. Медіасередовище становить другий за впливовістю чинник засвоєння агресивних моделей поведінки. Психологічні дослідження демонструють значну концентрацію агресивного контенту в засобах масової інформації: на одну годину телевізійного ефіру припадає в середньому 9 епізодів фізичної та 8 епізодів вербальної агресії [28, с. 489].

3. Третім важливим чинником виступає дефіцит емоційного прийняття та любові. Молоді люди, які не відчують впевненості в тому, що їх люблять, хоча на інтуїтивному рівні усвідомлюють свою потребу в емоційній підтримці, часто проявляють підвищену агресивність. В тому числі індивідуальні особливості темпераменту, такі як висока збудливість та інтенсивність емоційних реакцій, створюють природну основу для формування таких рис характеру, як дратівливість, запальність, утруднений самоконтроль

В сучасних умовах молоде покоління активно використовує комп'ютери, гаджети, телевізори, часто не звертаючи достатньої уваги на реальне оточення. Новітні технології відкривають численні можливості для навчання та розвитку, однак не завжди використовуються молоддю за призначенням. Наприклад, комп'ютерні ігри з агресивним змістом сприяють розвитку агресивних тенденцій особистості. Молоді люди можуть переносити у реальне життя моделі фізичної агресії, які спостерігають на екрані монітора, використовуючи їх як еталон переваги над іншими. Вираження агресивності часто відбувається через вербальну агресію – негативні висловлювання у формі сварок, докорів, погроз. Особистість із такою поведінкою набуває антисоціальних рис, агресивна поведінка молоді часто виступає способом задоволення потреб, досягнення бажаної мети та самоствердження. Основними видами агресії молоді є: вербальна, фізична, пряма, непряма, інструментальна, ворожа та аутоагресія [4, с. 1148].

Особливу увагу дослідники приділяють впливу на формування агресивності юнацького середовища. Саме в цьому віці молоді люди часто схильні до конформізму, некритичного сприйняття поведінкових моделей референтних осіб та груп. Відтак, агресивні форми реагування можуть засвоюватись і відтворюватись у спілкуванні з однолітками та значущими дорослими.

У своїх дослідженнях Є. Мельниченко розкриває роль агресивної поведінки як соціально-регулятивного механізму, що використовується молоддю при встановленні взаємин із зовнішнім світом. На думку дослідника, для глибокого розуміння агресивних проявів як компонента психологічної структури особистості необхідно проаналізувати широкий спектр соціально-регулятивних чинників: характер порушень розвитку, рівень рефлексивної свідомості, особливості сімейних взаємин, специфіку спілкування з однолітками, характеристики освітнього середовища. Автор виділяє три ключові системи соціально-регулятивної взаємодії молоді, в яких по-різному проявляються агресивні тенденції [22, с. 100]:

1. У системі «підліток – підліток» домінують фізична агресія або погрози її застосування, різноманітні форми вербальної агресії, непрямі агресивні дії.

2. Система «сім'я – підліток» характеризується ширшим спектром агресивних проявів: фізична та вербальна агресія, непрямі агресивні дії, пасивний або активний негативізм, а також різні форми роздратування.

3. У системі «педагог – підліток» найчастіше спостерігаються вербальна агресія, різні форми негативізму та роздратування.

В. Павелків підкреслює надзвичайну важливість спілкування з однолітками для молодих людей, які активно прагнуть подолати духовну ізоляцію в сімейному середовищі та інституційних структурах, а інколи намагаються дистанціюватися від суспільства в цілому [29, с. 65]. Дослідник звертає увагу на проблему невизначеності соціального статусу молоді, що породжує численні суперечності, пов'язані з трансформацією механізмів соціального контролю [29, с. 77].

Особливу небезпеку становлять референтні групи з антисоціальними установками, які часто стають своєрідним каталізатором трансформації індивідуальних морально-психологічних особливостей підлітка в потенційно криміногенну поведінку. Прагнення бути прийнятим групою часто виявляється сильнішим за власні моральні принципи, особливо якщо вони суперечать цінностям антисоціального угруповання. У таких умовах бажання самоствердитися в очах однолітків може стимулювати молоду людину до деструктивних, агресивних і протиправних вчинків [29, с. 258]. Й. Клар зосереджує увагу на тому, що приналежність особистості до певної групи або колективу суттєво впливає на її емоційні переживання. Члени групи можуть відчувати радість, смуток чи психологічну травмованість залежно від успіхів або невдач групи, з якою вони себе ідентифікують [51, с. 73-74].

Водночас міжособистісні зв'язки, що лежать в основі конфліктів, визначаються як суб'єктивні відносини між людьми, які об'єктивно проявляються в характері та формах їх взаємодії та взаємного впливу в процесі спільної діяльності та спілкування. Такі зв'язки формуються через систему установок, очікувань, стереотипів, завдяки яким люди сприймають і оцінюють один одного, а також опосередковуються змістом, цілями, цінностями та організацією спільної діяльності [43, с. 183-185].

В. Павелків зазначає, що у молоді агресивна поведінка часто виступає своєрідним захисним механізмом і має певні характерні особливості [28, с. 490]:

1. Жертвами агресії стають близькі люди – рідні, друзі, що свого роду феномен «самознищення», оскільки такі дії спрямовані на руйнування споріднених зв'язків – життєвої основи існування людини.

2. Далеко не всі агресивні підлітки виховуються в неблагополучних родинах, багато хто з них, навпаки, має заможних і турботливих батьків.

3. Агресія часто виникає без реального приводу.

Отже, формування агресивної поведінки серед сучасної молоді зумовлюється комплексом взаємопов'язаних психологічних чинників, які діють на індивідуальному, міжособистісному та соціальному рівнях. Важливу роль відіграють рівень розвитку емоційного інтелекту, особливості сімейного виховання, вплив референтних груп та інформаційного середовища, а також наявність негативних психічних станів, зокрема тривожності та фрустрації. Розуміння цих чинників у їх системній взаємодії створює теоретичну основу для розробки цілеспрямованих програм профілактики та корекції агресивної поведінки, які враховують специфіку сучасного молодіжного середовища та індивідуально-психологічні особливості молодих людей.

1.3. Форми та види агресивної поведінки

Систематизація форм та видів агресивної поведінки має важливе теоретичне та практичне значення, оскільки дозволяє структурувати різноманітні прояви агресії за різними критеріями та глибше зрозуміти специфіку їх виникнення та функціонування. Особливо актуальним є дослідження типових для молодіжного середовища форм агресивної поведінки та їх трансформації під впливом сучасних соціокультурних чинників.

Фундаментальний внесок у розуміння різноманітних форм агресії зробив видатний психолог та філософ Еріх Фромм у праці «Анатомія людської деструктивності» [50]. Він запропонував диференціювати агресію на доброякісну,

яка є біологічно адаптивною і служить виживанню, та злякисну, що має деструктивний і жорстокий характер. Особливу увагу Е. Фромм приділив аналізу садизму та некрофілії як найбільш руйнівних форм агресії. Садизм, за його концепцією, проявляється у прагненні до абсолютного та необмеженого контролю над живою істотою, тоді як некрофілія характеризується патологічним тяжінням до всього мертвого, механічного, штучного. На відміну від психологічно здорової особистості, яка може проявляти агресію лише в екстремальних ситуаціях, некрофіл сприймає агресію як нормативний спосіб життя [9, с. 163].

У класифікації Е. Фромма [50] агресивна поведінка постає як складний багатовимірний процес, у якому взаємодіє множина факторів. Детермінантами агресії виступають соціальні, зовнішні, біологічні, природні та індивідуальні чинники. В основі цієї класифікації лежить функціональний підхід із диференціальним критерієм: біологічно адаптивна агресія (корисна) протиставляється біологічно неадаптивній агресії (шкідливій). Доброякісна агресія виявляється в соціально прийнятних формах, є захисною і творчою силою суспільства, спрямована на розвиток, тоді як злякисна агресія є протиприродною формою людського стану, що породжується деструктивними умовами середовища.

Е. Крайніков пропонує класифікувати агресію за двома основними критеріями [16, с. 282]:

1. За формою вираження: відкрита агресія, коли агресор завдає або погрожує завдати фізичної шкоди; реляційна агресія, спрямована на заподіяння шкоди в соціальній сфері через ігнорування, приниження, поширення пліток, наклепи.

2. За метою: реактивна (ворожа) агресія, метою якої є безпосереднє заподіяння шкоди іншій особі; проактивна (інструментальна) агресія, спрямована на досягнення певних цілей: отримання бажаного об'єкта, привілеїв або простору.

Дослідники В. Пісоцький та А. Горянська розглядають різноманітні форми агресії залежно від об'єкта, на який вона спрямована, та способу вираження. Агресія може бути скерована безпосередньо на особу або об'єкт, що викликав фрустрацію, а за формою прояву – фізичною або вербальною. У деяких випадках агресія має прихований, замаскований характер, або агресивні прояви, що

переростають у гнів, можуть завершуватися афективним станом. Значущим є також розмежування прямої агресії (на саму перешкоду) та переміщеної (на інші об'єкти, що заміщують фрустратор) [33, с. 234].

В. Синявський виокремлює чотири основні форми агресії: реактивну, ворожу, інструментальну та самоагресію. При масових соціальних явищах, таких як терор, геноцид, релігійні та політичні конфлікти, агресія супроводжується процесами зараження і взаємної індукції, стереотипізацією уявлень у створенні «образу ворога». Науковець підкреслює, що в формуванні самоконтролю над агресією та стримуванні агресивних дій важливу роль відіграють психологічні процеси емпатії, ідентифікації та децентралізації, які лежать в основі здатності розуміти інших людей і співпереживати їм. Дослідник також пропонує детальнішу типологію агресивних проявів [47, с. 335-336]:

– агресія вербальна – вираження негативних почуттів як через форму (сварка, крик, вереск), так і через зміст словесних повідомлень (погрози, докори, прокляття, лайка, насміхання);

– агресія інструментальна – агресивна поведінка, в якій агресивні дії не є самоціллю, а виступають засобом досягнення нейтральної мети;

– агресія непряма – агресія, що обхідними шляхами спрямована на іншу особу (плітки, злісні жарти), а також агресія, яка не має конкретного об'єкта і проявляється у спалахах люті з криком, тупотінням ногами, биттям кулаками об стіл тощо;

– агресія опосередкована – агресія, яка опосередкованим шляхом спрямована на іншу особу (плітки, злісні жарти) або не спрямована ні на кого (спалахи гніву, що проявляються в крику, тупотінні ногами, биттям кулаками по столу);

– агресія фізична – використання фізичної сили проти інших осіб, напад на інших.

Основними видами агресії молоді Н. Бочаріна та Т. Астаф'єва називають: вербальна, фізична, пряма, непряма, інструментальна, ворожа та аутоагресія [4, с. 1148]. В. Павелків розглядає не лише типологію агресії, але її детермінанти в молодіжному середовищі. Серед причин агресивності молоді автор виділяє як

соціальні чинники, пов'язані з загальною напруженістю та нестабільністю суспільства, так і психологічні, зумовлені віковими особливостями та характером міжособистісних взаємин. Кризові явища в соціальній системі, зростання екологічної та економічної нестабільності, політичні трансформації позначаються на свідомості, емоційній сфері та поведінкових паттернах молодих людей, що призводить до зростання психічних розладів, безпосередньо пов'язаних із соціальними умовами, формування деструктивних особистісних якостей, порушення ціннісних орієнтацій [28, с. 484-485].

Досліджуючи специфіку агресивних проявів у молодіжному середовищі, В. Павелків виділяє такі основні форми агресивних реакцій [28, с. 488]:

1. Фізична агресія (напад) – використання фізичної сили проти іншої особи. Ця форма агресії найчастіше асоціюється з безпосереднім нападом, завданням тілесних ушкоджень, бійками.

2. Непряма агресія – дії, які опосередковано спрямовані на іншу особу (поширення чуток, злісні жарти), або такі, що не мають конкретного адресата (вибухи люті, що супроводжуються криком, псуванням речей, грюканням дверима).

3. Вербальна агресія – вираження негативних почуттів як через форму (крик, лайка, сварка), так і через зміст словесних повідомлень (погрози, прокляття, образи). У молодіжному середовищі ця форма агресії часто проявляється у використанні образливих прізвиськ, саркастичних зауважень, приниженні в присутності інших.

4. Схильність до роздратування – готовність до прояву негативних емоцій при найменшому збудженні, що виражається в запальності, грубості, різкості. Така форма часто є передумовою для більш активних форм агресивної поведінки.

5. Негативізм у молодіжному середовищі – опозиційна манера поведінки, спрямована проти авторитету або керівництва, яка може варіюватися від пасивного опору до активної боротьби проти усталених правил і традицій, протест проти соціальних норм, демонстративне порушення правил.

Поряд з агресивними реакціями дослідник виділяє форми ворожих реакцій, які, хоча й не завжди супроводжуються безпосередніми агресивними діями, але створюють підґрунтя для формування агресивної поведінки [28, с. 489]:

1. Образа – негативне ставлення до оточення, що ґрунтується на почутті гіркоти, гніву на весь світ через дійсні чи уявні страждання. Молоді люди з високим рівнем образливості схильні перебільшувати негативні наміри інших людей щодо себе, що може провокувати агресивні реакції.

2. Підозрілість – недовіра й обережність у стосунках з людьми, базована на переконанні, що оточення прагнуть завдати шкоди. Підозрілість як риса особистості часто формується внаслідок негативного досвіду соціальної взаємодії та може посилюватися в умовах соціальної нестабільності.

Для повноцінного розуміння феномену агресії важливо розрізнати її різні функціональні прояви [4, с. 1145]:

1. Конструктивна агресія проявляється у відкритому вираженні агресивних імпульсів у соціально прийнятних формах, що стає можливим за наявності розвинених поведінкових навичок, адаптивних стереотипів емоційного реагування, відкритості новому досвіду та здатності до саморегуляції.

2. Деструктивна агресія характеризується прямими агресивними діями, що порушують етичні та правові норми, часто мають кримінальний характер, свідчать про недостатнє врахування соціальних вимог і знижену здатність до емоційного самоконтролю.

Принципова відмінність між конструктивною та деструктивною агресією полягає у наявності чи відсутності злочинного наміру: при конструктивній агресії відсутній умисел заподіяти шкоду, тоді як при деструктивній – саме цей мотив визначає вибір способу взаємодії. Е. Фромм відносить конструктивні прояви до категорії псевдоагресії, включаючи сюди ненавмисну, ігрову, захисну, інструментальну агресію, а також агресивні дії як форму самоствердження. У практиці роботи з молоддю найчастіше доводиться стикатися з двома основними різновидами агресії [28, с. 491]:

1. Недеструктивна агресія проявляється як стійка неворожа, самозахисна поведінка, часто орієнтована на досягнення конкретної мети. Вона виконує важливу адаптивну функцію, допомагаючи молодій людині захищати свої інтереси та долати перешкоди на шляху самореалізації.

2. Ворожа деструктивність виражається у злісних, неприємних для оточення діях, що завдають психологічного або фізичного болю. Хоча негативні емоції, такі як ненависть, лють, прагнення до помсти, також можуть виконувати захисну функцію, вони водночас створюють численні особистісні проблеми та спричиняють страждання оточенню. Така форма агресії часто виникає як реакція на сильні негативні переживання (інтенсивний біль, дистрес).

Особливе місце в типології агресивної поведінки молоді займає аутоагресія. О. Янкович, О. Кікінеджи та ін. визначають аутоагресивну поведінку як «поведінку людини, котра виявляє агресію до себе і здійснює певні дії, що характеризуються як саморуйнування, самознищення, заподіяння собі шкоди» [39, с. 14]. О. Мусаелян розглядає аутоагресивну (самодеструктивну) поведінку як свідомі акти, які негайно або в майбутньому, прямо чи опосередковано призводять людину до загибелі (фізичної, психічної, соціальної). Такий тип поведінки притаманний наркоманам, алкоголікам, ризикованим «гравцям з життям» та особам, схильним до суїциду [25, с. 69-70].

У сучасному молодіжному середовищі особливого поширення набули специфічні форми агресивної поведінки, що реалізуються у груповому контексті. Булінг – одна з таких форм, яка у педагогічному дискурсі трактується як комплексна соціально-педагогічна проблема, різновид соціальної агресії або особлива соціальна ситуація групової взаємодії. Це системні дії, що полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, часто з використанням електронних комунікаційних засобів, які викликають у жертви стрес та глибокі особистісні травми. Психологічний портрет ініціаторів булінгу включає такі риси, як імпульсивність, агресивність, жорстокість, висока самооцінка та надмірна впевненість у власній правоті [31, с. 39].

Кібербулінг є різновидом традиційного булінгу, але, на відміну від звичайного цькування, відбувається у віртуальному просторі, що дає агресору можливість залишатися анонімним і переслідувати жертву в інтернеті у будь-який час, незалежно від фізичного місцеперебування. Кількість свідків (глядачів, читачів) у цьому випадку може бути значно більшою через швидке поширення інформації, наприклад, при навмисному розповсюдженні фейкових фотографій, відео або пліток [37, с. 188].

Проявами кібербулінгу як психологічної віртуальної агресії та терору можуть бути: знущання чи глузування у вигляді образливих текстових повідомлень, відео, фотографій (зокрема фейкових), видавання себе за іншу особу в соціальних мережах (самозванство), провокування онлайн-конфліктів (флеймінг), електронне шантажування внаслідок неправомірного одержання конфіденційної інформації чи обману, анонімні погрози, негативні коментарі особистісного характеру, переслідування, наклепи, провокування до самогубства в Інтернеті та інші форми віртуального насильства [1; 26; 24]. Такі нові форми агресії, поширені в молодіжному середовищі, потребують особливої уваги, оскільки їх наслідки можуть бути не менш руйнівними, ніж результати традиційних форм агресивної поведінки. Віртуальний характер взаємодії часто створює ілюзію безкарності та знижує емпатію, що може призводити до особливо жорстоких та інтенсивних проявів агресії.

Отже, агресивна поведінка проявляється у різноманітних формах та видах, які можуть бути класифіковані за спрямованістю, формою вираження, мотиваційною основою та ступенем активності. У сучасному молодіжному середовищі спостерігається трансформація традиційних форм агресії та поява нових, пов'язаних з розвитком інформаційних технологій та соціальних мереж, зокрема різних видів кібербулінгу та віртуальної агресії.

1.4. Методи профілактики та корекції агресивної поведінки серед молоді

Дослідження сучасних методів профілактики та корекції агресивної поведінки серед молоді становить значний науково-практичний інтерес, оскільки дозволяє визначити оптимальні підходи до зниження деструктивних проявів агресії у молодіжному середовищі. Аналіз теоретичних засад запобігання та профілактики агресії дає можливість сформулювати комплексне уявлення про перспективні напрями психологічної роботи з агресивними проявами, враховуючи особливості сучасного соціокультурного контексту та індивідуально-психологічні характеристики молоді.

Культурні норми та ціннісні орієнтації суттєво впливають на способи вираження емоцій та реагування на емоційні прояви молоді. Психологічна культура особистості проявляється у всіх сферах життєдіяльності людини, відображаючи специфіку її активності в різних життєвих контекстах та рівень загального культурного розвитку, включаючи прагнення до самореалізації [32]. У контексті роботи з агресивною поведінкою у молодіжному середовищі З. Кісіль наголошує на необхідності комплексного розгляду причин такої поведінки, не розмежовуючи соціальні та психологічні фактори, оскільки вони тісно взаємопов'язані. Дослідниця підкреслює важливість врахування як соціальної напруженості, так і вікових психологічних особливостей молоді, характеру їхніх міжособистісних взаємин, говорячи про соціально-психологічні детермінанти агресивної поведінки [15, с. 36].

Ефективна профілактика та корекція агресивної поведінки молоді потребує врахування особистісних та психологічних характеристик, які сприяють кращому розумінню та контролю емоцій у процесі соціальної взаємодії. До таких характеристик належать [18]:

1. Емпатія – здатність розуміти емоційний стан іншої людини та співпереживати їй, що дозволяє краще усвідомлювати наслідки власних агресивних дій для інших людей.

2. Відкритість новому досвіду – готовність сприймати альтернативні погляди, що сприяє більш гнучкому реагуванню на потенційно конфліктні ситуації.

3. Гнучкість мислення – здатність розглядати ситуацію з різних перспектив, що допомагає знаходити конструктивні рішення замість агресивної реакції.

4. Самоконтроль – уміння регулювати власні емоційні прояви, особливо в ситуаціях фрустрації та стресу.

5. Рефлексивність – здатність до самоаналізу та критичного осмислення власних думок, почуттів і вчинків, що дозволяє своєчасно коригувати деструктивні поведінкові тенденції.

Процес профілактики агресивної поведінки молоді за К. Сергєєвою має соціальну спрямованість. Дослідниця пропонує комплексний підхід до профілактичної та корекційної роботи, що включає чотири взаємопов'язані компоненти [38, с. 58-62]:

1. Своєчасна діагностика дозволяє виявити не лише наявні прояви агресії, але й потенційні ризики її розвитку, що створює можливості для раннього превентивного втручання. Використання стандартизованих психодіагностичних методик у поєднанні з методами спостереження та аналізу продуктів діяльності забезпечує комплексне розуміння природи агресивних проявів у конкретного індивіда. Діагностичні заходи передбачають вирішення таких завдань:

- рання психолого-педагогічна діагностика особистісних та поведінкових особливостей молоді;
- виявлення порушень соціальних зв'язків з оточенням;
- визначення індивідуально-особистісних чинників, що стали підґрунтям розвитку агресивної поведінки.

2. Педагогічний компонент психологічної роботи передбачає формування конструктивних моделей поведінки через освітньо-виховні впливи. Важливе місце тут займають інтерактивні форми навчання, групові дискусії, аналіз ситуацій, рольові ігри, які дозволяють молоді засвоювати навички конструктивної взаємодії в безпечному середовищі. Педагогічні заходи, спрямовані на:

- організацію виховного простору профілактики агресивної поведінки;
- створення сприятливих умов для засвоєння нових знань, умінь та навичок;

– практичне відпрацювання набутих компетенцій у реальних життєвих ситуаціях.

3. Психологічний компонент зосереджується на розвитку емоційного інтелекту, саморегуляції, емпатії, асертивності та інших психологічних якостей, які виступають ресурсом для контролю агресивних імпульсів. Тут ефективними є як індивідуальні консультації, так і групові тренінги, спрямовані на розвиток навичок емоційної саморегуляції. Психологічні заходи, основною метою яких є:

- забезпечення умов для активізації внутрішніх регуляторів поведінки молоді з опорою на їх внутрішнє «я», на здатність до самодетермінації;
- формування позитивного психологічного клімату в групі;
- розвиток життєвої компетентності молоді через використання ефективних форм і методів роботи.

4. Соціальний компонент фокусується на відновленні та розвитку соціальних зв'язків, залученні молоді до просоціальної діяльності, формуванні конструктивних моделей соціальної взаємодії. Важливим аспектом є робота з найближчим оточенням – сім'єю, друзями, педагогами, які можуть стати ресурсом підтримки позитивних змін. Соціально-психологічні заходи:

- залучення молоді з агресивною поведінкою до групової чи індивідуальної конструктивної взаємодії;
- формування навичок дотримання суспільних норм поведінки;
- створення підтримуючого середовища через залучення найближчого оточення;
- відновлення порушених соціальних зв'язків та мінімізація негативних впливів середовища.

5. Корекційний компонент спрямований на цілеспрямовану зміну деструктивних патернів мислення, емоційного реагування та поведінки. Він може включати елементи когнітивно-поведінкової терапії, арт-терапії, техніки релаксації та медитації, тренінги соціальних навичок. Корекційні заходи виконують такі завдання:

- подолання можливих порушень розвитку особистості, які стали причиною формування агресивної поведінки;
- розвиток позитивних якостей та потенціалів особистості, що сприяють контролю агресивних проявів;
- формування нових установок, переконань, навичок та звичок, які стримують прояви агресії.

Для досягнення стійких позитивних результатів у роботі з агресивною молоддю профілактично-корекційні програми мають забезпечувати [38, с. 58-62]:

1. Зниження рівня особистісної тривожності.
2. Розвиток позитивної самооцінки.
3. Навчання конструктивних способів вираження гніву.
4. Формування навичок саморегуляції та контролю над деструктивними емоціями.
5. Розвиток емпатії на основі усвідомлення власних емоцій та почуттів інших людей.
6. Опанування конструктивних поведінкових стратегій у проблемних ситуаціях.

В. Тихонович наголошує на особливій значущості розвитку емоційного інтелекту для покращення психічного здоров'я молоді в умовах сучасного стресогенного середовища. Дослідник виокремлює такі основні аспекти [23]:

1. Усвідомлення власних емоцій дозволяє своєчасно виявляти ознаки стресу, тривоги або депресії та вживати превентивних заходів. Розвиток навичок емоційної самосвідомості допомагає молодим людям краще розуміти свої емоційні реакції, зокрема агресивні імпульси, що є першим кроком до їх контролю.

2. Розвиток здатності керувати емоціями сприяє ефективному подоланню негативних станів та підтриманню позитивного емоційного фону в складних ситуаціях. Навички емоційної саморегуляції дозволяють молоді знаходити конструктивні способи вираження гніву та інших негативних емоцій.

3. Вміння розуміти і співчувати іншим створює сприятливе середовище для конструктивної взаємодії, сприяє вирішенню конфліктів та покращує комунікацію. Розвиток емпатії зменшує ймовірність агресивних реакцій, оскільки дозволяє краще розуміти почуття та потреби інших людей.

4. Вдосконалення соціальних навичок має важливе значення для формування гармонійних стосунків, які знижують рівень стресу та поліпшують психологічне благополуччя. Навички ефективної комунікації, конструктивного вирішення конфліктів, взаємодії в команді допомагають молоді реалізовувати свої потреби соціально прийнятними способами.

Є. Мельниченко на підставі аналізу теоретичного матеріалу та емпіричних досліджень виділяє ключові компоненти, що забезпечують формування саморегуляції агресивної поведінки [22, с. 101]:

1. Саморегуляція агресивної поведінки розглядається як здатність суб'єкта задовольняти потребу чи реалізовувати мотив в усвідомленій психічній діяльності, яка має адекватний і конструктивний характер. Такий компонент забезпечує загальну спрямованість профілактично-корекційної роботи – розвиток здатності до свідомого контролю та управління власними агресивними імпульсами.

2. Усвідомлення зміщення агресії передбачає розуміння ситуацій, коли людина відчуває гнів щодо однієї особи, але проявляє агресивні дії щодо іншої. Усвідомлення цього механізму дає можливість контролювати власні агресивні дії та розуміти реальні мотиви агресії. Натомість неможливість усвідомлення зміщення агресивних дій та їх справжніх мотивів зумовлює реактивність прояву агресії, особливо у молоді з порушеннями розумового розвитку.

Для ефективної профілактики та корекції агресивної поведінки молоді доцільно використовувати комплексні програми, що інтегрують різні методи та підходи [29; 33; 39]:

1. Когнітивно-поведінкові методи спрямовані на виявлення та корекцію дисфункціональних переконань, які лежать в основі агресивної поведінки, та формування нових, більш адаптивних патернів мислення та поведінки. До цієї

групи належать тренінг контролю гніву, тренінг соціальних навичок, тренінг розв'язання проблем, когнітивна реструктуризація.

2. Методи розвитку емоційного інтелекту зосереджені на формуванні навичок розпізнавання, розуміння та регуляції емоцій, як власних, так і інших людей. Вони включають тренінги емоційної саморегуляції, розвиток навичок емпатії, вправи на розширення емоційного словника, техніки рефлексії емоційних станів.

3. Гуманістичні підходи зосереджують увагу на створенні умов для самоактуалізації та особистісного зростання, розвитку автентичності та відповідальності. До цієї групи належать клієнт-центрована терапія, гештальт-терапія, екзистенційні методи, які допомагають молодій людині знайти конструктивні способи самовираження та взаємодії зі світом.

4. Системно-сімейні методи розглядають агресивну поведінку в контексті сімейної системи та спрямовані на трансформацію деструктивних патернів сімейної взаємодії. Вони включають сімейну терапію, батьківські групи, сімейні консультації, підтримуюче середовище для позитивних змін.

5. Арт-терапевтичні техніки дозволяють молодим людям виражати та переробляти складні емоції через творчість, що особливо важливо для тих, хто має труднощі з вербалізацією своїх почуттів. До цієї групи належать різноманітні форми художньої експресії: малювання, ліплення, музикотерапія, танцювально-рухова терапія, фототерапія, драматерапія.

6. Групові методи роботи створюють можливості для моделювання та відпрацювання нових форм поведінки в безпечному середовищі, отримання зворотного зв'язку, розвитку навичок співпраці та емпатії. Це тренінги, групова терапія, групи підтримки, які дозволяють молоді відчути належність до спільноти та розвинути соціальні навички.

7. Індивідуальні консультації та психотерапія дають можливість глибше дослідити особистісні проблеми, травматичний досвід, який може лежати в основі агресивної поведінки, та розробити персоналізовані стратегії змін. Індивідуальний

формат особливо важливий для молодих людей з високим рівнем агресивності, які можуть мати труднощі з адаптацією в груповому форматі.

Особливу увагу варто приділяти програмам, спрямованим на розвиток психологічної культури молоді, формування у них здатності до рефлексії та саморегуляції, конструктивного вираження емоцій, асертивної комунікації, що має враховувати вікові та індивідуальні особливості молодих людей, специфіку їхнього соціокультурного середовища, а також характер агресивних проявів.

Отже, сучасні методи профілактики та корекції агресивної поведінки серед молоді характеризуються різноманітністю теоретичних підходів та практичних технік, що дозволяє обирати найбільш ефективні стратегії роботи з урахуванням конкретних обставин. Інтегративні програми, які поєднують когнітивно-поведінкові методи, техніки розвитку емоційного інтелекту, системно-сімейний підхід та елементи арт-терапії, демонструють найвищу результативність. Ключовою умовою успішної профілактики та корекції агресивної поведінки є врахування індивідуально-психологічних особливостей молодих людей, соціокультурного контексту їхнього життя та специфіки проявів агресії в конкретному молодіжному середовищі.

Висновки до розділу 1

Аналіз концептуальних підходів до вивчення агресії в сучасній психології засвідчує складність цього феномену. Сучасні дослідження розглядають переважно інтегративні моделі, що враховують як вроджені схильності до агресії, так і роль виховання, когнітивних процесів та соціального контексту. Це створює теоретичне підґрунтя для розробки ефективних стратегій профілактики та корекції агресивної поведінки в молодіжному середовищі.

Формування агресивної поведінки серед сучасної молоді зумовлюється чинниками, що діють на індивідуальному, міжособистісному та соціальному рівнях. Важливе значення мають рівень розвитку емоційного інтелекту, особливості сімейного виховання, вплив референтних груп та інформаційного

середовища. Суттєву роль відіграють також невідповідність між «ідеальним Я» та «реальним Я», криза ідентичності та самооцінки, притаманні молодіжному віку.

Агресивна поведінка проявляється у різноманітних формах, які класифікуються за спрямованістю, формою вираження, мотиваційною основою та ступенем активності. У сучасному молодіжному середовищі набувають поширення нові форми агресії, пов'язані з інформаційними технологіями та соціальними мережами, зокрема булінг та кібербулінг. Розуміння специфіки різних форм агресивної поведінки необхідне для диференційованого підходу до профілактично-корекційної роботи.

Сучасні методи профілактики та корекції агресивної поведінки серед молоді найефективніші у форматі комплексних програм, що поєднують когнітивно-поведінкові методи, техніки розвитку емоційного інтелекту, системно-сімейну роботу та арт-терапію. Провідними напрямками такої роботи є розвиток навичок емоційної саморегуляції, формування емпатії та конструктивних стратегій комунікації, профілактики конфліктів. Важливою умовою успішності є персоналізований підхід, що враховує індивідуальні особливості молоді та специфіку їх соціокультурного середовища.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

2.1. Організація та методика емпіричного дослідження

Для вивчення психологічних чинників, що впливають на прояв агресивної поведінки серед сучасної молоді, було проведено емпіричне дослідження з використанням комплексу психодіагностичних методик.

Метою емпіричного дослідження є виявлення та аналіз основних психологічних чинників, що впливають на формування агресивної поведінки серед сучасної молоді, визначення особливостей взаємозв'язку між рівнем

агресивності, стилями поведінки в конфліктних ситуаціях, емоційним інтелектом та психічними станами молодих людей.

Завдання емпіричного дослідження:

1. Визначити рівень та форми прояву агресивної поведінки молоді.
2. Дослідити особливості конфліктної поведінки молоді та виявити її зв'язок з проявами агресії.
3. Визначити рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності у молодих людей та їх вплив на прояви агресивної поведінки.
4. Дослідити рівень розвитку емоційного інтелекту молоді та його зв'язок з агресивною поведінкою.
5. Встановити кореляційні зв'язки між показниками агресивності, стилями поведінки в конфлікті, психічними станами та емоційним інтелектом.
6. На основі отриманих результатів сформулювати практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в сучасному молодіжному середовищі.

База та вибірка дослідження. Опитування проводилося на базі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. Вибірку дослідження склали 50 молодих людей віком від 18 до 22 років, з них 29 жінок (58%) та 21 чоловік (42%). Середній вік учасників дослідження склав 21 роки. Усі респонденти були студентами денної форми навчання 1-4 курсів, які здобувають освіту за різними спеціальностями на факультетах ПНУ: педагогічний, психологія та природничі науки .

Опитування за визначеними методиками проводилося в анонімному форматі.

За індивідуальними характеристиками вибірка розподілилася наступним чином:

- за сімейним станом: 12 осіб (24%) перебували у зареєстрованому шлюбі, 19 осіб (38%) мали постійні стосунки, 19 осіб (38%) не перебували у стосунках;
- за зайнятістю: 22 особи (44%) суміщали навчання з роботою, 28 осіб (56%) присвячували час виключно навчанню.

Дослідження складалося з кількох послідовних етапів.

Перший етап (підготовчий). На цьому етапі було конкретизовано науковий апарат дослідження, обґрунтовано актуальність теми, сформульовано завдання емпіричного дослідження та здійснено добір психодіагностичного інструментарію. Важливим компонентом цього етапу стало визначення репрезентативної вибірки молодих людей для проведення дослідження.

Другий етап (діагностичний). На цьому етапі було проведено психологічну діагностику молоді за обраними методиками: Методика вивчення схильності особи до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі; Методика №2. Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса; Методика самооцінки психічних станів за Г. Айзенком; Тест емоційного інтелекту (опитувальник EQ Н. Холла). Перед початком тестування учасники отримували детальні інструкції щодо процедури проведення дослідження та заповнення бланків відповідей. Респонденти були поінформовані про мету дослідження та гарантії конфіденційності отриманих результатів.

Третій етап (аналітичний). На цьому етапі було здійснено обробку, аналіз та інтерпретацію отриманих результатів. Для статистичної обробки даних використовувалися методи математичної статистики (обчислення відсоткових співвідношень, коефіцієнту кореляції Пірсона), що дозволило виявити основні закономірності та взаємозв'язки між досліджуваними показниками.

Четвертий етап (узагальнюючий). Здійснено узагальнення результатів дослідження, сформульовано висновки щодо особливостей психологічних чинників прояву агресивної поведінки серед сучасної молоді та розроблено практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в молодіжному середовищі.

П'ятий етап. За підсумками проведеного емпіричного дослідження та отриманих результатів респондентів сформульовано практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в сучасному молодіжному середовищі.

Для діагностування студентів були застосовані стандартизовані методики:

Методика №1. Методика вивчення схильності особи до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі [23] (Додаток А).

Мета застосування: визначення рівня, форм та окремих чинників (схильність до підозр, образа, відчуття провини) агресивної поведінки у молоді.

Методика виділяє вісім видів агресивної поведінки:

1. Фізична агресія – застосування фізичної сили проти іншої особи.
2. Вербальна агресія – вираження негативних почуттів через форму (крик, сварка) та зміст (погрози, прокляття) словесних звернень.
3. Непряма агресія – поширення пліток, жартів проти інших осіб, а також неспрямовані прояви гніву.
4. Негативізм – опозиційна поведінка, від пасивного опору до активних дій проти авторитету чи правил.
5. Дратівливість – готовність до прояву негативних почуттів при найменшому збудженні.
6. Схильність до підозр – недовіра та обережність щодо людей, базована на переконанні про їхні негативні наміри.
7. образа – прояви заздрості та ненависті до оточення, обумовлені відчуттям несправедливості.
8. Відчуття провини (автоагресія) – негативне ставлення до себе, переконання самої особи в тому, що вона є поганою людиною, діє негарно.

Для кількісної оцінки кожного виду агресії використовується система балів з відповідними коефіцієнтами, що дозволяє отримати нормовані показники для індивідуального та групового аналізу.

Методика №2. Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса [23] (Додаток Б).

Мета застосування: виявлення переважаючих стилів поведінки молоді у конфліктних ситуаціях та визначення зв'язку між стилями поведінки в конфлікті та проявами агресії.

Згідно з поглядами К. Томаса та Р. Кілмана, два ключові стилі поведінки формують основу конфліктної реакції: співпраця, яка наголошує на потребах інших учасників конфлікту, та асертивність, спрямована на захист особистих потреб. К. Томас розрізняє такі підходи до управління конфліктами:

- конфронтація (змагання, суперництво), яка проявляється у бажанні задовольнити власні потреби, попри потреби інших;
- пристосування (поступливість), яка, на відміну від конфронтації, полягає в жертвуванні власними інтересами на користь інших;
- компроміс, де сторони доходять до взаємних поступок;
- ухилення (ігнорування), що характеризується як відсутністю бажання співпрацювати, так і відсутністю спрямування до власних цілей;
- співпраця (взаємодія), де сторони знаходять рішення, яке враховує інтереси обох учасників.

Методика включає 30 пар тверджень, які відображають різні реакції особи на конфлікт. Аналіз відповідей допоможе ідентифікувати переважний спосіб реагування на конфлікт, зрозуміти, які стилі є найбільш характерними для молоді, що своєю чергою дозволяє адаптувати підходи до профілактики агресивної поведінки в молодіжному середовищі.

Методика №3. Методика самооцінки психічних станів за Г. Айзенком [19] (Додаток В).

Мета застосування: оцінка рівня тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності респондентів у молодому віці як факторів впливу цих психічних станів на прояви агресивної поведінки.

Методика була розроблена відомим британським психологом Гансом Айзенком і призначена саме для визначення рівня та проявів таких психічних станів, що є важливими показниками адаптивних можливостей людини:

- тривожність;
- фрустрація;
- агресивність;
- ригідність.

Методика являє собою 40 тверджень, об'єднаних в 4 блоки по 10 тверджень у кожному, які відповідають певним психічним станам. Респондент оцінює наскільки часто той чи інший стан йому притаманний за 3-бальною шкалою.

Підрахунок суми балів за кожним блоком дає кількісну та якісну оцінку вираженості певного психічного стану.

Методика №4. Тест емоційного інтелекту (опитувальник EQ Н. Холла) [19; 8] (Додаток Г).

Мета застосування: визначення рівня розвитку емоційного інтелекту як захисного фактору формування агресивної поведінки.

Тест емоційного інтелекту, або опитувальник EQ (Emotional Quotient), розроблений Н. Холлом, є одним із засобів оцінки емоційного інтелекту особи. Емоційний інтелект належить до здатності особи розпізнавати, використовувати, розуміти та керувати власними емоціями на ефективний та конструктивний спосіб. Опитувальник EQ Н. Холла складається з ряду питань, які вимірюють різні аспекти емоційного інтелекту, такі як:

- емоційна обізнаність – розуміння власних емоційних станів та їх причин;
- управління власними емоціями (емоційна пластичність) – здатність контролювати власні емоції;
- самомотивація (довільне керування власними емоціями) – вміння використовувати емоції для досягнення цілей;
- емпатія – здатність розуміти емоції інших людей;
- розпізнавання емоцій інших (вміння впливати на емоційний стан інших людей) – навички міжособистісної взаємодії.

Методика Н. Холла також дозволяє визначити інтегративний та парціальний рівні емоційного інтелекту:

1. Інтегративний рівень – загальний показник розвитку емоційного інтелекту, що відображає здатність цілісно використовувати емоційні навички.
2. Парціальний рівень – показники розвитку окремих компонентів емоційного інтелекту.

Для кількісної оцінки отриманих результатів було розроблено систему показників з визначеними критеріями оцінювання та рівнями вираженості для кожного діагностичного інструменту, що детально представлено у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Значення показників (в балах) за обраними методиками діагностування

| Критерії за методиками | Рівні /Балів (за кожною шкалою методики) | | |
|---|---|----------|---------|
| | Низький | Середній | Високий |
| Методика №1 Агресивна поведінка (Басс-Даркі) | | | |
| Фізична агресія | 0-36 | 37-73 | 74-110 |
| Вербальна агресія | 0-34 | 35-69 | 70-104 |
| Непряма агресія | 0-38 | 39-77 | 78-117 |
| Негативізм | 0-33 | 34-66 | 67-100 |
| Дративлівість | 0-32 | 33-65 | 66-99 |
| Схильність до підозр | 0-32 | 33-65 | 66-99 |
| Образа | 0-34 | 35-69 | 70-104 |
| Відчуття провини | 0-32 | 33-65 | 66-99 |
| Методика №2 Схильності особи до конфліктної поведінки (Томаса) | 1-4 | 5-8 | 9-12 |
| Методика №3 Самооцінка психічних станів (Айзенка) | 0-7 | 8-14 | 15-20 |
| Методика №4 Тест емоційного інтелекту (EQ Холла): | | | |
| Парціальний рівень | ≤7 | 8-13 | ≥14 |
| Інтегративний рівень | ≤39 | 40-69 | ≥70 |

Таким чином, вибір діагностичного інструментарію було здійснено з урахуванням предмета емпіричного дослідження, показників валідності та надійності кожної методики, а також їх адекватності для обраної групи досліджуваних.

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних чинників агресивної поведінки сучасної молоді

За визначеними методиками було проведено діагностування досліджуваних з вибірки. Узагальнені емпіричні дані представлені у таблицях Г.1–Г.4 Додатку Г.

Результати діагностування рівня та форм агресивної поведінки у молоді, виявлення потенційних ризиків насильства в молодіжному середовищі за

методикою №1 *Методика вивчення схильності особи до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі* представлені в таблиці 2.2 та на рис. 2.1.

Таблиця 2.2

Результати діагностування за методикою №1 Методика вивчення схильності особи до агресивної поведінки (кількість респондентів n=50)

| шкали | рівні | | | | | |
|----------------------|---------|-----|----------|-----|---------|-----|
| | Високий | | Середній | | Низький | |
| | К-ть | % | К-ть | % | К-ть | % |
| Фізична агресія | 0 | 0% | 34 | 68% | 16 | 32% |
| Вербальна агресія | 11 | 22% | 39 | 78% | 0 | 0% |
| Непряма агресія | 0 | 0% | 34 | 68% | 16 | 32% |
| Негативізм | 5 | 10% | 45 | 90% | 0 | 0% |
| Дративлівість | 17 | 34% | 33 | 66% | 0 | 0% |
| Схильність до підозр | 0 | 0% | 29 | 58% | 21 | 42% |
| Образа | 0 | 0% | 25 | 50% | 25 | 50% |
| Відчуття провини | 26 | 52% | 24 | 48% | 0 | 0% |

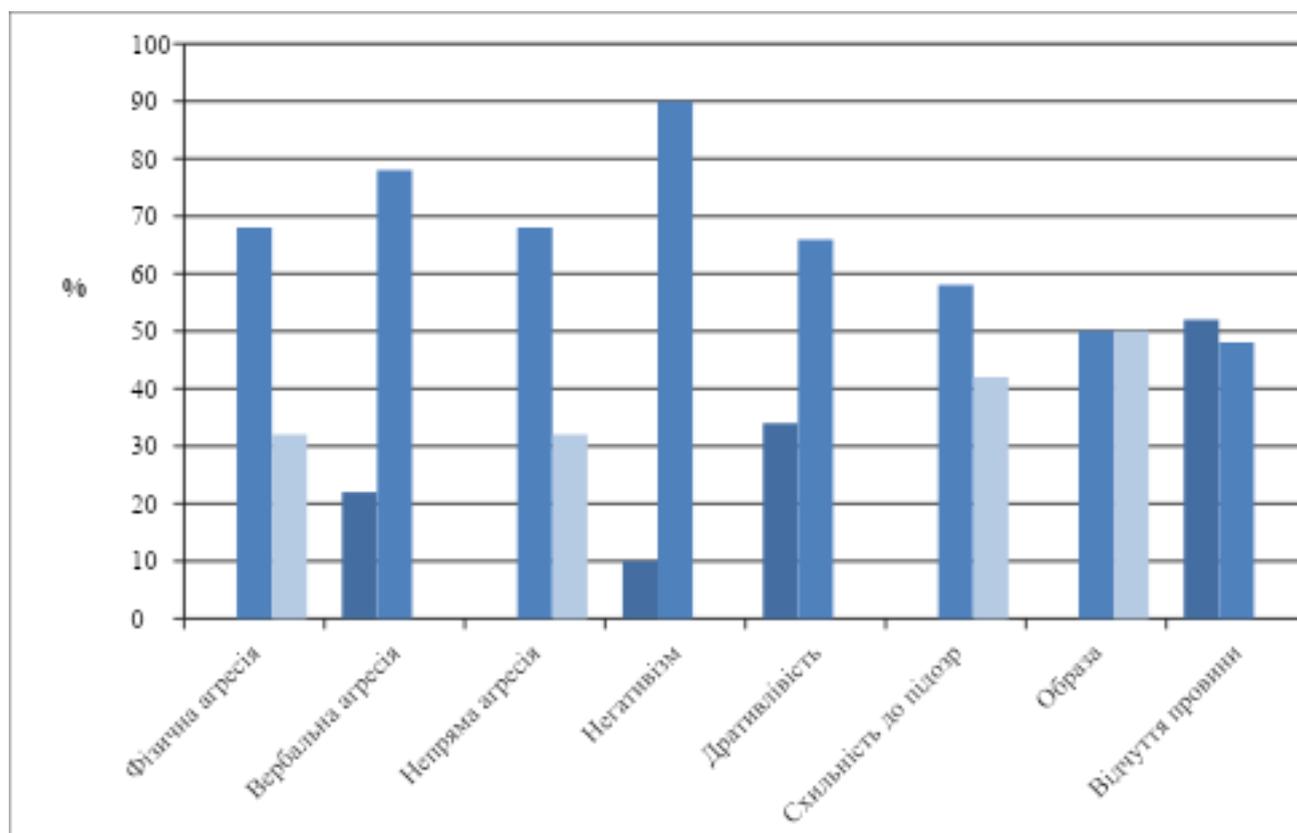


Рис. 2.1. Результати діагностування за методикою №1 (%)

За результатами діагностики схильності до агресивної поведінки за методикою №1 Басса-Даркі можна зробити наступні висновки:

За шкалою «Фізична агресія» респонденти демонструють переважно середній рівень (68%) та низький (32%), при цьому високий рівень не виявлений у жодного учасника, що є позитивним показником, який свідчить, що молодь переважно не схильна до застосування прямої фізичної сили проти інших осіб.

Вербальна агресія має найвищі показники серед усіх видів агресії: у 78% молоді виявлено середній рівень, а у 22% високий, тобто більшість молодих людей з вибірки схильні виражати негативні почуття через словесні форми (крик, лайка, погрози) і це потенційно може бути джерелом конфліктів у молодіжному середовищі. Непряма агресія виявлена на середньому рівні у 68% респондентів та на низькому у 32%, що свідчить про помірну схильність молоді до непрямих форм прояву агресії (поширення пліток чи злих жартів).

Негативізм демонструє переважно середній рівень (90% респондентів) та високий рівень лише у 10%, що свідчить про наявність певної опозиційної манери поведінки у молоді, спрямованої проти авторитету або керівництва. Дратівливість має середній рівень у 66% респондентів та високий у 34%, що є досить негативним показником і свідчить про підвищену готовність значної частини молоді до прояву негативних почуттів. Схильність до підозр виявлена на середньому рівні у 58% та на низькому у 42% учасників, що вказує на помірну недовіру та обережність щодо інших людей.

Образа розподілилася рівномірно – 50% мають середній рівень та 50% низький, що свідчить про помірну або низьку схильність молоді до заздрості та ненависті до оточення. Відчуття провини мають 52% студентів на високому та 48% на середньому рівні, що може свідчити про підвищену самокритичність та моральну відповідальність серед молоді.

Загалом результати свідчать, що найбільш вираженими формами агресії у молоді є вербальна агресія, дратівливість та негативізм, тоді як фізична агресія, непряма агресія та схильність до підозр виражені менше. Високий рівень відчуття

провини може вказувати на внутрішні конфлікти, які в тому числі можуть призводити до аутоагресії..

Результати діагностування переважаючих стилів поведінки молоді у конфліктних ситуаціях за методикою №2 *Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса* представлені в таблиці 2.3 на рис. 2.2.

Таблиця 2.3

Результати діагностування за методикою №2 Визначення стилю поведінки в конфліктній ситуації (кількість респондентів n=50)

| Стилі | Рівні | | | | | |
|---------------|---------|-----|----------|-----|---------|-----|
| | Високий | | Середній | | Низький | |
| | К-ть | % | К-ть | % | К-ть | % |
| Конфронтація | 3 | 6% | 15 | 30% | 32 | 64% |
| Співпраця | 2 | 4% | 40 | 80% | 8 | 16% |
| Компроміс | 18 | 36% | 31 | 62% | 1 | 2% |
| Уникнення | 18 | 36% | 28 | 56% | 4 | 8% |
| Пристосування | 5 | 10% | 37 | 74% | 8 | 16% |

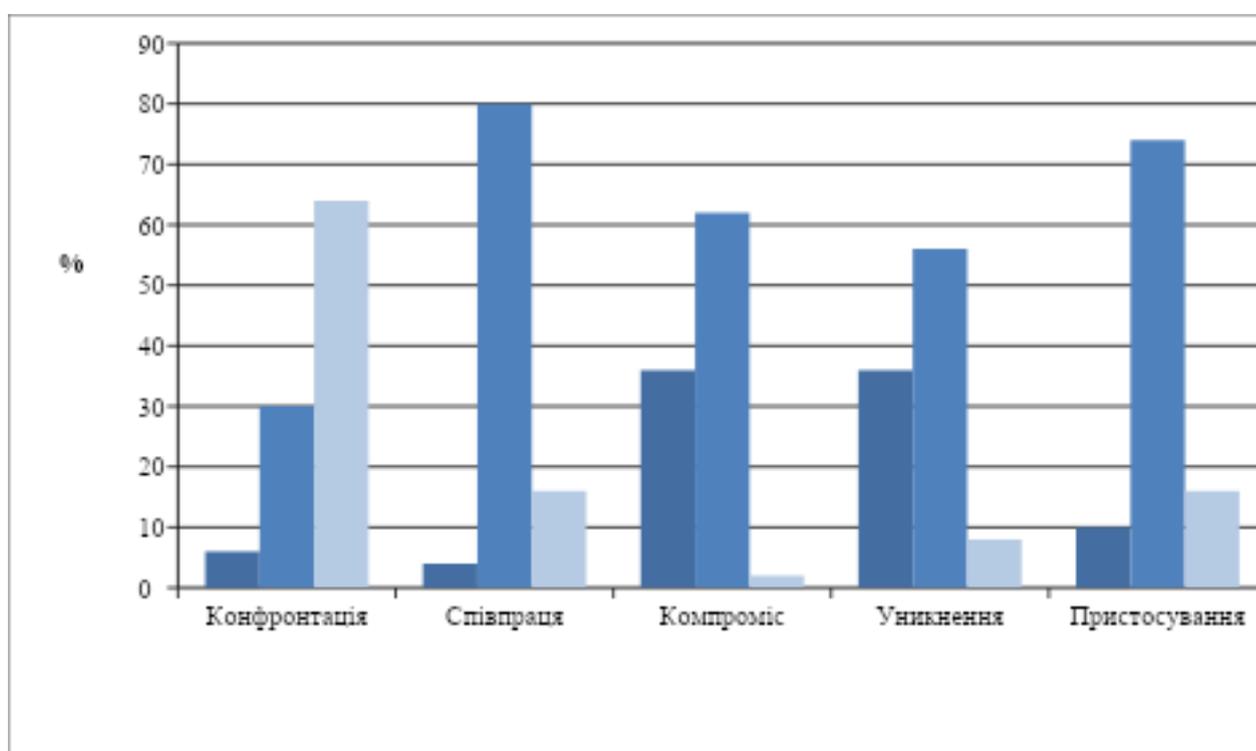


Рис. 2.2. Результати діагностування за методикою №2 (%)

На основі показників за методикою №2 можна зробити висновки:

Конфронтація як стиль поведінки в конфліктах має низький рівень у 64% респондентів, середній у 30% і високий лише у 6%, що є позитивним показником, оскільки конфронтація часто пов'язана з агресивними проявами.

Співпраця переважно знаходиться на середньому рівні (80% респондентів), має низький рівень у 16% і високий лише у 4% молодих людей, що свідчить про те, що молодь в цілому готова до конструктивної взаємодії, але має потенціал для розвитку цієї стратегії. Компроміс має високий рівень у 36% респондентів, середній у 62% і низький лише у 2%, що вказує на готовність більшості молодих людей до взаємних поступок та пошуку компромісних рішень.

Уникнення на високому рівні виявлено у 36% молоді, на середньому у 56% і на низькому у 8%, що свідчить про тенденцію багатьох молодих людей уникати вирішення конфліктів, що може призводити до накопичення нерозв'язаних проблем. Пристосування переважно знаходиться на середньому рівні (74%), має низький рівень у 16% і високий у 10% молодих людей, що свідчить про готовність більшості молоді в певних ситуаціях поступатися своїми інтересами заради збереження відносин.

Загалом спостерігається позитивна тенденція до надання переваги компромісу та співпраці над конфронтацією, хоча високі показники уникнення свідчать про необхідність розвитку навичок активного вирішення конфліктів.

Результати діагностування рівня тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності молоді для визначення їх психологічної готовності до конструктивної взаємодії в колективі за методикою №3 *Методика самооцінки психічних станів за Г. Айзенком* представлені в таблиці 2.4 та на рис. 2.3.

Таблиця 2.4

Результати діагностування за методикою №3 Айзенка (вибірка n= 50)

| № | Шкали | Рівні | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----|-----------|-----|-----------|-----|
| | | Високий | | Середній | | Низький | |
| | | Кількість | % | Кількість | % | Кількість | % |
| 1 | Тривожність | 5 | 10% | 23 | 46% | 22 | 44% |
| 2 | Фрустрація | 0 | 0% | 18 | 36% | 32 | 64% |
| 3 | Агресивність | 3 | 6% | 36 | 72% | 11 | 22% |

| | | | | | | | |
|---|------------|---|----|----|-----|----|-----|
| 4 | Ригідність | 0 | 0% | 39 | 78% | 11 | 22% |
|---|------------|---|----|----|-----|----|-----|

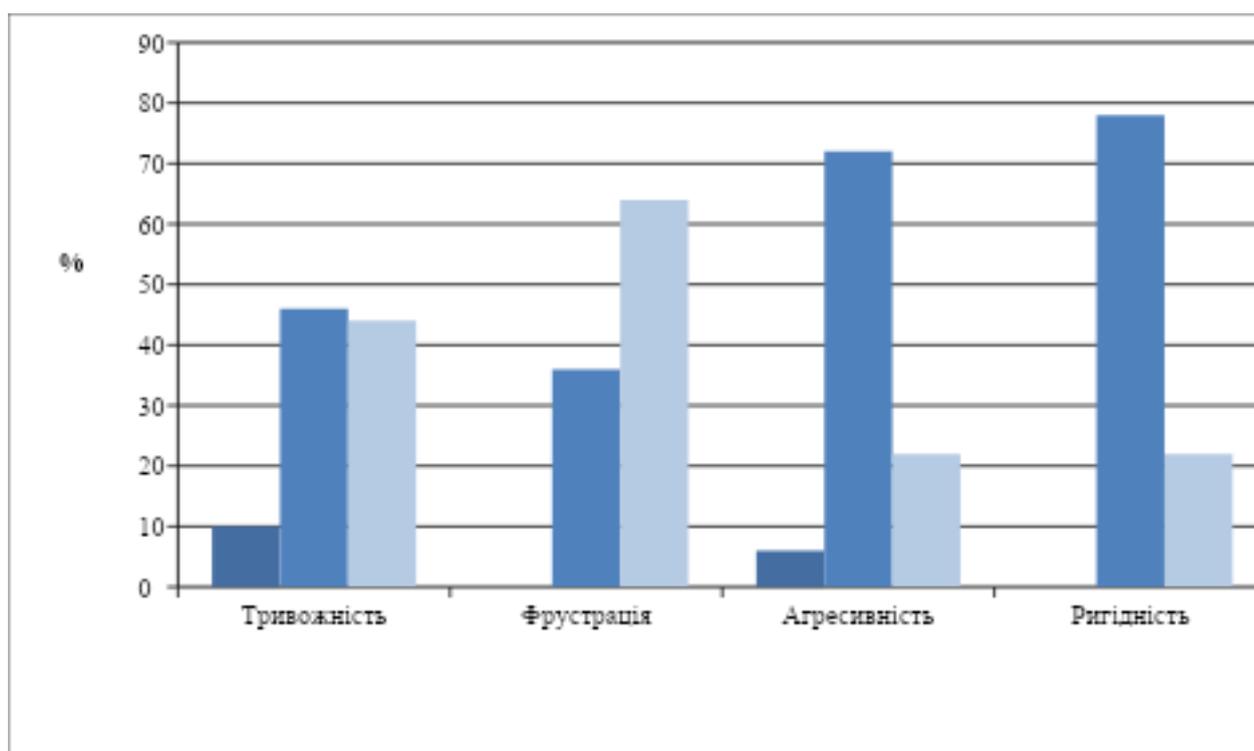


Рис. 2.3. Результати діагностування за методикою №3 (%)

Результати діагностики за методикою Айзенка показують, що:

Тривожність переважно знаходиться на низькому рівні у 44% респондентів, на середньому у 46% та на високому у 10%. Наявність 10% молоді з високим рівнем тривожності потребує уваги. Фрустрація має низький рівень у 64% респондентів, середній у 36%, а високий рівень не виявлений – це позитивний показник, що свідчить про достатньо високу самооцінку та стійкість до невдач.

Агресивність за методикою Айзенка виявлена переважно на середньому рівні (72% респондентів), на низькому у 22% та на високому лише у 6%, що вказує на те, що більшість студентської молоді мають помірний рівень агресивності. Ригідність переважно знаходиться на середньому рівні (78%), на низькому у 22%, а високий рівень не виявлений, що свідчить про достатню гнучкість мислення та поведінки у більшості досліджуваних студентів.

Загалом результати свідчать про психологічну стійкість більшості представників молоді з вибірки дослідження, однак наявність 6% респондентів з

високим рівнем агресивності та 10% з високим рівнем тривожності вказує на необхідність психологічної підтримки для цих груп.

Результати діагностування рівня розвитку емоційного інтелекту молоді для оцінки їх здатності розуміти та керувати емоціями, що є важливим фактором у запобіганні агресії та насильству за методикою №4 *Тест емоційного інтелекту (опитувальник EQ Н. Холла)* представлені в таблиці 2.5 та на рис. 2.4.

Таблиця 2.5

Результати діагностування за методикою №4 Тест емоційного інтелекту (Н. Холла) (кількість респондентів n=50)

| За методикою №1 Шкали | Рівні емоційного інтелекту | | | | | |
|-----------------------------|----------------------------|-----|-------------------|-----|-------------------|-----|
| | Високий | | Середній | | Низький | |
| | К-ть учасників | % | К-ть учасників | % | К-ть учасників | % |
| Інтегративний | 11 | 22% | 28 | 56% | 11 | 22% |
| Парціальний | 27 | 54% | 15 | 30% | 8 | 16% |

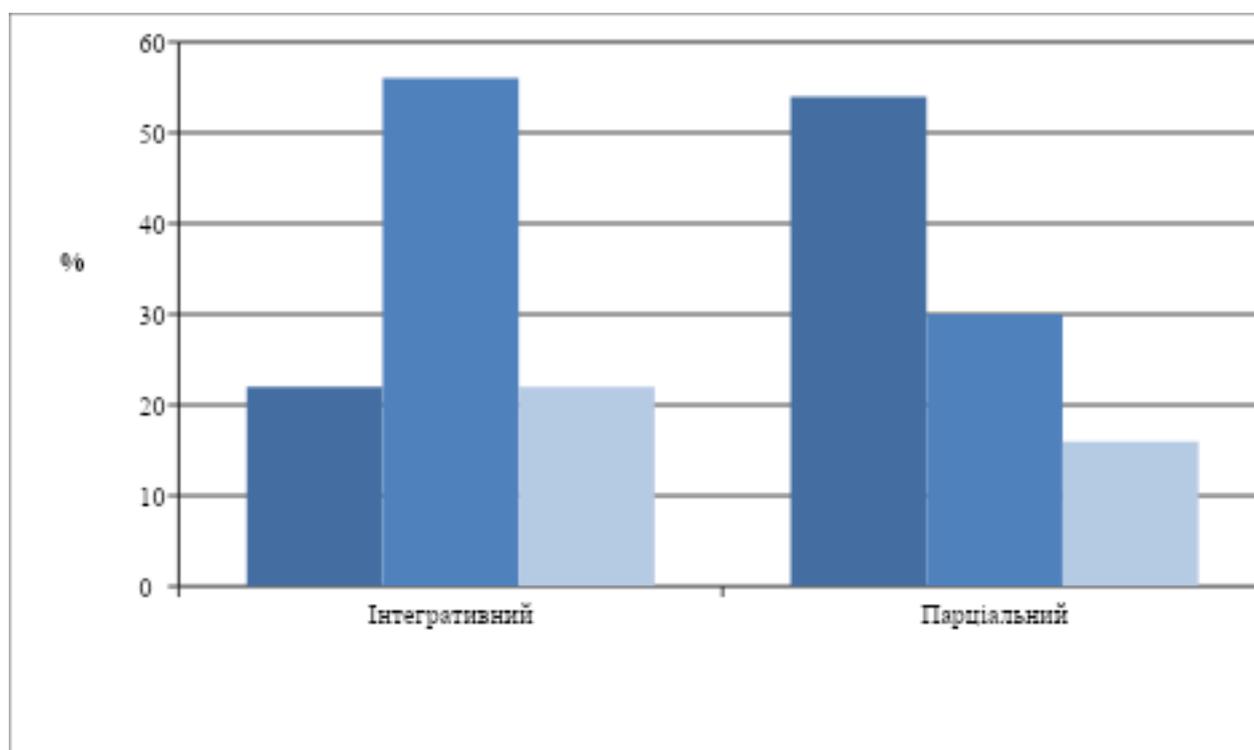


Рис. 2.4. Результати діагностування за методикою №4 (%)

| | | | | | | | | |
|---|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Конфронтація | 0,32* | 0,29* | 0,26* | 0,26* | 0,27* | 0,26* | 0,26* | 0,26* |
| Співпраця | -0,26* | -0,25* | -0,26* | -0,26* | -0,24* | -0,26* | -0,24* | -0,23* |
| Компроміс | 0,07 | 0,09 | 0,09 | 0,09 | 0,11 | 0,07 | 0,09 | 0,09 |
| Уникнення | 0,13 | 0,16 | 0,19 | 0,19 | 0,17 | 0,18 | 0,17 | 0,20 |
| Пристосування | -0,32* | -0,31* | -0,30* | -0,30* | -0,32* | -0,28* | -0,30* | -0,32* |
| Критичне значення 0,3 при $p \leq 0,05$ | | | | | | | | |

Кореляційний аналіз між показниками агресивності (за методикою Басса-Даркі) та стилями поведінки в конфліктах (за методикою Томаса) виявив статистично значущі позитивні кореляції між конфронтацією та всіма шкалами агресивності (від $r=0,26$ до $r=0,32$). Тобто молоді люди, які схильні до агресивної поведінки, частіше обирають конфронтаційний стиль вирішення конфліктів, прагнучи задовольнити власні інтереси за рахунок інших.

Водночас спостерігаються статистично значущі негативні кореляції між співпрацею та всіма показниками агресивності (від $r=-0,23$ до $r=-0,26$), а також значущі негативні кореляції між пристосуванням та агресивністю (від $r=-0,28$ до $r=-0,32$). Тобто менш агресивні молоді люди більше схильні до співпраці та пристосування в конфліктних ситуаціях.

Важливо, що стилі компромісу та уникнення не виявили статистично значущих кореляцій з показниками агресивності у досліджуваній групі – це може свідчити, що ці стратегії поведінки в конфліктах можуть обиратися молодими людьми незалежно від рівня їх агресивності.

Таблиця 2.7

Кореляційні зв'язки за шкалами методики №1 Басс-Дарки (схильність до агресивності) та методики №3 Айзенка (психічні стани)

| Методика №3 Психічні стани | Методика №1 Схильності особи до агресивної поведінки | | | | | | | |
|-------------------------------|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | ФА | ВА | НА | НГ | ДР | СП | ОБ | ВП |
| Тривожність | 0,97* | 0,95* | 0,94* | 0,94* | 0,91* | 0,94* | 0,94* | 0,90* |
| Фрустрація | 0,90* | 0,91* | 0,89* | 0,89* | 0,87* | 0,90* | 0,89* | 0,87* |

| | | | | | | | | |
|--------------|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Ригідність | 0,71* | 0,73 | 0,76* | 0,76* | 0,78* | 0,75* | 0,74* | 0,78* |
| Агресивність | 0,77* | 0,77* | 0,77* | 0,77* | 0,75* | 0,78* | 0,75* | 0,76* |
| | Критичне значення 0,3 при $p \leq 0,05$ | | | | | | | |

Аналіз кореляцій між агресивністю та психічними станами (за методикою Айзенка) виявив сильні позитивні кореляції між тривожністю та всіма шкалами агресивності (від $r=0,90$ до $r=0,97$), а також між фрустрацією та агресивністю (від $r=0,87$ до $r=0,91$). Такі результати свідчать, що чим вищий рівень тривожності та фрустрації у молодих людей, тим вища їх схильність до проявів агресивної поведінки. Тривожність і фрустрація можуть виступати потужними предикторами агресивних реакцій.

Також виявлено сильні позитивні кореляції між показником агресивності за методикою Айзенка та всіма шкалами агресивності за методикою Басса-Даркі (від $r=0,71$ до $r=0,78$), що підтверджує узгодженість результатів обох методик і свідчить про їх валідність.

Сильні позитивні кореляції між ригідністю та агресивністю (від $r=0,75$ до $r=0,78$) вказують на те, що молоді люди з підвищеною ригідністю (тенденцією до збереження своїх стереотипів та нездатністю змінювати власну позицію) більш схильні до агресивних проявів. Тобто ригідність обмежує здатність адаптуватися до обставин та адекватно і гнучко реагувати на зміни, ефективно вирішувати конфліктні ситуації

Таблиця 2.8

Кореляційні зв'язки за шкалами методики №1 Басса-Даркі (схильність до агресивності) та методики №4 Холла (емоційний інтелект)

| Методика №4 Емоційний інтелект | Методика №1 Схильності особи до агресивної поведінки | | | | | | | |
|--------------------------------------|---|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| | ФА | ВА | НА | НГ | ДР | СП | ОБ | ВП |
| Інтегративний | -0,670* | -0,702* | -0,672* | -0,672* | -0,661* | -0,709* | -0,711* | -0,665* |

| | | | | | | | | |
|-------------|---|---------|---------|---------|---------|---------|--------|---------|
| Парціальний | -0,580* | -0,601* | -0,574* | -0,564* | -0,572* | -0,599* | -0,590 | -0,575* |
| | Критичне значення 0,3 при $p \leq 0,05$ | | | | | | | |

Сильні негативні кореляції спостерігаються між усіма показниками агресивності та інтегративним рівнем емоційного інтелекту. Значення коефіцієнтів кореляції розподілилися від -0,661 до -0,711, що свідчить про сильний зворотний зв'язок.

Найсильніша негативна кореляція виявлена між образою та інтегративним рівнем емоційного інтелекту (-0,711) та між схильністю до підозр та інтегративним рівнем емоційного інтелекту (-0,709). Тобто високий рівень емоційного інтелекту особливо сильно пов'язаний зі зниженням схильності до образи та підозрілості. Зв'язок вербальної агресії з інтегративним рівнем емоційного інтелекту також демонструє сильну негативну кореляцію (-0,702), що вказує на важливість емоційного інтелекту у зниженні схильності до прояву негативних почуттів через словесну форму.

Парціальний рівень емоційного інтелекту також негативно корелює з усіма показниками агресивності, хоча ці кореляції дещо слабші (від -0,572 до -0,601). Це підтверджує, що навіть окремі компоненти емоційного інтелекту мають захисний ефект щодо проявів агресії.

Підсумовуючи результати за всіма методиками, можна виділити такі ключові психологічні чинники агресивної поведінки сучасної молоді:

1. Переважання вербальної агресії та дратівливості серед форм агресивної поведінки, що створює ризик конфліктів у молодіжному середовищі.
2. Домінування компромісу та уникнення як стратегій поведінки в конфліктах, при цьому недостатній розвиток навичок співпраці, що може призводити до неповного вирішення конфліктних ситуацій.
3. Помірний рівень агресивності у більшості молоді при наявності підгрупи з високою тривожністю, що може бути фактором ризику для прояву агресивних реакцій у стресових ситуаціях.

4. Недостатня інтеграція компонентів емоційного інтелекту, незважаючи на їх відносно високий розвиток окремо, що може обмежувати здатність ефективно керувати емоціями в складних ситуаціях.

5. Такі визначені фактори взаємопов'язані, що підтверджується результатами кореляційного аналізу: негативні психічні стани (тривожність, фрустрація) сильно корелюють з проявами агресії, тоді як розвинений емоційний інтелект виступає захисним фактором. Стиль поведінки в конфліктах також має значний вплив: конфронтація позитивно пов'язана з агресивністю, а співпраця та пристосування – негативно.

Таким чином, в процесі психокорекції зі студентською молоддю важливо зосередитися на розвитку навичок конструктивного спілкування та вирішення конфліктів, підвищенні емоційного інтелекту та здатності до саморегуляції. Особливу увагу слід приділити навчанню технікам управління стресом та зміцненню згуртованості колективу.

2.3. Практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в сучасному молодіжному середовищі

На основі проведеного емпіричного дослідження та виявлених психологічних чинників агресивної поведінки сучасної молоді було розроблено комплекс практичних рекомендацій щодо зниження рівня агресивності та профілактики агресивних проявів у молодіжному середовищі. Рекомендації орієнтовані на психологів, педагогів, соціальних працівників та інших фахівців, які працюють з молоддю, а також можуть бути корисні батькам та самим молодим людям.

Рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в молодіжному середовищі

1. Результати дослідження продемонстрували сильний негативний кореляційний зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та проявами агресивної поведінки, що підтверджує важливість цілеспрямованої роботи з розвитку емоційного інтелекту молоді. Рекомендується впроваджувати в освітні та виховні програми компоненти, спрямовані на формування усіх складових емоційного інтелекту: емоційної обізнаності, управління власними емоціями, самомотивації, емпатії та розпізнавання емоцій інших людей.

2. Особливу увагу слід приділяти розвитку навичок усвідомлення власних емоційних станів через щоденну практику рефлексії. Важливо навчити молодь розрізняти відтінки емоцій, особливо таких як гнів, роздратування, образа, розчарування, які часто передують агресивним проявам. Для цього доцільно використовувати індивідуальні консультації, групові обговорення та спеціальні техніки, зокрема ведення «Журналу емоцій», де молоді люди можуть фіксувати свої емоційні стани, аналізувати їх причини та наслідки.

3. Розвиток навичок управління емоціями передбачає опанування техніками саморегуляції та емоційного самоконтролю. Рекомендується навчати молодь розпізнавати перші ознаки емоційного збудження та використовувати відповідні стратегії для запобігання ескалації негативних емоцій: техніки дихання, перемикання уваги, позитивне самонавіювання, фізична активність як спосіб конструктивного вивільнення емоційної напруги.

4. Проведене дослідження виявило, що конфронтаційний стиль поведінки у конфліктах позитивно корелює з агресивністю, тоді як співпраця та пристосування демонструють негативні кореляції з агресивними проявами. Враховуючи ці закономірності, рекомендується розвивати навички конструктивного вирішення конфліктів через формування навичок співпраці, компромісу та асертивної поведінки.

5. Важливо навчати молодь аналізувати конфліктні ситуації з різних перспектив, розпізнавати власні інтереси та потреби, а також розуміти інтереси та потреби інших сторін конфлікту. Для цього ефективними є рольові ігри, моделювання конфліктних ситуацій з подальшим аналізом, обговорення реальних

конфліктів у безпечному середовищі. Особливу увагу слід приділяти розвитку навичок ведення переговорів та пошуку взаємовигідних рішень.

6. Враховуючи високий відсоток молоді, яка схиляється до стратегії уникнення (36% з високим рівнем), важливо диференціювати ситуації, коли уникнення є адаптивною стратегією, від тих, коли воно призводить до накопичення нерозв'язаних проблем та потенційної ескалації конфлікту в майбутньому. Доцільно розвивати навички своєчасного та конструктивного вирішення конфліктних ситуацій через асертивну комунікацію та медіацію.

7. Дослідження виявило сильні позитивні кореляції між тривожністю, фрустрацією та агресивністю, що вказує на необхідність цілеспрямованої роботи зі зниження рівня цих негативних психічних станів. Рекомендується впроваджувати програми розвитку стресостійкості та емоційної стабільності, які включають когнітивно-поведінкові техніки, методи релаксації та усвідомленості.

8. Для зниження рівня тривожності ефективними є техніки когнітивного переструктурування, які допомагають виявляти та змінювати ірраціональні переконання, що провокують тривогу. Важливо навчати молодь реалістично оцінювати ситуацію, розрізняти реальні та уявні загрози, а також розвивати навички планування та підготовки до потенційно стресових ситуацій.

9. Для зниження рівня фрустрації рекомендується розвивати навички адаптивного реагування на невдачі та перешкоди. Це передбачає формування гнучкості мислення, здатності переоцінювати ситуацію, знаходити альтернативні шляхи досягнення цілей, а також приймати те, що не може бути змінено. Важливо також розвивати навички встановлення реалістичних цілей та очікувань, що знижує ймовірність фрустрації через невідповідність бажаного та дійсного.

10. Результати дослідження показали, що серед форм агресивної поведінки у молоді переважають вербальна агресія (22% з високим рівнем) та дратівливість (34% з високим рівнем). Для корекції цих проявів рекомендується впроваджувати програми розвитку комунікативної компетентності та емоційної регуляції.

11. Для зниження вербальної агресії важливо розвивати навички асертивного спілкування, яке дозволяє виражати свої думки та почуття без агресії

та пониження інших. Рекомендується навчати молодь технікам «Я-висловлювань», конструктивного зворотного зв'язку, активного слухання. Особливу увагу слід приділяти розвитку словникового запасу для вираження емоцій, що дозволяє точніше артикулювати свої переживання без використання агресивних висловлювань.

12. Для зниження дратівливості ефективними є техніки саморегуляції, які дозволяють розпізнавати та контролювати перші прояви роздратування до того, як вони переростуть у агресивну реакцію. Рекомендується практикувати техніки «тайм-ауту» (тимчасового відсторонення від ситуації для заспокоєння), дихальні вправи, техніки усвідомленості та перемикання уваги. Також важливо навчати молодь аналізувати ситуації, які викликають дратівливість, та розвивати стратегії проактивного реагування на них.

13. Підвищений рівень відчуття провини у значної частини досліджуваних (52% з високим рівнем) вказує на необхідність розвитку здорового ставлення до власної поведінки та помилок. Рекомендується впроваджувати практики, які сприяють формуванню адекватної самооцінки, здорового перфекціонізму та конструктивного ставлення до невдач.

14. Важливо навчати молодь розрізняти здорове відчуття відповідальності від деструктивного відчуття провини, розвивати навички прийняття власних помилок та їх конструктивного аналізу. Рекомендується практикувати техніки самопрощення, фокусування на розв'язанні проблем замість самозвинувачення, а також розвивати навички встановлення реалістичних очікувань щодо себе та інших.

Як приклад практичної реалізації розроблених рекомендацій пропонуємо тренінг «Алхімія емоцій – перетворення гніву на ресурс», спрямований на розвиток емоційного інтелекту та навичок конструктивного управління гнівом. Тренінг базується на результатах проведеного емпіричного дослідження, яке виявило тісний взаємозв'язок між рівнем емоційного інтелекту та проявами агресивної поведінки. Структура тренінгу включає комплекс вправ, спрямованих на розвиток усвідомлення власних емоцій, розпізнавання потреб, що стоять за

гнівом, та трансформацію деструктивної енергії гніву в конструктивну дію. Основним принципом тренінгу є розуміння гніву не як негативної емоції, яку слід придушувати, а як природної реакції, енергію якої можна спрямувати у продуктивне поле

Тренінг «Алхімія емоцій – перетворення гніву на ресурс»

Мета тренінгу: розвиток навичок усвідомлення та конструктивного управління гнівом, трансформація деструктивної енергії гніву в ресурс для особистісного зростання та розв'язання проблем.

Цільова аудиторія: молодь віком від 18 до 28 років.

Тривалість: 3 години.

Необхідні матеріали: дошка, маркери, папір А4, кольорові олівці та фломастери, глина або пластилін для кожного учасника, музичний супровід, м'який м'яч, картки з описом ситуацій.

1. Вступна частина.

Вправа «Лінія емоційної температури»

Мета: діагностика поточного емоційного стану учасників, введення в тему емоційної регуляції.

Методика проведення: на підлозі за допомогою стрічки створюється умовна лінія, де один кінець позначає стан повного спокою та розслаблення, а інший – стан крайнього емоційного збудження. Учасникам пропонується зайняти місце на цій лінії відповідно до їхнього поточного емоційного стану. Після того, як усі займуть позиції, кожен коротко пояснює свій вибір, описуючи, що зараз відчуває та як це проявляється в тілі.

Обговорення: «Що ви помітили, спостерігаючи за розташуванням групи на лінії? Чи легко було визначити свій емоційний стан? Як часто ви зазвичай усвідомлюєте свій поточний емоційний стан у повсякденному житті?»

Бесіда, теоретичний блок «Природа гніву: ворог чи союзник?»

Коротке інформаційне повідомлення про природу гніву, його адаптивні функції та потенційні негативні наслідки неконструктивного вираження гніву. Акцент робиться на тому, що гнів – це природна емоція, яка сигналізує про

порушення наших меж або важливих потреб, і енергія гніву може бути трансформована у конструктивну дію.

2. Основна частина.

Вправа «Картографія гніву»

Мета: розвиток навичок усвідомлення фізичних, емоційних та когнітивних проявів гніву.

Методика проведення: Учасникам роздають аркуші паперу з контуром людського тіла та просять пригадати ситуацію, коли вони відчували сильний гнів, і позначити на контурі, де і як вони відчували цю емоцію фізично (напруження в певних частинах тіла, зміна дихання, пульсу тощо). Потім пропонується записати поряд думки, які виникали в той момент, та інші емоції, які супроводжували гнів (страх, образа, розчарування тощо).

Обговорення: «Які фізичні прояви гніву є для вас найбільш характерними? Які думки зазвичай супроводжують ваш гнів? Які ще емоції часто виникають разом з гнівом? Як розуміння цих моделей може допомогти вам раніше помічати наближення гніву?»

Техніки арт-терапії «Скульптура трансформації»

Мета: розвиток навичок трансформації деструктивної енергії гніву в конструктивну.

Методика проведення: Кожен учасник отримує шматок глини або пластиліну. Спочатку їм пропонується створити скульптуру, яка відображає їхній гнів у його «сирому», деструктивному вигляді. Після завершення першого етапу учасники діляться своїми відчуттями та розповідають про створені скульптури. На другому етапі їм пропонується трансформувати скульптуру гніву у щось конструктивне, що символізує продуктивне використання енергії цієї емоції.

Обговорення: «Що символізує ваша початкова скульптура? Які відчуття виникали в процесі її створення? Як змінилися ваші відчуття під час трансформації скульптури? Що символізує кінцева форма? Які паралелі ви можете провести між цією вправою та реальними ситуаціями управління гнівом у вашому житті?»

Інтерактивна вправа «Діалог потреб»

Мета: розвиток навичок розпізнавання потреб, які стоять за гнівом, та пошуку конструктивних способів їх задоволення.

Методика проведення: Учасники об'єднуються в пари. Кожен пригадує ситуацію, коли відчував сильний гнів, та по черзі ділиться нею з партнером. Завдання слухача – допомогти мовцю визначити потребу, яка була порушена в цій ситуації (потреба в повазі, справедливості, безпеці, контролі тощо), використовуючи техніку активного слухання та відкритих запитань. Після визначення потреби пара спільно працює над пошуком конструктивних способів її задоволення.

Обговорення: «Які потреби найчастіше стоять за вашим гнівом? Наскільки легко вам було їх визначити? Які конструктивні способи задоволення цих потреб ви знайшли? Як розуміння зв'язку між гнівом та незадоволеними потребами може допомогти вам у майбутніх ситуаціях?»

Ділова гра «Алхімія слів»

Мета: розвиток навичок трансформації вербальної агресії в конструктивне самовираження.

Методика проведення: Учасникам роздають картки з описом типових ситуацій, що викликають гнів (наприклад, хтось порушив обіцянку, незаслужена критика, ігнорування тощо). До кожної ситуації наведені приклади агресивних висловлювань. Завдання учасників – переформулювати ці висловлювання у конструктивні повідомлення з використанням техніки «Я-висловлювань», які дозволяють виразити свої почуття та потреби без звинувачень та агресії.

Обговорення: «Яка різниця у впливі агресивних висловлювань та конструктивних повідомлень на співрозмовника? Які труднощі виникали при переформулюванні? Які переваги використання «Я-висловлювань» у ситуаціях, коли ви відчуваєте гнів?»

3. Заключна частина.

Рефлексія «Валіза інструментів управління гнівом»

Мета: узагальнення отриманих знань та навичок, створення персонального плану управління гнівом.

Методика проведення: кожний учасник отримує аркуш паперу, на якому пропонується створити свою «скриньку інструментів» для управління гнівом.

Учасники записують:

- свої основні тригери гніву;
- ранні ознаки наростання гніву, які вони можуть розпізнавати;
- техніки саморегуляції для різних ситуацій;
- конструктивні способи вираження гніву;
- стратегії трансформації енергії гніву в позитивні дії.

Обговорення: «Які інструменти управління гнівом здаються вам найбільш корисними? Який план дій ви можете скласти для застосування цих інструментів у реальних ситуаціях? Що може заважати вам використовувати ці інструменти, і як ви можете подолати ці перешкоди?»

Вправа «Впровадження знань та навичок у реальне життя»

Мета: завершення тренінгу на позитивній ноті, закріплення мотивації до використання отриманих навичок.

Методика проведення: Учасники передають один одному м'яч. Отримуючи м'яч, кожен висловлює одну цінність або принцип, який допомагатиме йому конструктивно управляти гнівом (наприклад, «повага», «розуміння», «відповідальність», «усвідомленість» тощо), та одне конкретне зобов'язання щодо застосування отриманих навичок у реальному житті.

Тренер підсумовує основні теми тренінгу, підкреслюючи, що управління гнівом та агресією – це навичка, яка розвивається з практикою, та заохочує учасників підтримувати один одного в процесі застосування нових стратегій у повсякденному житті.

Запропонований тренінг спрямований на розвиток ключових компонентів емоційного інтелекту, які, згідно з результатами дослідження, виступають захисними факторами проти агресивної поведінки. Через практичні вправи учасники розвивають навички усвідомлення власних емоцій, розуміння їх

природи та функцій, а також опановують конкретними техніками трансформації деструктивної енергії гніву в конструктивну дію. Тренінг створює безпечний простір для дослідження власних патернів реагування та експериментування з новими, більш адаптивними стратегіями управління гнівом.

Отже, комплексний підхід, що включає розвиток емоційного інтелекту, формування конструктивних стратегій вирішення конфліктів, зниження рівня тривожності та фрустрації, корекцію вербальної агресії та дратівливості, а також розвиток навичок рефлексії та саморегуляції, створить необхідні умови для зниження рівня агресивної поведінки в молодіжному середовищі. Особливо важливим є систематичне та послідовне впровадження цих рекомендацій у різних контекстах: освітньому процесі, психологічному консультуванні, груповій роботі з молоддю та сімейному вихованні, що забезпечить комплексний вплив на формування адаптивних поведінкових патернів та конструктивної емоційної регуляції

Висновки до розділу 2

Отже, проведено емпіричне дослідження психологічних чинників агресивної поведінки сучасної молоді. Відповідно до мети дослідження було обрано комплекс психодіагностичних методик: форми агресивної поведінки (методика Басса-Даркі), стилі поведінки в конфліктах (методика Томаса), психічні стани (методика Айзенка) та рівень емоційного інтелекту (методика Холла), визначено репрезентативну вибірку з 50 молодих людей віком від 18 до 28 років з-поміж студентської молоді.

Було проаналізовано результати емпіричного дослідження, які показали, що серед форм агресивної поведінки сучасної молоді переважають вербальна агресія (22% високий рівень) та дратівливість (34% високий рівень), тоді як фізична агресія не має вираженого характеру. Переважаючими стилями поведінки в

конфліктах є компроміс та уникнення (по 36% респондентів з високим рівнем), а не конфронтація (6% з високим рівнем). Більшість студентів з вибірки мають середній рівень агресивності (72%) при помірних показниках тривожності та фрустрації, середній та високий рівень емоційного інтелекту. Кореляційний аналіз виявив сильні негативні взаємозв'язки між емоційним інтелектом та всіма формами агресії ($r=-0,661$ до $-0,711$), сильні позитивні кореляції між тривожністю, фрустрацією та показниками агресивності ($r=0,87$ до $0,97$).

Сформульовано практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в сучасному молодіжному середовищі. Запропонований комплексний підхід включає розвиток емоційного інтелекту, формування конструктивних стратегій вирішення конфліктів, зниження рівня тривожності та фрустрації, корекцію вербальної агресії та дратівливості, а також розвиток навичок рефлексії та саморегуляції, створить необхідні умови для зниження рівня агресивної поведінки в молодіжному середовищі. Наведений приклад тренінгу «Алхімія емоцій» для програми зниження рівня агресивної поведінки молоді, яка дозволить ефективно впливати на психологічні чинники агресивної поведінки сучасної молоді, виявлені в ході емпіричного дослідження.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено теоретичне та емпіричне дослідження психологічних чинників прояву агресивної поведінки серед сучасної молоді та сформульовано практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивної поведінки в молодіжному середовищі. Отримані результати дослідження стали підставою для формулювання наступних висновків:

1. На основі вивчення наукової літератури за темою роботи здійснено теоретичний аналіз концептуальних підходів до вивчення агресії в сучасній психології. З'ясовано, що агресія є складним, багатовимірним феноменом, який досліджується з позицій різних теоретичних напрямів: психоаналітичного (З. Фройд, К. Юнг, А. Адлер, Е. Фромм), біологічного (К. Лоренц), біхевіорального (А. Бандура), когнітивного (Л. Берковіц) та гуманістичного (А. Маслоу). Сучасні

дослідження тяжіють до інтегративних моделей, що розглядають агресію як результат взаємодії біологічних передумов, особистісних характеристик та соціальних чинників. Виявлено ключові психологічні чинники формування агресивної поведінки серед молоді: низький рівень емоційного інтелекту, особливості сімейного виховання, вплив референтних груп, негативний вплив інформаційного середовища, внутрішньоособистісні конфлікти, пов'язані з кризою ідентичності та невідповідністю між «ідеальним Я» і «реальним Я». Систематизовано форми та види агресивної поведінки за критеріями спрямованості, форми вираження, мотиваційної основи, виявлено специфіку проявів агресії в молодіжному середовищі, зокрема поширення нових форм – булінгу та кібербулінгу.

2. Проаналізовано методи профілактики та корекції агресивної поведінки серед молоді, визначено найбільш ефективні підходи до роботи з агресивними проявами у молодіжному середовищі. Встановлено, що оптимальними є комплексні програми, які інтегрують когнітивно-поведінкові методи, техніки розвитку емоційного інтелекту, системно-сімейний підхід та елементи арт-терапії. Визначено основні напрями профілактично-корекційної роботи: розвиток навичок емоційної саморегуляції, формування здатності до емпатії та конструктивного вираження негативних емоцій, опанування асертивних стратегій комунікації та вирішення конфліктів. Обґрунтовано необхідність персоналізованого підходу до профілактики та корекції агресивної поведінки, який враховує індивідуально-психологічні особливості молодих людей, специфіку їхнього соціокультурного середовища та характер агресивних проявів

3. Було проведено комплексне дослідження спрямоване на виявлення чинників агресивної поведінки сучасної молоді. Дослідження проводилось у чотири етапи: підготовчий, діагностичний, аналітичний та узагальнюючий. У дослідженні використано стандартизовані психодіагностичні методики: методика вивчення схильності особи до агресивної поведінки А. Басса та А. Даркі, методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса, методика самооцінки психічних станів за Г. Айзенком, тест емоційного інтелекту

Н. Холла. Дослідження охопило вибірку з 50 молодих людей віком від 18 до 22 років (хлопців та дівчат приблизно рівна кількість) з різним сімейним статусом та характером зайнятості, що забезпечило репрезентативність результатів для досліджуваної вікової категорії. Діагностичне обстеження молоді виявило перевагу вербальної агресії та дратівливості над фізичною агресією, середній рівень негативізму та схильності до підозр, а також високі показники відчуття провини – половина вибірки мають високий рівень за цією шкалою. Серед стилів поведінки в конфліктних ситуаціях у молоді домінують компроміс та уникнення, переважна більшість має середній рівень агресивності за методикою Айзенка, низький рівень тривожності у близько половини учасників та фрустрації у більшості досліджуваних, а також середній і високий рівні емоційного інтелекту загалом у переважній більшості студентської молоді. За результатами емпіричного дослідження було виявлено основні психологічні чинники, пов'язані з агресивною поведінкою сучасної молоді: переважаючі стилі поведінки в конфліктах (конфронтаційний стиль позитивно корелює з агресивністю, $r=0,26-0,32$), психічні стани (особливо тривожність, $r=0,90-0,97$, та фрустрація, $r=0,87-0,91$, що мають сильні позитивні кореляції з агресивністю) та рівень емоційного інтелекту (виявлено сильні негативні кореляції з показниками агресивності, $r=-0,66$ до $-0,71$). Було встановлено, що емоційний інтелект є найважливішим захисним фактором щодо проявів агресивної поведінки, особливо стосовно таких її форм як образа ($r=-0,711$), схильність до підозр ($r=-0,709$) та вербальна агресія ($r=-0,702$), що підтверджує необхідність цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту для профілактики агресивної поведінки в молодіжному середовищі.

4. Було розроблено комплексні рекомендації, які базуються на результатах емпіричного дослідження психологічних чинників агресивної поведінки молоді: тісного взаємозв'язку між емоційним інтелектом та агресивною поведінкою, між тривожністю, фрустрацією та агресивністю, між стилями поведінки в конфліктах та проявами агресії, що обґрунтувало рекомендації щодо розвитку конструктивних стратегій вирішення конфліктів. Для практичної реалізації розроблених рекомендацій було запропоновано приклад тренінгу «Алхімія емоцій –

перетворення гніву на ресурс», який включає комплекс вправ, спрямованих на розвиток ключових компонентів емоційного інтелекту та трансформацію деструктивної енергії гніву в конструктивні дії. Тренінг побудований на принципах інтерактивної взаємодії, що дозволяє учасникам отримати теоретичні знання та розвинути практичні навички усвідомлення власних емоцій, розпізнавання потреб, що стоять за гнівом, та конструктивного самовираження без агресії. Запропоновані рекомендації та тренінгові програми можуть бути інтегровані в програми психологічного супроводу молоді та адаптовані для використання в різних контекстах роботи з молодіжною аудиторією.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бедан В. Б. Проблема кібербулінгу у молодіжному середовищі: теоретичний аналіз. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права. 2022. № 1. С. 42-47.
2. Білоус О. В. Вікова психологія: Навчальний посібник. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2015. 108 с.
3. Бондарець Б. Б. Молодь як об'єкт і суб'єкт соціокультурних процесів у сучасному українському суспільстві: аксіологічний аспект. Наукові праці. Соціологія. 2013. Вип. 213. Т. 225. С. 31–34.
4. Бочаріна Н.О., Астаф'єва Т.С. Агресивна поведінка студенської молоді: причини та шляхи профілактики. Наукові перспективи, 2023. № 11(41). С. 1140-1151.
5. Вовк М.В. Специфіка психологічних наслідків переживань фрустраційних ситуацій у сучасного студентства. Міжнародний науковий форум, 2011. Вип. 6. С. 197-207.
6. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів : Видавництво Старого Лева, 2015. 416 с.
7. Дембицька Н. М. Соціально-психологічні закономірності економічного самовизначення молоді в умовах суспільних змін: монографія / за ред. Н. М. Дембицької, О. В. Лавренко. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 212 с.
8. Діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холла). URL: <https://www.pdau.edu.ua/content/diagnostyka-emociynogo-intelektu-n-holl> (дата звернення: 25.03.2024).
9. Зварич І.М., Чуйко Г.В., Колтунович Т.А.. Екзистенційна та гуманістична психологія : навч. посібник; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 496 с.
10. Карпенко Є.В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: дис.. докт. психол. наук.19.00.07. ДВНЗ

«Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». Івано-Франківськ, 2020. 497 с.

11. Качмар О. В. Соціально-філософська рефлексія феномену агресії в умовах соціокультурних трансформацій: 09.00.03. Київ, 2017. 416 с.

12. Кириленко Т. Емоційна сфера особистості: вектори вивчення. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка, 2018. 1(8). С. 26-30.

13. Кириленко Т.С. Благополуччя і духовність особистості: аспект співвідношення. Благополуччя особистості vs благополуччя середовища антиномія сучасного способу життя: матеріали науково-практичного круглого столу (м. Київ, 21 квітня 2019 року). Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2019. С. 16-17.

14. Кирпенко Т. М., Бохонкова Ю.О. Механізми психологічного самозахисту підлітків: монографія. Северодонецьк: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. 176 с.

15. Кісіль З.Р. психологічні особливості агресивності у підлітковому віці. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ, 2015. №1. С. 32-40

16. Крайніков Е.В. Агресивність. Агресія. Велика Українська Енциклопедія. Київ: ДНУ «Енциклопедичне видавництво», 2016. 592 с.

17. Купрєєва О.І. Психологічні основи самореалізації студентів в інтегрованому освітньому середовищі: монографія. Київ: Талком, 2021. 407 с.

18. Лелюх-Степанчук О.О. Емоційний інтелект як проблема психологічної науки. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія, 2018. Т. X. Вип. 31. С. 83-92.

19. Лемак М.В., Петрище В.Ю. Психологу для роботи: діагностичні методики: методичне видання. Вид. 2-ге виправл. Ужгород : Видавництво Олександра Гаркуші, 2012. 616 с.

20. Ліпковська Ю. Формування адекватної самооцінки у школярів. Психологічні виміри культури, економіки, управління, 2016. № 9. С. 61-69.
21. Матюхін Д. А. Процес соціалізації як умова формування стилю життя та соціальних практик молоді. Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики, 2018, Вип. 80. С. 135-145.
22. Мельниченко Є.В. Формування саморегуляції агресивної поведінки підлітків з порушеннями розумового розвитку: дис... канд.. психолог. Наук. 19.00.08. Київ, 2016. 190 с.
23. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників: Збірник практичних матеріалів упор. О. Степанюк, О. Мельниченко. Київ, 2020. 132с.
24. Момот О. В. Кібербулінг: агресія у віртуальному просторі. Молодий вчений. № 12 (52). 2017. С. 295-299.
25. Мусаелян О. М. Смислжиттєві орієнтації та особливості їх впливу на схильність до аутоагресивної поведінки студентської молоді. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки, 2016. Вип. 3(2). С. 68-75.
26. Найдьонова Л. А. Кібербулінг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини. Методичні рекомендації. Київ, 2014. 80 с.
27. Онуфрієва Л.А., Чайковська О.М. Психологія девіантної поведінки: навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський, 2024. 172 с.
28. Павелків В. Р. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці. Проблеми сучасної психології, 2015. Вип. 30. С. 483-494.
29. Павелків В.Р. Психогенеза агресивної та деструктивної поведінки в підліткових субкультурах: дис.. докт психол. наук. Рівне, 2019. 475 с.
30. Павелків В.Р. Феномен підліткової агресивності як соціально-психологічна проблема. Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2009. Вип. 4. С. 271-282.

31. Педагогічна інноватика: термінологічний словник за заг. ред. О. І. Шапран. Переяслав-Хмельницький: Домбровська Я.М., 2019. 384 с.
32. Петухова І.О. Емоційний інтелект як складова професійної підготовки здобувачів вищої освіти. Особистісно-професійне становлення сучасної молоді: соціально-психологічні та соціологічні аспекти : монографія / Льовкіна О. Г., Романюк Л. В., Петухова І. О.; за заг. ред. О. Льовкіної. Ірпінь : Університет ДФС України, 2022. С. 189-210.
33. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Психологія. Ч. 1. Загальна психологія: конспект лекцій: навч. посібн. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2023. 259 с.
34. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Теоретичні питання вікової психології : навч. посіб. 2-е вид., випр. і доповн, 2023. 232 с.
35. Психологічний словник уклад. В.В.Синявський, О.П.Сергеєнкова ; за ред.. Н.А.Побірченк, 2007. 336 с.
36. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці: навч. посіб. Н.О. Гончарова, Ю.Л. Горбенко, Ю.І. Калюжна В.А. Лавріненко, М.М. Мельничук, О.Г. Мирошник, Н.М. Мишко, В.Ф. Моргун, Л.Г. Перетятко, М.М. Рева, К.В. Седих, М.М. Тесленко, І.Г. Тітов, Т.Є. Тітова, А.С. Харченко, Н.О. Чайкіна, Т.А. Яновська ; за ред. К.В. Седих. Полтава : Астроя, 2018. 342 с.
37. Седих К.В., Кононова Н.Н. Превенція кібербулінгу як умова самоактуалізації студентської молоді в освітньому середовищі. Габітус. Психологія особистості, 2022. Вип. 41. С. 187-191.
38. Сергеева К.В. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації: дис.. канд.. педаг. наук. 13.00.05. Київ, 2016. 368 с.
39. Теорія та практика профілактичної роботи з дітьми, схильними до девіантної поведінки: український і міжнародний досвід : монографія / О. Янкович, О. Кікінежді, І. Козубовська, В. Поліщук, Г. Радчук. Тернопіль : Осадца Ю.В., 2018. 300 с.

40. Терлецька Л., Чистякова А. Взаємозв'язок між характером і соціально-психологічною адаптацією особистості до навчання у ЗВО. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка, 2020. 2(12). С. 115-119.

41. Теслик Н., Гончаренко А. Агресивність осіб юнацького віку. Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України. Харків, 2020. С. 248-251.

42. Усатенко Г.В. Асистована комунікація як чинник прив'язаності в дитячо-батьківських стосунках: дис.. докт. філос.. 053. Київ, 2024. 220 с.

43. Файчук О.Л. Характеристика причин конфліктів у студентському середовищі. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб. наук. пр. Запоріжжя: КПУ, 2018. Вип. 60. Т. 2. С. 183-186.

44. Христюк О. Л. Психологія девіантної поведінки: навч.-метод. посіб. Львів: ЛьвДУВС, 2014. 192 с.

45. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

46. Шахова О.Г., Гребенюк А.А. Симптоми ПТСР у студентів через рік після початку повномасштабної війни в Україні. Психологічні читання: збірник матеріалів ІХ науково-практичної конференції молодих вчених (м. Харків, 1 грудня 2023 року). Харків, 2023. С. 217-219.

47. Шульга Г., Нікуліна В., Черненко М. Особливості переживання смисложиттєвої кризи в період ранньої дорослості. Наукові записки ВДПУ імені Михайла Коцюбинського. Серія: педагогіка і психологія, 2021. Вип. 68. С. 133-139.

48. Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defense: The Writings of Anna Freud. Madison : Intl Universities Pr Inc, 1979. 191 p.

49. Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defense: The Writings of Anna Freud. Madison : Intl Universities Pr Inc, 1979. 191 p.

50. Fromm E. The Anatomy of Human Destructiveness. New York: Holt Paperbacks, 1992. 576 p.

51. Klar Y. Conflict as a Cognitive Schema: Toward a Social Cognitive Analysis of Conflict and Conflict Termination. The Social Psychology of Intergroup Conflict. Theory, Research and Applications. Berlin, 2018. P. 73-85.

52. Lorenz, K. On aggression. New York : Harcourt Brace & Company, 1963. 306 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика вивчення схильності особи до агресивної поведінки

А. Басса та А. Даркі

Інструкція. *Уважно прочитайте кожне висловлювання. Якщо воно підходить вам, поставте поруч знак «+», якщо не підходить, то «-».*

Твердження:

1. Часом я не здатен перебороти бажання заподіяти іншим шкоду.
2. Іноді пліткую про людей, яких не люблю.
3. Я легко дратуюсь, але швидко заспокоююсь.
4. Якщо мене ласкаво не попросять, я не виконаю прохання.
5. Я не завжди отримую те, що мені належить.
6. Я знаю, що люди говорять про мене за мою спиною.
7. Якщо я не схвалюю поведінку друзів, я даю їм це відчути.
8. Коли мені доводилося обдурювати кого-небудь, я відчував нестерпні докори сумління.

9. Мені здається, що я не здатен вдарити людину.
10. Я ніколи не дратуюся настільки, щоб розкидуватися речами.
11. Я завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, у мене виникає бажання порушити його.
13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами.
14. Я тримаюся насторожі з людьми, які ставляться до мене дещо ліпше, ніж я очікував.
15. Я часто не погоджуюся з людьми.
16. Іноді мене обтяжують думки, яких я соромлюсь.
17. Якщо хтось першим ударить мене, я не відповім йому.
18. Коли я дратуюся, я грюкаю дверима.
19. Я куди дратівливіший, ніж здається оточенню.
20. Якщо хтось вдає із себе начальника, я завжди роблю йому наперекір.
21. Мене трохи засмучує моя доля.
22. Я гадаю, що багато людей мене не люблять.
23. Я не зможу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.
24. Люди, що ухиляються від роботи, мусять почувати провину.
25. Той, хто ображає мене і мою сім'ю, запрошується на бійку.
26. Я не здатний на брутальні жарти.
27. Розлютовуюся, коли з мене насміхаються.
28. Коли люди вдають із себе начальників, я роблю все, щоб вони не зазнавалися.
29. Майже кожен тиждень я бачу когось, хто мені не до вподоби.
30. Досить багато людей заздять мені.
31. Я вимагаю, щоб люди поважали мене.
32. Мене пригнічує те, що я мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, які постійно знущаються з нас, варті того, щоб їх ставили на місце.
34. Я ніколи не буваю похмурим від злості.
35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я на те заслуговую, я не засмучуюсь.
36. Якщо хтось дратує мене, я не звертаю уваги.
37. Хоч я ніколи не показую цього, але мене іноді гризе заздрість.
38. Іноді мені здається, що з мене насміхаються.
39. Навіть якщо я гніваюся, то не вдаюся до лайки.
40. Мені хочеться, щоб мої гріхи пробачили.
41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хтось і вдарить мене.
42. Коли виходить не по-моєму, я іноді ображаюсь.
43. Іноді люди дратують мене однією своєю присутністю.
44. Немає людей, яких би я по-справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: «Ніколи не довіряти чужакам».
46. Якщо хтось дратує мене, я готовий висловити все, що я про нього думаю.
47. Я роблю багато такого, про що потім шкодую.
48. Якщо я роздратуюсь, я можу вдарити когось.
49. Із дитинства я ніколи не виявляв спалахів гніву.
50. Часто почуваю себе, мов діжка з порохом, що ось-ось вибухне.
51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко ладнати.
52. Я завжди розмірковую про те, які потаємні причини змушують людей робити приємне мені.
53. Коли на мене кричать, відповідаю тим самим.
54. Невдачі засмучують мене.
55. Я відчуваю страх не рідше й не частіше за інших.
56. Я можу пригадати випадки, коли я був настільки злий, що хапав першу-ліпшу річ.
57. Іноді я відчуваю, що готовий першим кинутись у бійку.
58. Іноді я відчуваю, що життя поводить з мною несправедливо.
59. Раніше я думав, що більшість людей говорить правду, але зараз я не вірю в це.
60. Я лаюся тільки через злість.

61. Коли я роблю щось неправильно, то відчуваю докори сумління.
62. Якщо для захисту своїх прав мені слід використати фізичну силу, я вдаюся до неї.
63. Іноді я виражаю свій гнів тим, що грюкаю кулаком по столу.
64. Я буваю грубий з людьми, які мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, що хотіли б мені нашкодити.
66. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо вона на це заслуговує.
67. Я часто думаю, що жив неправильно.
68. Я знаю людей, які здатні довести мене до бійки.
69. Я не засмучуюсь через дрібниці.
70. Мені рідко спадає на думку, що люди намагаються розлютити чи скривдити мене.
71. Я часто тільки вдаюся до погроз, але не збираюся їх реалізувати.
72. Останнім часом я став занудою.
73. Під час суперечки я часто підвищую голос.
74. Здебільшого я намагаюся приховувати своє негативне ставлення до людей.
75. Я ліпше поступлюся своїми принципами, ніж сперечатимусь.

Інтерпретація результатів. Якщо після номера питання стоїть знак «+», тоді за нього зараховується один бал в тому випадку, якщо на нього дана відповідь «так». Якщо після номера питання стоїть знак «-», тоді за нього зараховується один бал в тому випадку, якщо на нього дана відповідь «ні». Інші відповіді не зараховуються. Сума балів, помножена на коефіцієнт k , що є вказаним в лапках при кожному показнику агресивності, дозволяє отримати зручні для співставлення – унормовані – показники, які характеризують індивідуальні та групові результати.

Ключ для оброблення результатів:

1) Фізична агресія ($k=11$):

1+, 9-, 17-, 25+, 33+, 41+, 48+, 55+, 62+, 68+.

2) Вербальна агресія ($k=8$):

7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66-, 71+, 73+, 74-, 75-.

3) Непряма агресія ($k=13$):

2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 42+, 49-, 56+, 63+.

4) Негативізм ($k=20$):

4+, 12+, 20+, 28+, 36-.

5) Дратівливість ($k=9$):

3+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+.

6) Схильність до підозр ($k=11$):

6+, 14+, 22+, 30+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-.

7) Образа ($k=13$):

5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.

8) Відчуття провини ($k=11$):

8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+.

Максимальна кількість балів за кожною шкалою: 1) 110; 2) 104; 3) 117; 4) 100; 5) 99; 6) 99; 7) 104; 8) 99.

Інтерпретація за шкалами:

1. Фізична агресія (ФА)

Низький рівень: 0-36 балів

Середній рівень: 37-73 бали

Високий рівень: 74-110 балів

2. Вербальна агресія (ВА)

Низький рівень: 0-34 бали

Середній рівень: 35-69 балів

Високий рівень: 70-104 бали

3. Непряма агресія (НА)

Низький рівень: 0-38 балів

Середній рівень: 39-77 балів

Високий рівень: 78-117 балів

4. Негативізм (НГ)

Низький рівень: 0-33 бали

Середній рівень: 34-66 балів

Високий рівень: 67-100 балів

5. Дратівливість (ДР)

Низький рівень: 0-32 бали

Середній рівень: 33-65 балів

Високий рівень: 66-99 балів

6. Схильність до підозр (СП)

Низький рівень: 0-32 бали

Середній рівень: 33-65 балів

Високий рівень: 66-99 балів

7. Образа (ОБ)

Низький рівень: 0-34 бали

Середній рівень: 35-69 балів

Високий рівень: 70-104 бали

8. Відчуття провини (ВП)

Низький рівень: 0-32 бали

Середній рівень: 33-65 балів

Високий рівень: 66-99 балів

Додаток Б

Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки

К. Томаса, Р. Кілмена

Інструкція: Вам пропонується опитувальник, складений з тверджень, які вам будуть пред'являтися парами. Уважно читайте обидва твердження кожної пари і вибирайте те з них, яке більше відповідає вашій поведінки. Вибираючи відповідь, уявляйте собі типові, ситуації які найчастіше зустрічаються, і вибирайте ту відповідь, яка першою прийшла Вам в голову, а не ту, до якої Ви прийшли після довгого обмірковування. Тому не витрачайте час на довгі роздуми. Тут немає «хороших» або «поганих» варіантів. Ви можете вибрати будь-яку відповідь з двох, яка вам більше підходить. Але свій вибір потрібно зробити обов'язково, не залишаючи пропущених питань.

Твердження

| | | |
|----|---|--|
| 1 | а) Іноді я надаю можливість іншим узяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання. | б) Перш ніж обговорювати те, у чому ми не дійшли згоди, я намагаюся звернути увагу на те, із чим ми обидва погоджуємося. |
| 2 | а) Я намагаюся знайти компромісне рішення. | б) Я намагаюся владнати справу з урахуванням інтересів іншого і власних. |
| 3 | а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого. | б) Я намагаюся заспокоїти іншого і здебільшого зберегти наші стосунки. |
| 4 | а) Я намагаюся знайти компромісне рішення. | б) Іноді я жертвую власними інтересами заради інтересів іншої людини. |
| 5 | а) Налагоджуючи спірну ситуацію, я повсякчас намагаюся знайти підтримку в іншого. | б) Я намагаюся зробити все, щоб уникнути напруження. |
| 6 | а) Я намагаюся уникнути прикрощів. | б) Я намагаюся досягти свого. |
| 7 | а) Я намагаюся відкласти розв'язання спірного питання, щоб згодом зробити це остаточно. | б) Я вважаю за можливе поступитися одним, щоб досягти іншого. |
| 8 | а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого. | б) Я насамперед намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й питання. |
| 9 | а) Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають. | б) Я докладаю всіх зусиль, щоб досягти свого. |
| 10 | а) Я наполегливо прагну досягти свого. | б) Я намагаюся знайти компромісне рішення. |
| 11 | а) Насамперед я намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й питання. | б) Я намагаюся заспокоїти іншого й здебільшого зберегти наші стосунки. |
| 12 | а) Я завжди уникаю позиції, що може викликати суперечки. | б) Я даю можливість іншому мати свою думку, якщо він також іде мені назустріч. |
| 13 | а) Я пропоную серединну позицію. | б) Я наполягаю, щоб усе було зроблено по – моєму. |
| 14 | а) Я повідомляю іншому свою думку й запитую про його погляди. | б) Я намагаюся довести іншому логіку й переваги моїх поглядів. |
| 15 | а) Я намагаюся заспокоїти іншого й здебільшого зберегти наші стосунки. | б) Я намагаюся зробити все необхідне, щоб уникнути напруженості. |
| 16 | а) Я намагаюся не зачепити почуттів іншого. | б) Я намагаюся переконати іншого в перевазі моєї позиції. |
| 17 | а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого. | б) Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості. |

| | | |
|----|---|---|
| 18 | а) Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму. | б) Я даю можливість іншому мати свою думку, якщо він також іде мені назустріч. |
| 19 | а) Передусім я намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й спірні питання. | б) Я намагаюся відкласти рішення спірного питання, щоб згодом розв'язати його остаточно. |
| 20 | а) Я намагаюся негайно подолати наші розбіжності. | б) Я намагаюся знайти найкраще поєднання вигод і втрат для нас обох. |
| 21 | а) Під час переговорів я намагаюся бути уважним до бажань іншого. | б) Я завжди схильюся до прямого обговорення проблеми. |
| 22 | а) Я намагаюся знайти серединну позицію між моєю думкою та думкою іншої людини. | б) Я відстоюю свої бажання. |
| 23 | а) Як правило, я турбуюся про те, щоб задовольнити бажання кожного з нас. | б) Іноді я надаю можливість іншим узяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання. |
| 24 | а) Якщо позиція іншого видається мені важливою, я намагатимуся йти назустріч його бажанням. | б) Я намагаюся переконати іншого дійти компромісу. |
| 25 | а) Я намагаюся довести іншому логіку й переваги моїх поглядів. | б) Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого. |
| 26 | а) Я пропоную серединну позицію. | б) Я майже завжди стурбований тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас. |
| 27 | а) Зазвичай я уникаю позиції, що може викликати суперечки. | б) Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму. |
| 28 | а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого. | б) Налагоджуючи ситуацію, я намагаюся знайти підтримку в іншого. |
| 29 | а) Я пропоную серединну позицію. | б) Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають. |
| 30 | а) Я намагаюся не зачіпати почуттів іншого. | б) Я завжди дотримуюся такої позиції в спірному питанні, щоб досягти успіху. |

Опрацювання результатів

Кількість балів, яку Ви набрали за кожною шкалою, визначає тенденції дотримання відповідної поведінки в конфліктних ситуаціях.

Бали підраховуються за наведеним далі ключем.

1. Конфронтація: 3А, 6Б, 8А, 9Б, 10А, 13Б, 14В, 16Б, 17А, 22Б, 25А, 28А.
2. Співпраця: 2Б, 5А, 8Б, 11А, 14А, 19А, 20А, 21Б, 23Б, 26Б, 28Б, 30Б.
3. Компромід: 2А, 4А, 7Б, 10Б, 12Б, 13А, 18Б, 22А, 23А, 24Б, 26А, 29А.
4. Уникнення: 1А, 5Б, 6А, 7А, 9А, 12А, 15Б, 17Б, 19Б, 20Б, 27А, 29Б.
5. Пристосування: 1Б, 3Б, 4Б, 11Б, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25Б, 27Б, 30А

Бланк для відповідей

| № пари | А | Б | № пари | А | Б |
|--------|---|---|--------|---|---|
| 1 | | | 16 | | |
| 2 | | | 17 | | |
| 3 | | | 18 | | |

| | | | | | |
|----|--|--|----|--|--|
| 4 | | | 19 | | |
| 5 | | | 20 | | |
| 6 | | | 21 | | |
| 7 | | | 22 | | |
| 8 | | | 23 | | |
| 9 | | | 24 | | |
| 10 | | | 25 | | |
| 11 | | | 26 | | |
| 12 | | | 27 | | |
| 13 | | | 28 | | |
| 14 | | | 29 | | |
| 15 | | | 30 | | |

Обробка

Кількість балів, набраних індивідом за кожною шкалою, дає уявлення про вираженість у нього тенденції до прояву відповідних форм поведінки в конфліктних ситуаціях.

Інтерпретація

Способи регулювання конфліктів

- 1) змагання (конкуренція / суперництво)** - прагнення до відстоювання своїх інтересів на шкоду іншому;
- 2) пристосування** - принесення в жертву власних інтересів заради іншого;
- 3) компроміс** - поступка у відповідь на поступку;
- 4) уникнення** - відсутність прагнення як до кооперації, так і до досягнення власних цілей;
- 5) співпраця** - учасники ситуації приходять до альтернативи, яка повністю задовольняє інтереси обох сторін.

Додаток В

Методика самооцінки психічних станів за Г. Айзенком

Інструкція: Вам буде запропоновано серію тверджень, кожне з яких ви оцінюєте, вибираючи одну з чотирьох можливих відповідей: «Підходить», «Не дуже підходить», «Не підходить». Ваш вибір слід позначити знаком «+» у відповідній категорії.

| № з/п | Психічні стани | Підхо дить | Не ду же під ход ить | Не підхо дить |
|-------|--|---------------|-------------------------------------|---------------------|
| | | 2 | 1 | 0 |
| 1 | Не відчуваю у собі впевненості | | | |
| 2 | Часто червонію без причини | | | |
| 3 | Мій сон мене непокоїть | | | |
| 4 | Легко починаю нудьгувати | | | |
| 5 | Непокоюся через неприємності, які є тільки в уяві | | | |
| 6 | Мене лякають труднощі | | | |
| 7 | Люблю аналізувати свої недоліки | | | |
| 8 | Мене легко переконати | | | |
| 9 | Я підозріливий | | | |
| 10 | Важко перенешу час очікування | | | |
| 11 | Нерідко мені здаються безвихідними ситуації, із яких можна знайти вихід | | | |
| 12 | Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом | | | |
| 13 | У неприємних ситуаціях я схильний без поважних причин звинувачувати себе | | | |
| 14 | Нещастя та невдачі нічому мене не вчать | | | |
| 15 | Я часто відмовляюся від боротьби, вважаю її даремною | | | |
| 16 | Я часто почуваю себе беззахисним | | | |
| 17 | Іноді у мене буває стан відчаю | | | |
| 18 | Відчуваю розгубленість перед труднощами | | | |
| 19 | У важкі хвилини життя іноді поведжуся як дитина, хочу, щоб мене пожаліли | | | |
| 20 | Вважаю недоліки свого характеру невинними | | | |
| 21 | Залишаю за собою право вирішального голосу | | | |
| 22 | Часто при розмові перебиваю співрозмовника | | | |
| 23 | Мене легко розсердити | | | |
| 24 | Люблю робити зауваження іншим | | | |
| 25 | Хочу бути авторитетом для оточення | | | |
| 26 | Не задовольняюсь малим, хочу більшого | | | |
| 27 | Коли розгніваюсь, погано себе стримую | | | |
| 28 | Більше люблю керувати, ніж підкорятися | | | |
| 29 | У мене різка, грубувата жестикуляція | | | |
| 30 | Я злопам'ятний | | | |
| 31 | Мені важко змінювати звички | | | |
| 32 | Нелегко переключати увагу | | | |
| 33 | З обережністю ставлюся до всього нового | | | |
| 34 | Мене важко переконати | | | |
| 35 | Нерідко у мене з голови не виходять думки, яких потрібно позбутися | | | |
| 36 | Нелегко зближуюся з людьми | | | |

| | | | | |
|----|---|--|--|--|
| 37 | Мене розчаровує навіть незначні зміни плану | | | |
| 38 | Я проявляю впертість | | | |
| 39 | Неохоче йду на ризик | | | |
| 40 | Різко реагую на відхилення від прийнятого мною режиму | | | |

Методика оцінювання.

Підраховується кількість балів за кожно з чотирьох груп питань:

I - 1-10-те питання - **тривожність**;

II - 11-20-те питання - **фрустрація** (психологічний стан зростаючого емоційно-вольового напруження, що виникає в конфліктній ситуації);

III - 21-30-те питання - **агресивність**;

IV - 31-40-ве питання - **ригідність** (тенденція до збереження своїх стереотипів, способів мислення, нездатність змінити власну позицію).

Інтерпретація результатів.

Тривожність:

0-7 балів - низька тривожність;

8-14 балів - тривожність середня, допустимого рівня;

15-20 балів - висока тривожність.

Фрустрація:

0-7 балів - висока самооцінка, стійкість до невдач, ви не боїтеся труднощів;

8-14 балів - середній рівень самооцінки, має місце фрустрація;

15-20 балів - низька самооцінка, ви уникаєте труднощів, боїтеся невдач.

Агресивність:

0-7 балів - ви спокійні, стримані;

8-14 балів - середній рівень агресії;

15-20 балів - ви агресивні, нестримані, маєте труднощі в стосунках з людьми.

Ригідність:

0-7 балів - ригідності нема;

8-14 балів - середній рівень;

15-20 балів - сильно виражена ригідність, вам протипоказані зміна місця роботи, зміни в сім'ї.

За кожно відповідь

- «Вірно» ставимо 2 бали;
- за відповідь «Не зовсім вірно» - 1 бал;
- за відповідь «Невірно» - 0 балів.

Тест емоційного інтелекту (опитувальник EQ Н. Холла)

Інструкція: Перед Вами опитувальник для визначення рівня емоційного інтелекту. Він містить 30 тверджень, які стосуються ваших емоцій та способів їх сприйняття. Оцініть, наскільки воно характерне саме для Вас. Оберіть один із варіантів відповіді:

- Повністю згоден (+3)
- В основному згоден (+2)
- Частково згоден (+1)
- Частково не згоден (-1)
- В основному не згоден (-2)
- Повністю не згоден (-3)

Твердження:

1. Для мене як негативні, так і позитивні емоції служать джерелом знання про те, як чинити в житті.
2. Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я повинен змінити у своєму житті.
3. Я спокійний, коли відчуваю тиск з боку.
4. Я здатний спостерігати зміну своїх почуттів.
5. Коли необхідно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти відповідно до запитів життя.
6. Коли необхідно, я можу викликати у себе широкий спектр позитивних емоцій, таких як веселощі, радість, внутрішній підйом і гумор.
7. Я стежу за тим, як я себе почуваю.
8. Після того як щось засмутило мене, я можу легко впоратися зі своїми почуттями.
9. Я здатний вислуховувати проблеми інших людей.
10. Я не зациклююсь на негативних емоціях.
11. Я чутливий до емоційних потреб інших.
12. Я можу діяти на інших людей заспокійливо.
13. Я можу змусити себе знову і знову встати перед обличчям перешкоди.
14. Я намагаюся підходити до життєвих проблем творчо.
15. Я адекватно реагую на настрої, спонукання і бажання інших людей.
16. Я можу легко входити в стан спокою, готовності і зосередженості.
17. Коли дозволяє час, я звертаюся до своїх негативним почуттям і розбираюся, в чому проблема.
18. Я здатний швидко заспокоїтися після несподіваного засмучення.
19. Знання моїх справжніх почуттів важливо для підтримки «хорошої форми».
20. Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито.
21. Я можу добре розпізнавати емоції за виразом обличчя.
22. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли необхідно діяти.
23. Я добре вловлюю знаки у спілкуванні, які вказують на те, в чому інші потребують.
24. Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших.
25. Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще управляють своїм життям.
26. Я здатний поліпшити настрій інших людей.
27. Зі мною можна порадитися з питань відносин між людьми.
28. Я добре налаштовуюся на емоції інших людей.
29. Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.
30. Я можу легко відключитися від переживання неприємностей.

Шкала “емоційна обізнаність” – пункти 1, 2, 4, 17, 19, 25.

Шкала “управління своїми емоціями” – пункти 3, 7, 8, 10, 18, 30.

Шкала “самотивація” – пункти 5, 6, 13, 14, 16, 22.

Шкала “емпатія” – пункти 9, 11, 20, 21, 23, 28.

Шкала “розпізнавання емоцій інших людей” – пункти 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Рівні парціального емоційного інтелекту у відповідності зі знаком результатів: **14 і більше** - високий; **8-13** - середній; **7 і менш** - низький.

Інтегративний рівень емоційного інтелекту з урахуванням домінуючого знака визначається за такими кількісними показниками: **70 і більше** - високий; **40-69** - середній; **39 і менше** - низький.

Додаток Д

Узагальнені емпіричні дані респондентів

Таблиця Д.1

Таблиця зведених емпіричних даних за методикою №1 Басс-Даркі

| № | ФА | ВА | НА | НГ | ДР | СП | ОБ | ВП |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 52 | 65 | 48 | 58 | 62 | 38 | 35 | 66 |
| 2 | 68 | 72 | 55 | 65 | 68 | 45 | 42 | 70 |
| 3 | 38 | 58 | 42 | 52 | 55 | 32 | 30 | 62 |
| 4 | 35 | 52 | 38 | 48 | 50 | 28 | 25 | 58 |
| 5 | 32 | 48 | 35 | 45 | 48 | 25 | 22 | 55 |
| 6 | 35 | 50 | 38 | 48 | 52 | 28 | 25 | 58 |
| 7 | 30 | 45 | 32 | 42 | 45 | 22 | 20 | 52 |
| 8 | 28 | 42 | 30 | 40 | 42 | 20 | 18 | 50 |
| 9 | 45 | 62 | 50 | 60 | 65 | 35 | 32 | 68 |
| 10 | 62 | 75 | 58 | 68 | 72 | 48 | 45 | 72 |
| 11 | 48 | 65 | 52 | 62 | 68 | 40 | 38 | 70 |
| 12 | 42 | 58 | 45 | 55 | 60 | 35 | 32 | 65 |
| 13 | 40 | 55 | 42 | 52 | 58 | 32 | 30 | 62 |
| 14 | 38 | 52 | 40 | 50 | 55 | 30 | 28 | 60 |
| 15 | 42 | 58 | 45 | 55 | 60 | 35 | 32 | 65 |
| 16 | 30 | 45 | 32 | 42 | 45 | 22 | 20 | 52 |
| 17 | 28 | 42 | 30 | 40 | 42 | 20 | 18 | 50 |
| 18 | 58 | 70 | 55 | 65 | 70 | 45 | 42 | 72 |
| 19 | 50 | 65 | 52 | 62 | 68 | 42 | 40 | 70 |
| 20 | 28 | 42 | 30 | 40 | 42 | 20 | 18 | 50 |
| 21 | 45 | 60 | 48 | 58 | 62 | 38 | 35 | 68 |
| 22 | 68 | 78 | 62 | 72 | 75 | 52 | 48 | 75 |
| 23 | 35 | 50 | 38 | 48 | 52 | 28 | 25 | 58 |
| 24 | 32 | 48 | 35 | 45 | 48 | 25 | 22 | 55 |
| 25 | 52 | 68 | 55 | 65 | 70 | 42 | 40 | 72 |
| 26 | 48 | 62 | 50 | 60 | 65 | 38 | 35 | 68 |
| 27 | 30 | 45 | 32 | 42 | 45 | 22 | 20 | 52 |
| 28 | 58 | 72 | 58 | 68 | 72 | 48 | 45 | 74 |
| 29 | 55 | 70 | 55 | 65 | 70 | 45 | 42 | 72 |
| 30 | 52 | 68 | 52 | 62 | 68 | 42 | 40 | 70 |
| 31 | 35 | 50 | 38 | 48 | 52 | 28 | 25 | 58 |
| 32 | 65 | 75 | 60 | 70 | 74 | 50 | 48 | 75 |
| 33 | 48 | 62 | 50 | 60 | 65 | 38 | 35 | 68 |

| | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 34 | 38 | 52 | 40 | 50 | 55 | 30 | 28 | 60 |
| 35 | 42 | 58 | 45 | 55 | 60 | 35 | 32 | 65 |
| 36 | 32 | 48 | 35 | 45 | 48 | 25 | 22 | 55 |
| 37 | 60 | 72 | 58 | 68 | 72 | 48 | 45 | 74 |
| 38 | 50 | 65 | 52 | 62 | 68 | 42 | 40 | 70 |
| 39 | 45 | 60 | 48 | 58 | 62 | 38 | 35 | 68 |
| 40 | 38 | 52 | 40 | 50 | 55 | 30 | 28 | 60 |
| 41 | 45 | 60 | 48 | 58 | 62 | 38 | 35 | 68 |
| 42 | 68 | 78 | 62 | 72 | 75 | 52 | 48 | 75 |
| 43 | 35 | 50 | 38 | 48 | 52 | 28 | 25 | 58 |
| 44 | 32 | 48 | 35 | 45 | 48 | 25 | 22 | 55 |
| 45 | 52 | 68 | 55 | 65 | 70 | 42 | 40 | 72 |
| 46 | 48 | 62 | 50 | 60 | 65 | 38 | 35 | 68 |
| 47 | 30 | 45 | 32 | 42 | 45 | 22 | 20 | 52 |
| 48 | 58 | 72 | 58 | 68 | 72 | 48 | 45 | 74 |
| 49 | 55 | 70 | 55 | 65 | 70 | 45 | 42 | 72 |
| 50 | 52 | 68 | 52 | 62 | 68 | 42 | 40 | 70 |

Таблиця Д.2

Таблиця зведених емпіричних даних за методикою №2 Томаса

| № | конфронтація | співпраця | компроміс | уникнення | приспосування |
|----|--------------|-----------|-----------|-----------|---------------|
| 1 | 10 | 6 | 9 | 6 | 0 |
| 2 | 11 | 6 | 6 | 5 | 1 |
| 3 | 3 | 8 | 9 | 6 | 5 |
| 4 | 2 | 8 | 6 | 9 | 6 |
| 5 | 2 | 7 | 6 | 7 | 9 |
| 6 | 3 | 7 | 7 | 7 | 7 |
| 7 | 2 | 9 | 6 | 8 | 6 |
| 8 | 1 | 5 | 7 | 9 | 9 |
| 9 | 5 | 6 | 9 | 7 | 4 |
| 10 | 10 | 7 | 4 | 5 | 5 |
| 11 | 6 | 7 | 7 | 5 | 6 |
| 12 | 4 | 7 | 10 | 8 | 2 |
| 13 | 4 | 8 | 8 | 5 | 4 |
| 14 | 4 | 5 | 8 | 9 | 5 |
| 15 | 4 | 6 | 11 | 8 | 2 |
| 16 | 1 | 8 | 8 | 6 | 6 |
| 17 | 1 | 6 | 8 | 8 | 8 |
| 18 | 8 | 9 | 6 | 5 | 1 |
| 19 | 6 | 6 | 9 | 7 | 3 |
| 20 | 1 | 6 | 10 | 6 | 8 |
| 21 | 2 | 8 | 6 | 10 | 5 |
| 22 | 1 | 4 | 9 | 10 | 7 |

| | | | | | |
|----|---|---|----|----|----|
| 23 | 5 | 8 | 5 | 6 | 7 |
| 24 | 1 | 4 | 6 | 9 | 11 |
| 25 | 5 | 6 | 9 | 9 | 2 |
| 26 | 3 | 4 | 11 | 9 | 4 |
| 27 | 6 | 7 | 11 | 4 | 3 |
| 28 | 1 | 4 | 8 | 10 | 8 |
| 29 | 8 | 5 | 8 | 4 | 6 |
| 30 | 1 | 6 | 9 | 10 | 5 |
| 31 | 3 | 5 | 8 | 6 | 7 |
| 32 | 6 | 8 | 9 | 6 | 2 |
| 33 | 3 | 8 | 7 | 6 | 7 |
| 34 | 6 | 8 | 6 | 7 | 3 |
| 35 | 4 | 7 | 11 | 8 | 1 |
| 36 | 3 | 8 | 5 | 7 | 6 |
| 37 | 2 | 6 | 8 | 9 | 6 |
| 38 | 1 | 8 | 8 | 7 | 7 |
| 39 | 6 | 5 | 2 | 6 | 10 |
| 40 | 4 | 6 | 9 | 6 | 6 |
| 41 | 2 | 8 | 6 | 10 | 5 |
| 42 | 1 | 4 | 9 | 10 | 7 |
| 43 | 5 | 8 | 5 | 6 | 7 |
| 44 | 1 | 4 | 6 | 9 | 11 |
| 45 | 5 | 6 | 9 | 9 | 2 |
| 46 | 3 | 4 | 11 | 9 | 4 |
| 47 | 6 | 7 | 11 | 4 | 3 |
| 48 | 1 | 4 | 8 | 10 | 8 |
| 49 | 8 | 5 | 8 | 4 | 6 |
| 50 | 1 | 6 | 9 | 10 | 5 |

Таблиця Д.3

Результати діагностування за методикою №3 Айзенка

| № | Тривожність | Фрустрація | Агресивність | Ригідність |
|----|-------------|------------|--------------|------------|
| 1 | 8 | 8 | 9 | 10 |
| 2 | 15 | 12 | 16 | 14 |
| 3 | 6 | 6 | 8 | 9 |
| 4 | 5 | 4 | 8 | 8 |
| 5 | 3 | 2 | 6 | 8 |
| 6 | 5 | 5 | 10 | 10 |
| 7 | 3 | 0 | 3 | 5 |
| 8 | 3 | 2 | 3 | 7 |
| 9 | 8 | 5 | 11 | 10 |
| 10 | 15 | 9 | 10 | 8 |
| 11 | 8 | 4 | 13 | 9 |
| 12 | 6 | 6 | 13 | 8 |
| 13 | 6 | 0 | 10 | 6 |

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 14 | 5 | 2 | 11 | 6 |
| 15 | 8 | 4 | 13 | 9 |
| 16 | 3 | 0 | 3 | 5 |
| 17 | 3 | 2 | 3 | 7 |
| 18 | 11 | 9 | 9 | 13 |
| 19 | 9 | 10 | 14 | 10 |
| 20 | 3 | 0 | 3 | 5 |
| 21 | 8 | 5 | 11 | 10 |
| 22 | 15 | 12 | 16 | 14 |
| 23 | 5 | 5 | 10 | 10 |
| 24 | 3 | 2 | 6 | 8 |
| 25 | 9 | 10 | 14 | 10 |
| 26 | 8 | 5 | 11 | 10 |
| 27 | 3 | 0 | 3 | 5 |
| 28 | 11 | 9 | 9 | 13 |
| 29 | 9 | 10 | 14 | 10 |
| 30 | 8 | 8 | 9 | 10 |
| 31 | 5 | 5 | 10 | 10 |
| 32 | 15 | 9 | 10 | 8 |
| 33 | 8 | 5 | 11 | 10 |
| 34 | 5 | 2 | 11 | 6 |
| 35 | 8 | 4 | 13 | 9 |
| 36 | 3 | 2 | 6 | 8 |
| 37 | 11 | 9 | 9 | 13 |
| 38 | 9 | 10 | 14 | 10 |
| 39 | 8 | 5 | 11 | 10 |
| 40 | 5 | 2 | 11 | 6 |
| 41 | 8 | 5 | 11 | 10 |
| 42 | 15 | 12 | 16 | 14 |
| 43 | 5 | 5 | 10 | 10 |
| 44 | 3 | 2 | 6 | 8 |
| 45 | 9 | 10 | 14 | 10 |
| 46 | 8 | 5 | 11 | 10 |
| 47 | 3 | 0 | 3 | 5 |
| 48 | 11 | 9 | 9 | 13 |
| 49 | 9 | 10 | 14 | 10 |
| 50 | 8 | 8 | 9 | 10 |

Таблиця Д.4

Таблиця зведених емпіричних даних за методикою №4 Холла

| № | Інтегративний рівень ЕІ | Парціальний рівень ЕІ |
|---|-------------------------|-----------------------|
|---|-------------------------|-----------------------|

| | | |
|----|----|----|
| 1 | 42 | 10 |
| 2 | 17 | 7 |
| 3 | 48 | 12 |
| 4 | 59 | 14 |
| 5 | 68 | 17 |
| 6 | 60 | 15 |
| 7 | 74 | 17 |
| 8 | 76 | 18 |
| 9 | 48 | 12 |
| 10 | 29 | 8 |
| 11 | 42 | 10 |
| 12 | 55 | 14 |
| 13 | 59 | 14 |
| 14 | 62 | 15 |
| 15 | 55 | 14 |
| 16 | 74 | 17 |
| 17 | 76 | 18 |
| 18 | 29 | 8 |
| 19 | 42 | 10 |
| 20 | 76 | 18 |
| 21 | 48 | 12 |
| 22 | 14 | 5 |
| 23 | 59 | 14 |
| 24 | 68 | 17 |
| 25 | 42 | 10 |
| 26 | 48 | 12 |
| 27 | 74 | 17 |
| 28 | 29 | 8 |
| 29 | 33 | 9 |
| 30 | 42 | 10 |
| 31 | 60 | 15 |
| 32 | 17 | 7 |
| 33 | 48 | 12 |
| 34 | 62 | 15 |
| 35 | 55 | 14 |
| 36 | 68 | 17 |
| 37 | 29 | 8 |
| 38 | 42 | 10 |
| 39 | 48 | 12 |
| 40 | 62 | 15 |
| 41 | 48 | 12 |
| 42 | 14 | 5 |
| 43 | 60 | 15 |
| 44 | 68 | 17 |
| 45 | 33 | 9 |
| 46 | 48 | 12 |
| 47 | 74 | 17 |
| 48 | 29 | 8 |
| 49 | 33 | 9 |

| | | |
|----|----|----|
| 50 | 42 | 10 |
|----|----|----|

Додаток Е

Таблиці кореляції за шкалами психодіагностичних методик

Таблиця Е.1

Методика №1 Агресивність та Методики №2 Поведінка в конфлікті та №3 Психічні стани

| Кореляції | | | | | | | | | | |
|---------------|-------------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|----------------------|--------------------------|------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|
| | | М2_Кон фронтац ія | М2_С півпра ця | М2_Ко мпромі с | М2_Ун икненн я | М2_При стосуван ня | М3_Тр ивожніс ть | М3_Ф рустра ція | М3_Агр есивніс ть | М3_Р игідні сть |
| М1 _Ф а | Корреляція Пирсона | 0,32 | -0,26 | 0,07 | 0,13 | -0,32 | 0,97 | 0,9 | 0,71 | 0,77 |
| | Знач.(односторон ня) | 0,01 | 0,03 | 0,31 | 0,18 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
| М1 _В а | Корреляція Пирсона | 0,29 | -0,25 | 0,09 | 0,16 | -0,31 | 0,95 | 0,91 | 0,73 | 0,77 |
| | Знач. (одностороння) | 0,02 | 0,04 | 0,26 | 0,13 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
| М1 _Н а | Корреляція Пирсона | 0,26 | -0,26 | 0,09 | 0,19 | -0,3 | 0,94 | 0,89 | 0,76 | 0,77 |
| | Знач. (одностороння) | 0,03 | 0,03 | 0,26 | 0,1 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
| М1 _Н г | Корреляція Пирсона | 0,26 | -0,26 | 0,09 | 0,19 | -0,3 | 0,94 | 0,89 | 0,76 | 0,77 |
| | Знач. (одностороння) | 0,03 | 0,03 | 0,26 | 0,1 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
| М1 _Д р | Корреляція Пирсона | 0,27 | -0,24 | 0,11 | 0,17 | -0,32 | 0,91 | 0,87 | 0,78 | 0,75 |
| | Знач. (одностороння) | 0,03 | 0,05 | 0,22 | 0,12 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
| М1 _С п | Корреляція Пирсона | 0,26 | -0,26 | 0,07 | 0,18 | -0,28 | 0,94 | 0,9 | 0,75 | 0,78 |
| | Знач. (одностороння) | 0,04 | 0,04 | 0,31 | 0,1 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
| М1 _О б | Корреляція Пирсона | 0,26 | -0,24 | 0,09 | 0,17 | -0,3 | 0,94 | 0,89 | 0,74 | 0,75 |

| | | | | | | | | | | |
|------------------------------|-----------------------|------|-------|-------|------|-------|------|------|------|----|
| МЗ Р игі дні сть | Корреляція Пирсона | 0,06 | -0,35 | -0,08 | 0,31 | -0,04 | 0,74 | 0,84 | 0,63 | 1 |
| | Знач. (односторонн | 0,33 | 0,01 | 0,29 | 0,01 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | |
| | N | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |

Таблиця Е.2

Методики №1 Агресивність та №4 Емоційний інтелект

| | | М4_Інтегративний_рівень | М4_Парціальний_рівень |
|-------------------------|----------------------|-------------------------|-----------------------|
| М1_Фа | Корреляція Пирсона | -,670 | -,580 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 |
| М1_Ва | Корреляція Пирсона | -,702 | -,601 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 |
| М1_На | Корреляція Пирсона | -,672 | -,574 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 |
| М1_Нг | Корреляція Пирсона | -,672 | -,574 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 |
| М1_Др | Корреляція Пирсона | -,661 | -,572 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 |
| М1_Сп | Корреляція Пирсона | -,709 | -,599 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 |
| М1_Об | Корреляція Пирсона | -,711 | -,590 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 |
| М1_Вп | Корреляція Пирсона | -,665 | -,575 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | ,000 |
| | N | 50 | 50 |
| М4_Інтегративний_рівень | Корреляція Пирсона | 1 | ,468 |
| | Знач. (одностороння) | | ,000 |
| | N | 50 | 50 |

| | | | |
|-----------------------|----------------------|------|----|
| M4_Парціальний_рівень | Корреляція Пірсона | ,468 | 1 |
| | Знач. (одностороння) | ,000 | |
| | N | 50 | 50 |