

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАРІУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

До захисту допустити:
В.о. завідувача кафедри



Олена БЛАШКОВА

«09» травня 2025 р..

**«ПРИЧИНИ ТА ФОРМИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ У
ПРИФРОНТОВОМУ МІСТІ(на прикладі м. Павлоград
Дніпропетровської області)»**

Кваліфікаційна робота здобувачки
вищої освіти першого

(бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми

«Соціальна робота»

Лукашевої Владислави Ігорівни

Науковий керівник:

Зубченко Олександр Сергійович, С канд.соц. наук,
доцент кафедри філософії та соціології

Рецензент:

Щербина Сергій Степанович, кандидат
соціологічних наук, доцент, в. о. завідувача
кафедри «Соціальна робота» Національного
університету «Запорізька політехніка

Кваліфікаційна робота захищена
з оцінкою 92/А/відмінно

Секретар ЕК



Ольга РЕБРО

«09» червня 2025р.

Київ – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. АГРЕСВНА ПОВЕДІНКА ПІДЛІТКІВ.....	9
1.1. Поняття, сутність та чинники агресивної поведінки підлітків.....	9
1.2. Форми агресивної поведінки підлітків.....	22
1.3. Агресивна поведінка в контексті соціально-гуманітарних наук.....	29
Висновки до першого розділу.....	38
РОЗДІЛ 2. АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ПРИФРОНТОВОГО МІСТА ПАВЛОГРАД.....	40
2.1. Соціальні проблеми міста Павлоград.....	40
2.2. Конфлікти, агресія та мікросередовище підлітків у прифронтовому місті (за результатами емпіричного дослідження).....	47
2.3. Практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивності та конфліктності у підлітковому середовищі за часів війни.....	70
Висновки до другого розділу.....	80
ВИСНОВКИ.....	82
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	86

ВСТУП

Актуальність – актуальність дослідження агресивної поведінки підлітків набуває особливої уваги, а тим паче в умовах повномасштабного вторгнення. З боку педагогів, психологів та соціальних працівників проблема агресивності та агресії, які посилюється через зміни, які спричинені стресовими факторами, вимагає особливої уваги. В підлітковий період формуються основні особистісні риси та взаємодії зі світом, тому дослідження агресивної поведінки підлітків є головним для розуміння соціальних процесів.

В місті Павлоград Дніпропетровської області, як і в усій країні, тривають військові дії, вони в свою чергу призводять до постійної загрози та вимушеному переселенню населення і це створюю складне й унікальне середовище для розвитку підлітків. Життя в прифронтовій зоні – складне, навіть, якщо відсутні постійні обстріли, воно є центром стресу, тривоги та підвищеної напруги, що впливає на психіку та психологічний стан молоді. Підлітки в таких умовах стискаються з викликами, які не відповідають їхньому віку, і змушують їх подорослішати швидше, й це часто призводить до загостренню емоційних реакцій та підвищення рівня агресивності. Це може проявлятися у конфліктах в школі, в адаптації внутрішньо переміщених особах й загострювати проблеми, які все давно існують, які в свою чергу посилюватимуться повномасштабним вторгненням.

Динаміка взаємодій впливає на посилення агресивних проявів або, навпаки спираючи зменшення напруги, потенційно відбуваються через інтеграцію підлітків, які прибувають до нових громад. Отже, актуальність даного дослідження спричинена необхідністю розробки програм соціальної підтримки, а також для розробки практичних рекомендацій щодо її профілактики та корекції.

Об’єкт – агресивна поведінка підлітків.

Предмет – причини та форми агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті.

Ступінь її вивченості в спеціальній науковій літературі: Феномен агресивної поведінки є об'єктом багатьох наукових досліджень. Під час аналізу та написання теоретичної частини ми спиралися на роботи іноземних та українських науковців та науковиць, а саме:

1.Теорія Бандури. Спостерігаючи агресивну поведінку дорослих, підлітки можуть наслідувати її. Також споживання медіа де нормалізується насильство та досягнення мети за допомогою агресивних та насильницьких методів.

2.Теорія Хорні. Війна є чинником, який спричиняє високий рівень тривоги та незахищеності у підлітків, це відповідає концепції «базової тривоги». В умовах хаосу та невизначеності, можуть з'являтися невротичні потреби, а саме прагнення до влади та контролю. Так як зараз популярні соціальні мережі, а в них завжди транслюється ідеальна картинка та успішний успіх, а це сприяє відмінності реального «Я» від ідеального.

3.Теорія Берковіца. Фрустрація, спричинена обмеженням свободи, втратою близьких та невизначеністю майбутнього, є факторами, які впливають на агресивну поведінку підлітків.

4. Еріх Фромм. Він пояснював агресивну поведінку підлітків, як явище, яке пов'язано з соціальним середовищем та якістю емоційних зв'язків.

Також дану проблему вивчали українські науковці а саме: С. Максименко він ґрунтовно досліджував психологію виховання та розвитку, Г. Силович вивчав взаємодії особистості з навколишнім середовищем, В. Москалець вивчав сутність агресивних проявів у сучасному українському суспільстві.

Але незважаючи на такий великий та значний внесок даних науковців і науковиць, контекст агресивної поведінки підлітків у прифронтових містах є погано вивченою. І це дану проблему робить ще більш актуальною.

Мета – дослідити причини та форми агресивної поведінки підлітків в контексті прифронтового міста.

Завдання:

- 1.Визначити поняття, суть та чинники агресивної поведінки підлітків.
- 2.Виявити форми агресивної поведінки підлітків.
- 3.Дослідити агресивну поведінку в контексті соціально-гуманітарних наук.
- 4.Дати загальну характеристику соціальним проблемам міста Павлоград в контексті агресивної поведінки підлітків.
- 5.Емпірично вивчити причини, форми та чинники агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті.
6. Написати практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивності та конфліктності у підлітковому середовищі за часів війни

Гіпотези дослідження

- 1.Основна гіпотеза. Агресивна поведінка підлітків у прифронтовому місті зумовлюється станом фрустрації та порушенням соціальних зв'язків на міжособистісному та груповому рівнях.
- 2.Додаткова гіпотеза. На рівень фрустраційних проявів підлітків суттєво впливають соціально-територіальні чинники.

Характеристика методології дослідження:

Діалектичні методи:

- 1.Методи діалектичні де агресивна поведінка розглядається як динамічний процес що змінюється залежно від суспільно політичного та історичного контексту на який впливає багато соціальних чинників, зокрема повномасштабне вторгнення.

Загально наукові методи:

- 1.Індукція використовувалась для узагальнення емпіричних даних щодо проявів агресії та для формулювання загальних висновків.
- 2.Дедукція використовувалась для перевірки теоретичних гіпотез та застосовували для загальних положень в конкретних ситуаціях.
- 3.Аналіз використовувався для розбору явища агресивної поведінки на частини.

4.Синтез використовували для об'єднання отриманих даних в повну картину та для формування всебічного розуміння проблеми.

5.Історичний метод для аналізу розвитку наукових поглядів на агресивну поведінку й для відстеження змін її сприйняття у суспільстві.

6.Логічний метод використовувався для створення логічної структури викладення матеріалу, для чітких визначень, обґрунтування висновків та класифікацій, виявлення причинно-наслідкових зв'язків.

Емпіричні методи:

1.Використання методу опитування шляхом анкетування за місцем навчання підлітків.

В умовах повномасштабного вторгнення суспільство починає трансформувати ставлення до агресивної поведінки. Зростає толерантне ставлення до деяких форм агресії, які є відповіддю на загрозу та несправедливість. Але в той же час до деструктивних форм агресії призводить посилення рівня напруги та травматичного досвіду. Через виникнення потреби розрізняти різні прояви агресії й адекватно та правильно на них реагувати, створює додаткові виклики для соціальних працівників та інших галузей, які працюють з молоддю.

Практичне значення отриманих результатів – отримані результати можуть стати корисними у роботі педагогів, психологів, соціальних працівників та стати основою для розробки практичних рекомендацій та профілактичних програм, які будуть спрямовані на зменшення агресії, негативних наслідків агресивної поведінки та на покращення психологічного благополуччя підлітків.

Особистий внесок автора – У даній кваліфікаційній роботі усі теоретичні положення, методичні розробки, результати емпіричного дослідження та висновки є результатом самостійної роботи здобувачки. Особистий внесок полягає у самостійній розробці структури дослідження, проведення аналізу наукової літератури, організація та проведення

емпіричного дослідження, обробці та інтерпретації отриманих даних, а також формулюванні основних висновків та рекомендацій.

Апробації – Міжнародна науково-практична конференція «Прогромадський вектор університетської освіти у викликах сьогодення», відбулася 24 квітня 2025 року на базі Маріупольського державного університету.

Публікації – ПРОГРОМАДСЬКИЙ ВЕКТОР УНІВЕРСИТЕТСЬКОЇ ОСВІТИ У ВИКЛИКАХ СЬОГОДЕННЯ. Програма Міжнародної науково-практичної конференції. Тема: Емоційний шантаж, як психологічна форма агресивної поведінки підлітків. Авторка: Лукашева Владислава Ігорівна (здобувачка вищої освіти). Розділ 5. Психологічна підтримка різних верств населення в контексті взаємодії університету й громади. Дата подання/проведення конференції: 24.04.2025.

РОЗДІЛ 1. АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА ПІДЛІТКІВ

1.1.Поняття, сутність та чинники агресивної поведінки

Агресивна поведінка підлітків є серйозною проблемою сучасного суспільства, яка потребує вивчення для зменшення цього явища. Більш глибоке розуміння цієї проблеми стане ключовим для того щоб розробити ефективні стратегії профілактики та корекції.

Агресія, як зазначають науковці, часто стає основною причиною проблем у міжособистісних стосунках. Ця проблема має глобальний характер та активно обговорюється в наукових колах, де підкреслюється, що агресивна поведінка «молодшає». Високий рівень агресії серед підлітків є серйозною проблемою не тільки для психологів та педагогів, які намагаються вирішити цю проблему та знайти її корені, а й для всього суспільства.

Агресивні прояви в школах є однією з актуальних соціальних проблем, ці прояви характеризуються зростанням випадків фізичного та емоційного насильства. Непокоїть той факт, що збільшення агресії спрямована проти особистості, що тягне за собою тяжкі наслідки, як для агресора, так і для його жертви [25, с. 18-19].

Агресія – це поведінкова реакція, спрямована на завдання шкоди або заподіяння болю іншій людині або об'єкту. Агресія може бути як фізичною, так і вербальною, і вона може мати різні форми, включаючи насильство, різні загрози, інтимне партнерське насильство, булінг та інші. Агресія є складним явищем, яке може бути спричинене шкідливими факторами, такими як біологічні, соціальні, емоційні та культурні фактори [5, с. 6,9,11,12]. Агресія – це прояв індивідуальної чи колективної поведінки, спрямованої на нанесення психічної чи фізичної шкоди інших [14, с. 295].

Агресивність – це внутрішня психологічна характеристика особистості, яка вказує на індивідуальні тенденції особистості виявляти агресію у своєму поведінковому спектрі. Вона може бути обумовлена генетичними чинниками, вихованням, соціальним середовищем тощо. Агресивність часто є фактором впливу на прояви агресії [54]. Агресивність – це певний рівень тенденції до

виявлення агресії у людини, який може проявлятися як психологічні або фізичні дії, спрямовані на заподіяння шкоди іншим. Агресивність – одна з природжених установок, що корениться в садистичній фазі лібідо [5, с. 6,9,11,12].

Агресивна поведінка – це завжди цілісний акт, що потребує прояву цілісності на рівні всієї людини. Виходячи з цього, природа агресивних форм поведінки міститься не в окремих психологічних утвореннях, якостях або властивостях, а в межах єдиної структурно організованої та цілісної системи людини. Людину, що демонструє стійку агресивну поведінку, повинні відрізняти специфічний набір установок та ціннісних орієнтацій, специфічна структура її самосвідомості [5, с. 6,9,11,12].

Агресивність у підлітків – це поширена проблема, яка викликає серйозне занепокоєння як у батьків, так і в педагогів, психологів та суспільства в цілому. Її прояви можуть бути різними: від фізичної агресії (удари, штовхання, псування речей) до вербальної (образи, погрози) та емоційної (гнів, образа). Агресивні прояви у підлітків – це різновид поведінкових порушень, що характеризуються особливостями взаємодії дитини з дорослими та однолітками. До причин такої поведінки належать як медичні (деякі соматичні захворювання, патології головного мозку, травми), так і психосоціальні фактори (відсутність базової довіри до світу, почуття страху та фрустрації, некомфортний стан у поточній ситуації) [73, с. 212].

Підлітковий вік – це період в житті, пов'язаний зі статевим дозріванням та формуванням гендерної ідентичності, а також зі значними змінами в емоційній сфері та особистісному розвитку. Цей період характеризується нестабільністю та швидкими змінами настрою, а також бажанням стати незалежним та самостійним [5, с. 6,9,11,12]. У підлітковий період підлітки починають переоцінювати свою роль у суспільстві й сім'ї. Загалом ці фактори можуть призвести до спалахів агресії у підлітка, і при цьому він, найімовірніше, не знає, як упоратися зі складними емоціями [58].

Божович у своїх працях зазначала, що ґрунтування агресивної поведінки формується на певних мотивах та потребах, які зумовлюються активністю людини. Через те що потреби підлітка не задовольняється, зростає напруження, зберігається спрямованість та зміст, який визначає оптимальний рівень мотивації. Якщо необхідний об'єкт, можливість або наявність перешкод для задоволення потреб відсутні, то це призводить до додаткового емоційного напруження, наприклад, страху, гніву, агресія та тривожності [80].

Причинами агресивної поведінки часто виступають такі негативні емоції, як злість, гнів, роздратування. Її також можуть спровокувати відчуття психічного або фізичного дискомфорту, стрес, фрустрація. У деяких випадках агресія використовується як інструмент для досягнення певних цілей, наприклад підвищення власного статусу та самоствердження.

Пригнічування та заборона на проявлення та відчування таких емоцій, як гнів, роздратування, образа може призвести до їх накопичення, яке з часом може вилитися в агресивну поведінку. Однією з причин агресії у підлітків є невиражені та придушені емоції гніву, злості й образи. Іноді агресивна поведінка підлітка може бути викликана прагненням захистити себе психологічно. Це трапляється, коли підліток відчуває дискомфорт у сім'ї, наприклад через неприйняття з боку батьків. У такому разі агресія стає лише проявом (симптомом) глибшої проблеми – відсутності базової довіри до світу [73, с. 212].

Агресія не завжди спрямована на завдання шкоди [42]. Агресивну поведінку можна спостерігати у ситуаціях, коли потрібно захистити власні інтереси та відстояти власні переваги [25, с. 18-19].

З початком збройного конфлікту на сході України та потім повномасштабного вторгнення росії в Україну, українці кожного дня відчувають і переживають наслідки найрізноманітніших форм російської агресії: підвищення рівня напруженості, роздратування, страху, гніву тощо. Перелічені стани можуть стати чинниками агресивної поведінки, виникнення конфліктних ситуацій в сім'ї та в соціальному оточенні.

На третьому році повномасштабної війни все населення України знаходиться в хронічному стресі. Особливо негативно це позначається на особах юнацького віку, оскільки цей вік є сензитивним для якісного переосмислення системи життєвих цінностей, пошуку сенсу життя, особистісної та професійної самореалізації, усвідомлення власної суб'єктності, особистісної ідентичності (Его-ідентичності). Умови війни породжують ситуації фрустрації та позбавляють їх вільного життєвого вибору, відчуття власної автономності, окремих життєвих сенсів. А як відомо фрустрація, кризи та стрес є умовами зростання тривожності, актуалізації непродуктивних форм емпатії, агресивності та агресивної поведінки [14].

Тривалий вплив хронічного стресу на юнацький вік в умовах повномасштабної війни створює надзвичайно складний психологічний ландшафт. Цей період, який зазвичай є часом формування ідентичності та пошуку сенсу, перетворюється на випробування, що може мати довготривалі наслідки для психічного здоров'я молоді.

Агресивністю підлітки ніби кличуть на допомогу, намагаючись звернути увагу на ті емоції, з якими самі не можуть впоратися. Підлітку може здаватися, що агресія – це єдиний спосіб проявити свою силу та вижити. Важливо зазначити, що оточення, яке не приймає підлітка таким, яким він є, не любить його безумовно і у якому підліток емоційно відчуває дискомфорт, провокує агресивну поведінку [73, с. 212].

Проблематика агресивної поведінки – складна, і причиною її виникнення є наслідок взаємозв'язків різних соціальних та індивідуальних чинників.

Соціальні чинники, які впливають на агресивну поведінку підлітків:

1.Родине виховання:

Сім'я є одним з головних чинників, які впливають на дітей та підлітків. Сім'я безпосередньо своїми методами виховання впливає на те, як діти та підлітки будуть ставитися до себе та інших. Негативний вплив батьків впливає на агресивну поведінку підлітків. Відсутність емоційного зв'язку та

підтримки, може призвести до агресивної поведінки. Атмосфера, що панує в домі, має величезний вплив на розвиток дитини. Якщо атмосфера вдома наповнена дружелюбністю, взаємною любов'ю та злагодою, дитина одержує правильний зразок поведінки, а порушення в сім'ї міжособистісних відносин може призвести до формування небажаної поведінки. Дитина, яка росте в домі, повному сварок і скандалів, через якийсь час і сама починає проявляти агресивну поведінку [2]. Батьки самі часто моделюють агресивну поведінку. Діти, яких багаторазово карають, зрештою стають агресивними. Поєднання несприятливих біологічних, психологічних, сімейних та інших соціальних і психологічних чинників спотворює весь спосіб життя підлітка. Для нього характерні порушені емоційні стосунки з оточуючими [17, с. 12-14].

2.Тиск з боку однолітків:

Підлітки прагнуть прийняття в колі однолітків. Вони хочуть стати частиною групи. Якщо цього не відбувається, підліток переживає емоційні страждання та гнів, які, своєю чергою, призводять до агресивної поведінки [53, 56].

Варто акцентувати увагу на тому, що підлітки отримують відомості про агресію й зі спілкування з однолітками, тобто соціальне середовище ровесників теж може бути вагомою причиною розвитку агресивної поведінки у підлітковому віці. Підлітки вчать вести себе агресивно, спостерігаючи за поведінкою своїх ровесників чи однокласників [59, с. 127].

3.Шкільне середовище:

Через відчуття незахищеності, ізольованості або через цькування в школі може призвести до накопичення негативних емоцій. А це все призводить до агресивної поведінки, а вона часто є сигналом того, що підліток переживає серйозні проблеми, з якими сам не в змозі впоратися.

Через агресію підлітки можуть намагатися захистити себе від відчуття вразливості, а також через таку поведінку намагаються привернути на себе увагу і показати, що в їхньому житті відбувається щось, що приносить їм проблеми, і таким чином кличуть на допомогу [42].

4.Повномаштабне вторгнення як чинник агресивної поведінки підлітків:

Негативні чинники війни, що впливають на підлітків, такі як: відсутність базових ресурсів (житло, вода, їжа, освіта, охорона здоров'я, відсутність відчуття безпеки (може бути через перебування в окупації) тощо); розрив сімейних стосунків (через втрату, розлуку або переміщення розкрити); стигматизація і дискримінація (через місце народження, статус ВПО тощо), (мають значний вплив на ідентичність); песимістичний погляд на життя (постійне відчуття втрати та горя, нездатність уявити світле майбутнє) [27, с. 106-107, 80].

Постійні обстріли, вибухи, втрата близьких, друзів, вимушений переїзд можуть призвести до розвитку ПТСР, що характеризується підвищеною тривожністю, роздратованістю та агресивністю.

5.Вплив засобів масової інформації та соціальних мереж:

У сучасному світі, де засоби масової інформації (ЗМІ), такі як телеграм-канали, соціальні мережі (наприклад, інстаграм), новини, кіно, ютуб, відеоігри, підкасти на тему насильства, відіграють ключову роль у формуванні світогляду та поведінки молоді, питання їхнього впливу на агресивність підлітків набуває особливої актуальності. Підлітки, перебуваючи в стані активного розвитку та становлення особистості, особливо вразливі до інформаційного впливу, що може призвести до формування негативних моделей поведінки.

Повідомлення про вбивства, насильство є потужним засобом впливу на поведінку підлітка в реальному світі. Такі повідомлення сприяють ослабленню здатності до самоконтролю за своєю поведінкою, відбувається деформація цінностей, формується байдужість до переживань інших, цинізм, озлобленість, грубість. У їх поведінці переважає фізична агресивність, прагненням до застосування фізичної сили проти тих, хто слабший [46].

6.Гендерні стереотипи, щодо поведінки:

Гендерні відмінності є одним з чинників, які впливають на агресивну поведінку підлітків. Через те, що суспільство формує для дівчат та хлопців

різні моделі поведінки. Хлопців заохочують до домінування, сили, емоційної стриманості, а дівчат навпаки, від них очікують лагідності, мудрості, терплячості, ніжності.

Внаслідок чого, хлопці частіше проявляють вербальну та фізичну агресію, а дівчата проявляють опосередковану, наприклад, чутки та ігнорування. Ці гендерно-специфічні патерни агресивної поведінки можуть впливати на емоційне самопочуття підлітків, їхню соціалізацію та адаптацію в колективі [45, с. 72].

Далі розглянемо, які індивідуальні чинники впливають на проявленість та схильність підлітка до агресивної поведінки.

Психологічні чинники:

1. Неадекватна самооцінка.

Згідно з результатами дослідження Н. Б. Трофімова та А. О. Реан, агресивна поведінка проявляється у підлітків з нестабільною самооцінкою – або надто низькою, або надмірно високою. Низька самооцінка породжує почуття неповноцінності, що викликає агресію через страх не відповідати очікуванням. А завищена самооцінка зумовлюється самовпевненістю, агресивністю та непризнанням власних помилок, що в свою чергу призводить до конфліктів [58, с. 31; 30, с. 78].

В першому варіанті агресія буде через те, що підліток вважає себе недостатньо хорошим, і вдається до агресії, щоб захистити себе, не показати свою слабкість через образи інших, ще більш слабших, ніж він.

А в другому, що він краще за всіх і завжди правий, але це не так. В душі такі підлітки ненавидять себе і також вважають себе недостатньо хорошими, погано сприймають критику в свою адресу і можуть вдаватися до маніпуляцій, але, на відміну від першого випадку, вони намагаються робити все, щоб інші цього не зрозуміли і не побачили, тому вдаються до агресії, яка допомагає підтримувати їх образ «крутого». Їхня агресія направлена на демонстрацію того, що вони переважають інших, у таких підлітків може бути відсутня емпатія.

2.Підвищенна, або іноді безпричина тривожність.

Тривожність – це стан нервовості, страху та внутрішнього напруження, який у свій час супроводжується емоційним виснаженням та хронічною втомою.

Агресивна поведінка, яка проявляється через підвищену тривожність стає захисною реакцією на невпевненість або страх. Вона може проявлятися в демонстративній жорстокості, так і в імпульсній поведінці. Підлітки, через умови психоемоційного нестабільності або акцентуацій характеру, агресивністю можуть приховувати внутрішню тривогу [24, с. 82-83; 35, 69, 18, с. 112; 85, 15, с. 21].

Відчуття тривожності, супроводжуються хронічною втомою, безсонням, а також мігреням через постійні переживання (наприклад, через страх майбутнього, через сварки з батьками/друзями/коханою людиною і т. д.), це все призводить до дискомфорту, з яким підлітки не в змозі впоратися самотійно. З тривожністю достатньо важко розібратись навіть зі спеціалістом, а підлітки, з огляду на свій вік та зміни гормонального фону, не завжди розуміють, що саме з ними відбувається, що вони відчувають, і як собі допомогти. Через нерозуміння власних відчуттів, можуть ставати роздратованими, а роздратування призводить до агресивної поведінки, яка можеш проявлятися, як і в фізичній, вербальній формі, так і через аутоагресію.

3.Депресія.

Зазвичай депресія у підлітків супроводжується поведінковими порушеннями. Симптоми депресії проявляються по-різному, наприклад, пригніченістю та замкненістю, а також ворожістю, дратівливістю та агресивністю. Агресія проявляється як реагування на емоційну напругу та внутрішній біль. Вона може бути спрямована, як на себе (аутоагресію), так і на інших [1, 23].

Підліки можуть відчувати смуток, проблеми з зосередженням, можуть бути проблеми зі сном та апетитом, проблеми з поведінкою, можуть ставати

дратівливими, також це втрата інтересу до навчання, до хобі, і в принципі втрата інтересу до життя.

У такий непростий період, підліткам потрібна допомога та підтримка близьких людей. Важливо надавати підтримку і за першими ознаками звернутися до психотерапевтки/психотерапевта або психіатрині/психіатра. Вирішення цієї проблеми потребує багато часу, терпіння та сил. Підлітки повині розуміти, що вони не одині, є люди, які завжди допоможуть, і що їм є на кого покластися.

4. Фрустрація та стрес.

Фрустрація – це стан, який виникає під час того, коли людина стикається з перешкодами або коли їй заважають йти до важливої мети. Фрустрація зумовлюється напругою, роздратуванням, розчаруванням та агресією.

Фрустраційна агресія має різні форми агресії. Через страх покарання, пряма агресія може бути стримувана та перенесена на більш слабкий об'єкт, наприклад, на молодших членів родини або тварин. Не у всіх людей вона проявляється через агресивні дії, це залежить від різних індивідуальних чинників, звичок, зовнішніх обставин тощо [3, 71, 19].

Сильні емоційні переживання, які супроводжуються стресом, можуть підвищувати рівень агресії у людини. Це може статися через те, що стрес викликає фізіологічну реакцію в організмі, яка збільшує рівень адреналіну та інших гормонів, що можуть підвищувати агресивність [9, с. 63]. Стрес може створювати умови до підвищення агресивної поведінки.

6. Травматичні події, як чинники агресивної поведінки.

Підлітки, які стали жертвами насильства, жорстокого поводження або пережили інші травматичні події, схильні до агресивної поведінки. Травматичний досвід сприяє тому, що підлітки змінюють своє сприйняття світу, також зникає мотивація до навчання, викликає порушення уваги, спричиняє зниженню самооцінки та довіри до оточення.

Н. Ващенко звертає увагу на когнітивні зміни після травми – це заниження самооцінки та труднощі з концентрацією уваги.

Л. Боярин говорить про поведінкові крайнощі – від агресії до самоізоляції та про зниження довіри до соціального середовища.

О. Кокун досліджує посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) у підлітків, які пережили війну. У них проявляються емоційні порушення, спотворене сприйняття безпеки, емоційна нестабільність, безпорадність та проблеми зі сном.

В умовах повномасштабного вторгнення психіка підлітків вразлива. Постійні обстріли, перебування в укриттях, втрата домівки, вимушене переселення, новини про загибель людей, відсутність стабільності – це все призводить до хронічного психологічного напруження. В результаті зростає ризик агресивної, деструктивної поведінки або емоційних зривів [9, с. 63; 48, с. 26-27, 31; 42].

Психофізіологічні чинники:

1. Темперамент.

Темперамент виступає важливою складовою поведінки дитини, зокрема агресії. Кожен із типів темпераменту має свої особливості агресивної поведінки [20, с. 179]. Темперамент визначає силу і швидкість наших реакцій на події життя, ступінь емоційності і нервової збудливості особистості [72]. Темперамент може бути одним з чинників, який впливає на прояв агресії. Як відомо, холерики більш схильні до спалахів гніву, їх дуже легко вивести з рівноваги.

2. Високий рівень імпульсивності та низький самоконтроль.

Це відмінна риса поведінки людини, що характеризується схильністю діяти за першим спонуканням. Імпульсивна людина не витрачає часу на обдумування своїх вчинків, навіть не намагається стримувати емоції, не намагається контролювати власну поведінку, враховуючи інтереси оточуючих людей [74].

Імпульсивність охоплює широкий спектр поведінки, яка відображає порушення саморегуляції, наприклад погане планування, передчасне

реагування, перш ніж розглянути наслідки, пошук відчуттів, ризик, слабе гальмування відповідей і перевагу негайної винагороди над відкладеною [4].

Імпульсивність це риса характеру, яка передбачає більш емоційне визволення своїх емоцій, тому може призводити до спалахів агресії.

Отже, можна зробити висновки, що агресивна поведінка не завжди говорить про девіацію, так як є складним феноменом. В наш час агресивна поведінка може бути адаптивною.

Для прикладу, коли агресивна поведінка є захистом, є так званою нормою та адаптивною, хочу навести життя підлітків в окупації.

В умовах тривалої окупації підлітки зазнають хронічного стресу, спричиненого невизначеністю, постійною загрозою та обмеженням особистої свободи. Це сприяє формуванню психологічного стану, що характеризується підвищеною тривожністю та готовністю до агресивної реакції. В таких умовах життя агресивна поведінка стає адаптивною стратегією виживання.

Пасивна агресія, може проявлятися у формі саботажу, ігнорування та ухиляння від виконання вимог окупантів, це є формою опору та протесту проти нав'язаного контролю. Соціальна агресія, що виражається в об'єднанні підлітків у групи взаємодопомоги та самозахисту, є стратегією колективного виживання в умовах окупації, де їм загрожує небезпека.

Кіберагресія використовується для поширення інформації та протидії окупаційному режиму, є сучасним проявом агресивної поведінки, спрямованим на захист інформаційного простору та мобілізацію громадської підтримки.

Агресія також може проявлятися і в фізичній формі. Наприклад, підірвати ворожу автівку.

Такий прояв агресії ми можемо вважати нормою, підлітки знаходяться в екстремальній ситуації, де їхні права, свобода постійно порушуються, життя в страху, слідкування та тим, що ти говориш, кому ти це говориш. Тому в цьому випадку агресивна поведінка є формою захисту та проявом опору. Звичайно, важливо розуміти, що це не є схваленням або романтизацією агресивної

поведінки, а це є констатацією факту, що в екстремальних умовах звичайні норми поведінки можуть змінюватися.

Агресивна поведінка часто є наслідком незадоволених потреб, внутрішнього напруження та негативних емоцій, таких як гнів, злість і образа. Агресія може бути як інструментом захисту, так і способом привернення уваги до внутрішніх проблем. Підлітки, які проявляють агресію, часто потребують емоційної підтримки та допомоги у вирішенні проблем, які самі вони не в змозі вирішити.

Соціальні чинники, як ЗМІ, серіали/фільми, повномасштабне вторгнення, окупація, тиск однолітків та негативне сімейне середовище та виховання, створюють умови для агресії, позбавляючи підлітків почуття безпеки або нормалізуючі, а іноді і романтизуючи насильство.

Психологічні чинники, зокрема травматичний досвід, самооцінка, викликають внутрішній дискомфорт, з яким підлітки не завжди в змозі конструктивно виразити, що може призвести до аутоагресії або агресивної поведінки.

Психофізіологічні, такі як нестача самоконтролю, тип темпераменту, рівень імпульсивності, можуть сприяти формуванню деструктивних моделей реагування.

Агресивна поведінка несе в собі ризики, які негативно впливатимуть на подальший розвиток особистості, але і в той час така поведінка може виникати як реакція на захист себе та власних інтересів.

Отже, таким чином, агресивна поведінка підлітків є багатогранним та складним явищем. Вона формується під впливом соціальних, психологічних, емоційних та контекстуальних факторів.

Агресивна поведінка може бути деструктивною і адаптивною. В умовах повномасштабного вторгнення агресія стає інструментом протесту та способом виживання. Агресія – це не завжди патологія чи відображення девіацій; іноді це спроба впоратися з внутрішнім болем або крик про

допомогу. Для якісної діагностики, розробки корекційних та профілактичних програм, підтримки підлітків є важливим розуміння цих нюансів.

1.2. Форми агресивної поведінки

Вище ми прийшли до висновків, що агресивна поведінка підлітків є багатогранним явищем, що вимагає комплексного підходу до аналізу. Підлітковий вік, позначений психологічною нестабільністю та пошуком ідентичності, стає періодом підвищеної вразливості до проявів агресії. У цьому контексті, особливо в умовах соціальної нестабільності, війни, важливо розглядати агресію не лише як індивідуальну проблему, але й як відображення глибших соціальних процесів. Тому, для повноцінного аналізу агресивної поведінки підлітків, необхідно враховувати як індивідуальні, так і соціальні чинники, що формують її різноманітні форми.

Отже, перейдемо до форм агресивної поведінки.

Існують три основні форми агресії – це фізична, вербальна та психологічна. Детально розглянемо кожну з них.

Фізична агресія – це використання фізичної сили проти іншої особи, тварини або об'єкта [84, с. 1]

Приклади фізичної агресії: бійка, стусани, ляпаси, нанесення тілесних ушкоджень, псування майна, укуси, використання предметів як зброї (наприклад, палиці, ножі), кидання предметів у людей або тварин, побиття тварин, знущання з тварин та інші [84, с. 1]

Наведу конкретні випадки: підлітки в школі починають бійку через суперечку або провокацію; підліток навмисно завдає болю тварині (наприклад, б'є собаку, мучить kota); учень у гніві перевертає парту або псує шкільний інвентар, страший брат б'є молодшого.

Вербальна агресія являє собою психологічний тип впливу на людину. Вона виражається у словесній формі.

Як правило, вербальна агресія проявляється у вигляді: загроз, образ, звинувачень, грубих виразів, крик, приниження, сарказм, глузування, докорів і так далі.

Вербальна агресія може бути декількох видів:

Пряма і активне. В цьому випадку людина під час розмови принижує і ображає іншого;

Активна і не пряма. Виражається у вигляді наклепу, пліток і чуток за спиною жертви;

Пасивна і пряма. Людина відмовляється вступати в бесіду і демонстративно ігнорує потенційного співрозмовника;

Пасивна і не пряма. Людина відмовляється виступити на захист іншого, якого критикують ні за що [13].

Психологічна агресія включає: маніпуляції, залякування, емоційний шантаж, ігнорування, газлайтинг, булінг.

Розглянемо детальніше кожен з цих форм.

1.Маніпуляція – це прихований психологічний вплив на людину або групу людей з метою змусити їх діяти в інтересах маніпулятора. При цьому маніпулятор переслідує свої власні цілі, не враховуючи бажання і потреби іншої людини [44].

2.Залякування – це повторювана дія або поведінка, спрямована на приниження, приниження, образу, біль, дискримінацію або погрозу та викликання страждань у тих, на кого вона спрямована. До цієї категорії підпадають сексуальні домагання та інше повторюване психічне та фізичне насильство [28].

3.Емоційний шантаж – це така форма маніпуляцій, яку люди використовують, щоб ставити вимоги та шантажувати інших і таким чином отримувати те, що вони хочуть. Підтекст емоційного шантажу — якщо ви не зробите те, що я хочу, коли я цього хочу, ви будете страждати [22].

Емоційний шантаж – це форма маніпуляцій, яка використовується для шантажу та ставлення вимог, щоб отримати бажане.

Емоційний шантаж найбільш поширений і болючий саме у близьких стосунках. Маніпулятор використовує знання, отримані про страхи жертви. Саме страхи, реальні чи нереальні, усвідомлювані чи підсвідомі, є тими гачками, якими чіпляють жертву.

І найбільш болючим елементом емоційного шантажу є використання особистої інформації про вразливості жертви. Це та інформація, яку ми зазвичай не довіряємо стороннім людям. Лише близьким, в моменти душевної близькості [22].

4.Ігнорування – досить давній спосіб психологічної маніпуляції, яка застосовується деструктивними людьми з метою принизити іншу людину, помститися, підпорядкувати її, знищити як суперника або конкурента. У цьому випадку ми маємо справу з одним з найсильніших видів емоційного насильства. І він діє дуже цілеспрямовано і болісно. Особливо болісно, коли справа стосується людей близьких, родичів, коханих, друзів, тобто тих, чия байдужість сприймається, як найжорстокіша образа, удар, приниження, і навіть зрада [31].

5.Газлайтинг – це форма психологічного насильства. Це відбувається, коли вас намагаються переконати в тому, що ви сходите з розуму. Газлайтер намагається поставити під сумнів адекватність сприйняття цього світу, щоб отримати більше влади, змушує жертву сумніватися в реальності. Таким чином, людина перестає довіряти своїм сприйняттям [76].

З газлайтингом можемо зустрітись в повсякденному житті: в дружбі, відносинах або на роботі. Але таку людину важко на перший погляд ідентифікувати, з огляду на його підступний характер. Зазвичай це починається дуже тонко, коли інша людина «поправляє» ваше мислення, спростовує ваші твердження або знецінює, відкидає ваші емоції. Це продовжується до тих пір, поки ви поступово не почне сумніватися в своїх думках, емоціях, сприйнятті і навіть у своїй пам'яті.

6.Булінг – агресивна і вкрай неприємна поведінка одного підлітка або групи підлітків щодо іншого підлітка, яка супроводжується постійним фізичним та психологічним впливом [26, с. 48].

Булінг – це цькування. Це супроводжується постійним психологічним і фізичним пресінгом [75]. Так, цькування може стати не тільки причиною втрати впевненості в собі, але і призвести до різних психічних відхилень,

ментальних недуг і навіть самогубства. Дослідники виявили, що ефект від цькування у школі може тривати протягом багатьох років, спричиняючи хронічні психосоматичні недуги, такі тривожність, депресії та психопатії [61].

У ситуації булінгу завжди присутні три сторони – той, кого переслідують, той, хто переслідує, і спостерігач. При цьому цькування негативно впливає на усіх цих учасників. Відбуваються суттєві зміни в емоційному та психічному здоров'ї. Слід пам'ятати, що якщо такий випадок трапився один раз, він буде систематично повторюватися [75].

Як і будь яке насильство, тому якщо навіть це сталося один раз, обов'язково потрібно повідомити батькам, вчителям або іншій дорослій людині яка зможе допомогти. І максимально мінізувати спілкування з людиною або групою людей, які вдаються до насильства по відношенню до інших.

Розглянемо види булінга.

Виділяється шість видів булінгу – фізичний, вербальний, булінг через стосунки, кібербулінг, сексуальне і упереджене цькування [75].

1.Фізичний булінг найбільш очевидний, і його часто ототожнюють із цькуванням взагалі. Він полягає у нападі на жертву, який може включати підніжки, стусани, штовхання або прямі удари. Він також може бути виражений у непристойних жестах, нівечінні майна жертви або його крадіжці [75].

Велику роль грає невпевненість у собі і неправильне виховання. Часом один або декілька підлітків в школі вирішують, що сила – найкращий спосіб розв'язати свої проблеми. Вони починають знущатися з інших, щоб завоювати собі популярність і самоствердитися. Однак вони не усвідомлюють, що причиною такої поведінки насправді є їхня невпевненість в собі [60].

2.Вербальний (словесний) булінг – словесне знущання або залякування за допомогою образливих слів, яке включає постійні образи, погрози й неповажні коментарі про кого-небудь (про зовнішній вигляд, релігію, етнічну приналежність, інвалідність, особливості стилю одягу й т. д.) [12].

Вербальний булінг використовує дражнилки, обзивання і погрози. Він може бути в усному або письмовому вигляді [60].

3. Булінг через стосунки ще називається реляційним або соціальним. Він спрямований на те, щоб завдати шкоди стосункам і репутації жертви. Серед дій кривдника найчастіше спостерігаються поширення чуток, ігнорування, виключення особи із соціальних ситуацій і взаємодій, розповсюдження пліток і вигаданих фактів та приниження жертви на людях [60].

Поведінка булінгу у стосунках в основному характеризується тим, що один партнер намагається підтвердити свою перевагу над іншим шляхом залякування, маніпуляції та фізичного нападу. Поведінка, пов'язана із залякуванням у стосунках, має різноманітні форми та форми – вербальну, фізичну чи навіть кіберзалякування [29].

4. Сексуальний булінг – принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, прізвиська та образи сексуального характеру, фотографування та відеозйомки у переодягальнях, поширення образливих чуток, сексуальні погрози, жарти тощо [55, с.2].

Сексуальний булінг здійснюється як в Інтернеті, так і при особистому спілкуванні. Сюди входять жарти сексуального характеру, обзивання, грубі жести чи слова, поширення непристойних чуток, надсилання фотографій або відео відповідного змісту. Можуть також бути непристойні дії – торкання до інтимних частин тіла, хапання без дозволу та інші види домагання [60].

Його важко розпізнати, тому що жертва сексуального булінгу панічно боїться розповісти про це дорослим, замикається у собі, постійно плаче насамоті, категорично відмовляється надавати будь-яку інформацію, може вчиняти спроби суїциду [68].

У наш час великого поширення набуває секстинг – надсилання і отримання відвертих повідомлень або зображень на електронні пристрої. Досвід надсилання таких повідомлень є у 16% дітей у віці 11-17 років, а 28% хоч раз їх отримували. Коли секс-повідомлення і приватні фото чи відео з

оголеним тілом жертви надсилаються без її згоди або відома, це може викликати спалах сексуального насильства [60].

5. Упереджений булінг ґрунтується на переслідуванні в Інтернеті чи особисто через расове або етнічне походження, релігійність чи сексуальну орієнтацію. Такий вид цькування базується на стереотипах і переконаннях, що деякі люди чимось гірші за інших [60].

6. Кібербулінг – це булінг із застосуванням цифрових технологій. Він може відбуватися в соціальних мережах, платформах обміну повідомленнями (месенджерах), ігрових платформах та мобільних телефонах. Це неодноразова поведінка, спрямована на залякування, провокування гніву чи приниження тих, проти кого він спрямований [33].

Кібербулінг здійснюється за допомогою комп'ютерів, смартфонів, планшетів та соціальних мереж. Це можуть бути текстові повідомлення образливого змісту, розміщення вигаданого контенту в онлайн форумах, надсилення фотографій, розкриття особистої інформації з метою залякування і шантажу [60].

У сучасному світі це вважається зростаючою проблемою. Кібербулерів дуже важко виявити, а поширення будь-якої неправдивої інформації онлайн практично неможливо зупинити [60].

4. Аутоагресія – це агресія, яка направлена проти себе у вигляді заподіяння собі фізичної або психологічної шкоди. Цей процес розглядається у психології як захисний механізм [8].

Коли людина завдає собі травмування, можна говорити про те, що вона не вміє обходитись з власною агресією. Можливо, є страх відкрито її проявляти. І тоді людина навчається завертати агресію і спрямовувати її на себе. Часто така аутодеструкція є видом самовиховання. Якщо дитину часто сварили і постійно карали, ставши дорослою або перейшовши в підлітковий вік, така людина може карати сама себе [8].

Є теорія, що мозок може сприймати тільки один вид болю. А точніше мозок має обмежену здатність обробляти біль, він може обирати, на чому

більше сфокусуватися в конкретний момент, тому людина, яка наносить собі фізичну шкоду, перекриває цим або намагається «задушити» емоційний біль з яким справитися трудніше, чим з фізичним болем. Патерном до цього може бути фізичне, сексуальне або психологічне насильство.

Аутоагресія може відображати низьку самооцінку та відсутність позитивної самоідентифікації. Люди, які відчують неприйняття до себе, можуть використовувати фізичний біль як спосіб відволіктися від психологічного дискомфорту [43, с. 232, 234].

За формою прояву аутоагресивної поведінки виділяють: прикрашання свого тіла, алкоголізм, наркоманія, тютюнопаління, ризиковані види спорту, синдром Тоада («синдром веселого автоводіння»), нерегульований прийом медичних препаратів, анорексія та зловживання кількістю медичних втручань заради краси, суїцид, дієти, спорт через ненависть до свого тіла [78, с. 177].

Виходячи з інформації, яка була надана вище, ми можемо зробити висновки, що агресивна поведінка підлітків проявляється через різні форми – від фізичної закінчуючи емоційно прихованими. Спроба самоствердження або досягнення соціального домінування через булінг, саморуйнування через аутоагресію, є сигналом про внутрішній дискомфорт та покликом про допомогу. Отже, виходить, що агресія є не лише актом шкоди, а й нездоровим способом комунікації.

Кожна з форм агресії має різні методи впливу, наслідки та особливості, але, всіх їх об'єднує, те, що кожна з них наносить непоправну шкоду психіці людини і впливає на емоційний стан жертви.

1.3. Агресивна поведінка в контексті соціально-гуманітарних наук

В першому розділі ми дійшли до висновків, що агресія - це поведінкова реакція, спрямована на заподіяння шкоди іншій людині, тварині або об'єкту, тоді як агресивність – це стійка тенденція до прояву такої поведінки, через внутрішні психологічні характеристики. Агресивна поведінка підлітків - це складна проблема, що має багато причин і проявів.

Також ми зрозуміли, що агресія може бути як інструментом захисту, так і способом привернення уваги до внутрішніх проблем. Підлітки, які проявляють агресію, часто потребують емоційної підтримки та допомоги у вирішенні проблем, які самі вони не в змозі вирішити.

Ми розглянули різні форми агресії та дійшли висновків, що вона має багато проявів і що кожна з форм має різні методи впливу, наслідки та особливості, але, всіх їх об'єднує те, що кожна з них наносить непоправну шкоду психіці людини і впливає на емоційний стан жертви.

Отже, агресивну поведінку та агресію розглядають в багатьох науках. Таких як, філософія, соціологія, психологія, соціальна психологія та інші.

Розглянемо декілька теорій вчених, що до агресії та агресивної поведінки.

Відомий філософ Аристотель, вважав, що кожна річ має свою мету, тобто телос. Добробут речі полягає у виконанні цієї мети. Згідно з Аристотелем, для людини телос полягає в розумній діяльності. Тобто, добро для людини полягає в діяльності розуму, а вище благо, евдемонія – процвітання, досягається через активне здійснення розуму відповідно до чесноти.

Етика Аристотеля є агентоорієнтованою, вона зосереджується не на окремих діях людини, а на її характері. Чесноти, за Аристотелем, є диспозиціями характеру, які знаходяться між двома крайностями, а саме надлишком і нестачею, які спрямовані розумом. Ця «золота середина» залежить від контексту та практичної мудрості людини, і не є статистичною.

Агресивна поведінка, є результатом імпульсивних емоцій, а не розумної діяльності, що суперечить телосу. Агресія – це імпульсивна емоційна реакція та ознака браку чеснот, а саме самоконтроль або мужність. Для зменшення агресії або її подолання є важливим розвивати добродетельний характер. Підлітки повинні навчатися розпізнавати свої емоції та контролювати їх, звісно діючи відповідно до чеснот, таких як, самоконтроль, справедливість та терпіння.

Головну роль у цьому відіграє фронезис (практична мудрість) – це здатність правильно оцінювати ситуації та проявляти добродетельні реакції і визначати міру вираження своїх емоцій. Достатньо важливим також є наслідування добродетельних прикладів та нести відповідальність за добровільну агресивну поведінку. Це зможе сприяти розумінню наслідки своїх дій та дати мотивацію для змін [6].

Англійський філософ Томас Гоббс вважав, що люди за своєю природою – егоїстичні і що до виникнення суспільства, тобто в «природному стані», для відносин між людьми характерна агресія, він її описував формулами «людина людині – ворог» та «війна проти всіх». За словами Гоббса, для стримання природної агресивності та запобігання взаємному знищенню, може розвиток держави (Левіафана). Тобто щоб існувати в мирі, потрібно укласти «суспільний договір».

Концепцію цієї теорії можна включати для розуміння витоків агресивної поведінки підлітків, які у підлітковому віці можуть ставати імпульсивними та конфліктними. Але явище агресивної поведінки є багатограним і складним, тому ця теорія була розкритикована вченими, які вважали, що агресія породжується через соціальні, психологічні та біологічні фактори, а не є природною [64, 63, с.20-21].

Психолог англо-американського походження Вільям Мак-Дугалл у своїй «гормічній» теорії, інстинкти розглядав як вроджені психофізіологічні схильності, які у свій час визначають поведінку окремих індивідів та соціальних груп. Він виокремлював інстинкт войовничості який асоціював

з емоцією гніву. Якщо агресивну поведінку підлітків розглядати через теорію Мак-Дугалла, то можна припустити, що проявлення імпульсивності та конфліктності у підлітковому віці, можуть мати часткове підґрунтя у вродженому інстинкті войовничості.

Проте ця теорія має недостатню емпіричну обґрунтованість, спрощене розуміння соціальної реальності, та не може враховувати важливі соціальні та індивідуальні чинники, які впливають на агресивну поведінку підлітків [57, с. 235-236].

Австрійський зоолог та зоопсихолог Конрад Лоренц був відомим своїми аналізами людської поведінки з точки зору етіології, він вважав, що агресія – це інстинкт, який є важливим для виживання, але у людини цей інстинкт проявляється більш руйнівніше, ніж у тварин. Перенесення інстинктів тварин на підлітків, та загалом на людей, не мають достатнього емпіричного підтвердження. Теорія Лоренца не враховує те, що підлітки вчаться агресивній поведінці, і що на агресію впливають соціальні чинники, наприклад, стрес або булінг. Його теорія, що агресію можна випускати через насильницькі дії не підтверджена, а часто навпаки провокує та посилює її [16, с. 20-21].

Для пояснення агресивної поведінки Зигмунд Фройд використовував теорію про, на його думку, два основних інстинкти. На його думку кожна людина має два основних інстинкти - це інстинкти смерті (мортідо) та життя (лібідо). Згідно його теорії, інстинкт життя дає енергію для росту та розвитку, а інстинкт смерті спрямований на саморуйнування.

Фройд вважав агресію результатом інстинктивного потягу до смерті, він це назвав мортідо. Цей інстинк разом з лібідо, тобто інстинктом життя, задоволення та творчості, визначав, як поводить ся людина. Коли потяг до смерті був значно вище за лібідо, людина стає схильною до агресії. Інстинкт смерті спрямовується проти оточуючих, тобто проявляється у агресивних діях.

На думку Зигмунда Фройда, інстинкт смерті має накопичувальну дію. І якщо ця енергія не має виходу, хоча б маленькими порціями, то в результаті цього вона вибухне у вигляді сильного агресивного сплеску. Він вважав, що

негативну енергію можна вивільняти через плач, діями, через вираження емоцій словами тощо. Іншими словами звільнення від негативних емоцій відбувається через катарсису, який на його думку, є важливим для психологічного благополуччя [65].

Відома психоаналітикиня, Карен Горні, була не згодна з теорією Фрейда, і розглядала агресію як реакцію на почуття тривоги та незахищеності. Її теорія неврозу дає цінні інструменти для аналізу агресивної поведінки підлітків, допомагаючи зрозуміти корені агресії.

Теорія Горні надає ключові аспекти щодо агресії, а саме:

1.Базова тривога:

Підлітковий вік – це період підвищеної вразливості, через гормональні зміни, необхідність адаптації до нових соціальних ролей та тиск однолітків, може посилюватися почуття незахищеності. Через брак підтримки, емоційної близькості з рідними, через постійну критику – це все може посилювати тривогу, а тривожність є одним з індивідуальних чинників, які впливають на агресивну поведінку. У період безсилля, втрати контролю над ситуаціями агресія стає способом захисту від потенційної загрози.

2.Невротичні потреби та агресія:

В період підліткового віку, стає типовим прагненням до визнання, досконалості або влади може перетворитися на невротичні потреби, які в свою чергу, викликають агресивну поведінку.

3.«Ідеальне Я» проти «Реального Я»:

Підлітки здатні формувати нереалістичне «ідеальне Я», на може впливати соціальні мережі, наприклад, інстаграм, а він відомий своєю «ідеальною» картинкою, тиск однолітків та реклама.

Через відмінності реального «Я» від ідеального може викликати гнів, розчарування, зниження самооцінки, тривожність, а це все призводить до агресивної поведінки.

4.Соціальний вплив:

У нашому сучасному суспільстві зараз панує культ успішного успіху, також нормалізація насильства в кіно, серіалах, і це може призвести до агресивної поведінки підлітків.

Також тиск однолітків, в групах, де агресія, на жаль, є нормою, це може підштовхнути підлітка поводитися так само.

5.Невротичні рішення та агресія:

Агресія («Рух проти») на думку пані Карен, вважається невротичним рішенням, яке виражається в агресивній поведінці.

Щоб впоратися з відчуттям нікчемності та відчутти владу та контроль, підліткі, використовують цю стратегію.

Агресія може проявлятися у формі фізичного, вербального та психологічного насильства [32].

Психолог Еріх Фромм пояснював агресивну поведінку підлітків, як явище, яке пов'язано з соціальним середовищем та якістю емоційних зв'язків. За словами Фромма, якщо агресія є нормою в середовищі де знаходиться підліток, то вони можуть її засвоїти. Також психолог вважав, що стосунки з батьками, а саме, ранні є ключовими. Відсутність або недостатня любов та підтримка з боку батьків, можуть призвести до почуття незахищеності,а воно в той час призводить до агресії в підлітковому віці, але має характер захисту та способу привернення уваги.

Також підліткова агресія може мати мотиваційний характер, наприклад, як протест на безсилля. А також відсутність емоційних зв'язків може провокувати агресивну поведінку і бути способом виразити почуття самотності та фрустрації [36].

Відомий психолог Альберт Бандура в своїй теорії соціального наuczіння стверджував, що діти та підлітки вчаться агресивній поведінці через спостереження та наслідування інших авторитетних для них людей, він їх називає «соціальними моделями». Для підлітків авторитетними людьми

можуть бути батьки, друзі, старші сестри/брати, герой з книги/манги/серіалу/фільму/аніме, актори та інші медійні персони.

Розглянемо декілька факторів, які впливають на агресивну поведінку, згідно теорії Бандури.

1. Спостереження агресії вдома, в школі або в групі друзів.
2. На агресивну поведінку впливає медіа, наприклад, фільми, серіали, відеоігри, ролики на Youtube, телеграм-канали.
3. Підліток може вважати, що тільки агресивні дії можуть призвести до бажаної мети.

Альберт Бандура проводив експеримент під назвою «Експеримент з лялькою Бобо». Цей експеримент довів, що діти, які спостерігали за агресивною поведінкою дорослих, набагато частіше проявляли агресію. Таким чином, він підтвердив що діти та підлітки можуть вчитися агресивній поведінці через спостереження [49, 66, 10].

Соціальний психолог Леонард Берковіц агресію розглядав через свою теорію «фрустрація-агресія», яка говорить, що агресивна поведінка це результат не тільки внутрішніх переживань, а й вплив соціального оточення. Для підлітків це є актуально, так як вони стикаються з обмеженням свободи, особливо на окупованих територіях, тиском батьків, однолітків, можливо коханої людини, а це все призводить до фрустрації, а вона в свою чергу до агресивної поведінки.

За словами Леонарда Берковіца, фрустрація – є одним з негативних стимулів, які викликають агресію. Однак, потрібно пам'ятати, що вона не завжди призводить до агресивних дій, агресивна поведінка виникає тоді, коли підліток потрапляє в ситуації або середовище, в яких присутні стимули, через які зростає рівень агресії, злості або роздратування.

За цією теорією, успішні агресивні дії підкріплюють агресивну поведінку. Тому важливо навчати підлітків іншим, більш екологічним способам вираження негативних емоцій [11, с. 333].

Теорія стигматизації. Ця теорія була розроблена в середині 20-го століття американськими вченими Ф. Танненбаумом, Г. Беккером та Е. Лемертом. Ці вчені завдяки своїй теорії пояснили, як суспільство навішує соціальні ярлики, на поведінку, яка відходить від норми. В наших умовах, а саме життя під час російсько-української війни ця теорія стає актуальною та набуває значення для розуміння агресивної поведінки підлітків.

Вимушене переселення, постійний стрес та невизначеність майбутнього, які створюють складний соціальний контекст. Деякі прояви поведінки підлітків, що є реакцією на стрес та травматичні події, іншими людьми можуть бути інтерпретовані неправильно, визначені як негативними через призму довоєнних соціальних норм. Вслід чого суспільством може навішувати ярлики, наприклад, агресивний, проблемний, девіантний, неадекватний та інші.

Навішування подібних ярликів не є об'єктивною оцінкою, за теорією стигматизації. Найчастіше це може залежати від тих людей ця позиція та думка є важливою в суспільстві, наприклад, через їх соціальний статус та можливості. Через постійне перебування українців у стані тривожності та поляризації можливий ризик стигматизації підлітків через їх поведінкову реакцію на стрес та травматичні події, що було зазначено вище.

Важливо зазначити, що агресивна поведінка підлітків у воєнний час може бути реакцією на стрес та страх, а не проявом внутрішньої деструктивності. У цьому випадку навішування ярликів на підлітків може призвести до негативних наслідків, підліток може почати ідентифікувати себе цими ярликами і це провокує його подальшу агресивну поведінку.

Зазначимо, що повна відмова від оціночних суджень щодо поведінки дітей та підлітків є негативною, бо це може призвести до ігнорування дійсно серйозних та реальних проблем. Але з навішуванням ярликів потрібно бути обережними і краще спрямовувати свої зусилля на допомогу, підтримку та розуміння причин поведінки підлітків [67, с.439-440].

З цієї інформації ми можемо зробити наступні висновки, що агресивну поведінку вивчають давно та різні вчені соціально-гуманіторних наук.

Філософія Аристотеля говорить, що агресія з'являється через відсутність чеснот та розумової діяльності. За словами Гоббса агресія – є природною схильністю, яку потрібно контролювати державою. А біологічні теорії Мак-Дугалла, Фрейда та Лоренца розглядають агресію як інстинкт і не мають емпіричного підґрунтя.

В період нашого життя в умовах повномасштабної війни особливої актуальності набувають теорії Карен Хорні, Альберта Бандури, Леонарда Берковіца, Еріха Фромма та теорія стигматизації. Високий рівень незахищеності та тривоги, спостереження агресивної поведінки в новинах та в реальному житті, навішування ярликів, є потужними факторами проявів агресії серед підлітків.

Розглянемо детальніше.

Теорія Хорні. Війна є чинником, який спричиняє високий рівень тривоги та незахищеності у підлітків, це відповідає концепції «базової тривоги». В умовах хаосу та невизначеності, можуть з'являтися невротичні потреби, а саме прагнення до влади та контролю. Так як зараз популярні соціальні мережі, а в них завжди транслюється ідеальна картинка та успішний успіх, а це сприяє відмінності реального «Я» від ідеального.

Теорія Бандури. Спостерігаючи агресивну поведінку дорослих, підлітки можуть наслідувати її. Також споживання медіа де нормалізується насильство та досягнення мети за допомогою агресивних та насильницьких методів.

Теорія Фромма. Акцент його теорії на соціальному характері, дає розуміння того, як атмосфера агресії та напруги в суспільстві має схильність формувати у підлітків агресивну поведінку як спосіб адаптації. А також ранні стосунки в умовах стресу, такі як: нестабільність, відсутність емоційної підтримки можуть впливати та посилювати почуття незахищеності та впливати на рівень агресії.

Теорія Берковіца. Фрустрація, спричинена обмеженням свободи, втратою близьких та невизначеністю майбутнього, є факторами, які впливають на агресивну поведінку підлітків.

Теорія стигматизації – це важливий інструмент для критичного розуміння реакцій суспільства на агресивну поведінку підлітків в умовах війни. Ця теорія наголошує на ризиках, до яких може призвести необгрунтоване навішування ярликів на підлітків та наголошує на важливості розуміння та враховувати травматичний досвід перед тим, як давати оцінку їх поведінці та вчинкам.

Завдяки соціально-гуманітарним наукам, ми маємо широкий спектр теорій, за допомогою яких розкривається багатогранність агресії. В нашому сучасному українському житті, а саме в умовах повномасштабного вторгнення є концепції, які акцентують увагу на соціальному навчанні, фрустрації та впливі середовища, адже саме вони допомагають зрозуміти та пояснити зростання агресії серед підлітків у сучасному контексті.

Отже, агресія – це не лише про емоційну реакцію, а й про складну взаємодію індивідуальних та соціальних чинників. Агресія у підлітків часто є сигналом про глибокі психологічні проблеми або реакцію на зовнішні стресові обставини.

Висновки до першого розділу

У цьому розділі ми присвятили складному та багатогранному явищу комплексний аналіз, який розглядається в контексті з урахуванням культурних аспектів, соціальних та психологічних чинників. У першому розділі дипломної роботи ми сконцентрувати увагу на важливих й ключових поняттях, розглянули розвиток підходів і теорій щодо вивчення агресії, розглянули різні форми, основні чинники та концепції, які створюють умови для розвитку агресивної поведінки підлітків.

Ми розглянули та розкрили суть, поняття та риси, які характерні для агресивної поведінки підлітків в прифронтовому місті. Розглянули визначення та наукові трактування понять «агресія». Ми дійшли до висновку, що агресія в підлітковому віці – це не лише про відхилення від норм поведінки та поводження себе в соціумі, а й може бути реакцією на емоційну й зовнішню небезпеку, виявили, що ця проблема має комплексне та багатогранне явище. Також визначили, що прояв агресивної поведінки виступає як спосіб самооборони та формою деструктивної комунікації під час емоційної напруги та нестабільності.

Виявили, що агресивна поведінка має різні форми, а саме: фізичну, вербальну, психологічну, соціальну, кіберагресію, аутоагресію та інші. Спільним для всіх цих форм є їхня здатність завдавати шкоди як оточуючим, так і собі, тому є важливим ідентифікувати форму агресії й зрозуміти її причини. Також ми виявили гендерні відмінності в проявах агресії, які, в свою чергу, формуються під впливом стереотипів та певних очікувань в залежності від статі.

Проведений аналіз інформації показав, що на агресивну поведінку підлітків впливає комплекс чинників. Нестача емоційної підтримки (особливо від батьків), війна, психоемоційні розлади (підвищена або безпричинна тривожність, депресія, фрустрація), пережите насильство та інших травматичних подій, проблеми з самооцінкою та взагалі прийняття себе – це все формує та провокує агресивну поведінку.

Особливу увагу ми приділили соціально-гуманітарним теоріям, які дозволяють краще поглибитися та зрозуміти агресію як соціально-психологічне явище. У розділі розглянули погляди та теорії класиків – це Аристотель та Гоббс, а також сучасних вчених та дослідників – це Бандура, Хорні, Фромм та інші. З огляду на життя під час воєнних дій, актуальними теоріями є ті, що надають особливого значення соціальному навчанні, впливу середовищу та травматичного досвіду.

В умовах повномасштабної війни тема агресії стає дедалі важливішою та актуальнішою. Підлітки стикаються з різними проблемами, спричиненими війною: це втрата близьких, друзів, домівок, вимушене переселення та втрата звичайного життя. Ці чинники відіграють важливу роль та спричиняють психологічний тиск, що, в свою чергу, може спровокувати агресивну поведінку у підлітків.

З цього випливає, що така глобальна проблема, як агресивна поведінка підлітків в прифронтовому місті – є відображенням складних та глибоких внутрішніх переживань й конфліктів, вплив зовнішніх і внутрішніх чинників та соціального впливу, а не лише деструктивний прояв негативних емоцій та почуттів. Усвідомлення й розуміння достатньо складної природи агресії дасть нам змогу краще зрозуміти та почути сучасного підлітка, і також дасть змогу розробляти більш дієві методи профілактичних програм та психокорекції.

РОЗДІЛ 2. АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ПРИФРОНТОВОГО МІСТА ПАВЛОГРАД

2.1. Соціальні проблеми міста

Місто Павлоград розміщено в стратегічно значущому регіоні Дніпропетровської області. Протягом останніх років воно стикається із значними соціальними викликами, які, своєю чергою, зумовлені бойовими діями на сході та повномасштабним вторгненням, яке почалося 24 лютого 2022 року. Місто вважається прифронтовим, бо знаходиться приблизно за 111 км від лінії фронту (напряму за 90 км), тому безпосередньо на нього, місцевих мешканців та внутрішньо переселених осіб (ВПО) впливають періодичні ракетні удари, які створюють складні соціальні проблеми, що, в свою чергу, потребують пошуку ефективних шляхів вирішення та глибокого аналізу.

У цьому підрозділі ми присвяtimo глибокому аналізу ключових соціальних проблем в місті Павлоград в умовах повномасштабного вторгнення. Основний акцент буде зроблено на таких проблемах, як психологічний вплив бойових дій на мешканців, зміни у функціонуванні соціальної інфраструктури, проблеми внутрішньо переміщених осіб, питання безпеки та правопорядку, загострення соціально-економічних труднощів і, звичайно, наслідки ракетних обстрілів, у тому числі останній інцидент з 24 по 27 квітня 2025 року.

Базуючись на аналізі новин, даних громадських організацій, звітів місцевих органів влади та розгляду актуальної інформації про ситуацію станом на травень 2025 року, ми представимо детальну та розгорнуту картину соціальних проблем міста Павлограда. Це стане важливим для розуміння викликів сьогодення, з якими українське суспільство стикається на регіональному рівні. Результати, які ми отримаємо, можуть стати основою для розробки рекомендацій щодо покращення соціальної політики та підтримки мешканців міста, враховуючи тривалу нестабільність.

Отже, перейдемо до головних та актуальних соціальних проблем м. Павлограда.

1. Ракетні удари по місту

На 2025 рік місто Павлоград час від часу страждає від ракетних ударів. За даними з місцевих новин, телеграм-каналів та Instagram-сторінок, нам відомо, що з ночі на 24 квітня російська армія атакувала Дніпропетровщину, внаслідок чого в місті постраждали промислове підприємство, а хвилею зачепило 14 багатоповерхівок.

25 квітня 2025 року приблизно о 5:30 ранку через обстріли зникло світло в деяких районах. Зранку стало відомо, що через масову атаку дронів виникла пожежа в декількох багатоповерхівках, в результаті якої 3 загиблих (серед них дитина – дівчинка 15 років), 8 поранених і троє людей у важкому стані (всього постраждало 14 людей, деякі в важкому стані, серед них троє дітей). Також були пошкоджені адміністративна споруда, автомобілі та соціальне приміщення.

На 26 квітня 2025 року стало відомо, що два «шахеди» влучили в базу Госпітальєрів. Згоріли всі 3 поверхи та речі зі спорядженням. Постраждалих немає.

27 квітня 2025 року через чергову атаку пошкоджено 13 багатоквартирних будинків та міську амбулаторію. Загинув чоловік, а 14-річна дівчина зазнала травм. Потім стало відомо, що постраждалих збільшилось до 18 людей, серед них 12-річна дівчина.

Увесь цей час тривають роботи з усуненням наслідків обстрілів. Міська рада та волонтерські організації надають допомогу людям, які постраждали від ракетних ударів: це надання тимчасового житла, будівельних матеріалів для відновлення майна та психологічну допомогу.

2. Соціально-економічні проблеми

Ситуація на ринку праці м. Павлограда станом на 2025 рік є складною. Дніпропетровщина займає друге місто по безробіттю (93,4 тис. безробітних). За дуже грубою оцінкою безробітних в Павлоградідесь 3 000 осіб це 3,2%. Не дивлячись на те, що є достатня кількість відкритих вакансій, особливо це

стосується промисловості, а саме на підприємствах, які пов'язані з машинобудуванням, залізничним транспортом та в енергетичній галузі, є вакансії пов'язані з обслуговуванням, з силами оборони, що є важливими для міста, спостерігається нестача робітників з відповідною кваліфікацією. Через окремі підприємства, які відчувають наслідки нестабільності економіки, це призводить до ризику скорочень кадрів або до часткової зайнятості. Програми підтримки зайнятості, як державні, так і місцеві, працюють, але їх продуктивність та спектр дії викликає потребу в подальшому аналізі.

В місті зафіксовані зростання цін та комунальних послуг, на продукти харчування та інші необхідні товари, що надалі призводить до погіршення та зменшення доходів населення міста. Про значну кількість малозабезпечених громадян свідчать дані, в яких зафіксовано значний обсяг звернень за різними видами допомоги до соціальних служб. За отриманими нами даними, місцеві благодійні організації плідно працюють над вирішенням проблеми, надаючи гуманітарну допомогу та підтримку вразливим верствам населення.

За останні декілька років вартість оренди значно зросла, особливо це стосується центральних районів, а це, в свою чергу, робить ситуацію складнішою для молодих сімей, малозабезпечених родин та ВПО. Згідно з останніми даними, програма пільгового кредитування житла має обмежений характер. Конкретних проєктів на 2025 рік щодо будівництва соціального житла не анонсовано, але міська рада розглядає таку можливість.

3. Демографічні проблеми

Через повномасштабне вторгнення демографічна обстановка в місті зазнає змін. До воєнних дій по всій країні населення поступово скорочувалось (з 2013 по 2022 роки населення скоротилось на 6%). Але після подій 2022 року відзначається короткочасне зростання (на початку 2022 року – приблизно 101 тис., у червні 2024 року – до 110 тис.), припускається, що це через внутрішньо переміщених осіб.

Демографічні тенденції в місті мають динамічний та складний характер, спричинений попередніми тенденціями (природне скорочення населення, яке

було актуальним раніше для Павлограда), а також через воєнні дії й міграційний потік.

4.Соціальна інфраструктура

В місті присутні проблеми з громадським транспортом. Мешканці незадоволені зношеністю автобусного парку, кількістю маршрутів (а саме їх недостатністю) та скаржаться на незручні графіки. На 2025 рік конкретних планів та інвестицій не заплановано.

Функціонування культурних закладів (бібліотеки, музеї, театри) частково відновлене, звичайно, що масові заходи не проводяться або проводяться з обережністю. Судячи з аналізу, ця сфера недостатньо фінансується. Підлітки та молодь зазначають, що потребують більше сучасних закладів та зон для відпочинку і спілкування.

Через обстріли енергетичної інфраструктури та введення графіків світла, які зумовлені нестачею та економією енергії, ситуація залишається нестабільною. Комунальні послуги поступово зростають, що викликає обурення у мешканців міста. Також спостерігаються нерегулярні проблеми з водопостачанням в різних районах.

5.Проблеми з безпекою та правопорядку

Проблеми безпеки пов'язані не тільки з воєнними діями, а й з питаннями громадської безпеки, безпеки дорожнього руху та кримінальними ситуаціями, отже, проблеми з правопорядком є багатогранними. За даними ЗМІ, у Павлограді спостерігається рівень шахрайства, майнових злочинів, вбивств, зникнення дітей, сімейного насильства ті інші.

Основні показники роботи поліції за 2024 рік:

- 31 485 заяв і повідомлень від громадян.
- 1009 кримінальних правопорушень, з них 582 тяжких та особливо тяжких.
- 16 фактів незаконного поводження зі зброєю.
- 137 злочинів, пов'язаних з наркотиками.
- 301 випадок керування транспортом у стані сп'яніння.

- 763 адмінпротоколи за домашнє насильство, 521 заборонний припис.
- 230 рейдів щодо сімей у складних життєвих обставинах.
- 478 адмінпротоколів щодо неповнолітніх.
- 115 випадків зникнення дітей – всіх знайдено.
- 38 817 перевірених транспортних засобів на блокпостах.
- 328 адмінправопорушень у громадських місцях.
- 1176 осіб оштрафовано за розпиття алкоголю у заборонених місцях.
- 686 протоколів за паління у заборонених місцях.

Серйозною проблемою є високий рівень ДТП. З наших особистих спостережень та з даних місцевих засобів інформації (телеграм-канали та Instagram-сторінки) аварії в місті трапляються кожен день(за 2024 рік сталося приблизно 650 ДТП, в місяць – це приблизно 60 аварій). Причинами є недостатнє освітлення, водіння в нетверезому стані та порушення правил дорожнього руху. Постійні аварії створюють відчуття небезпеки на дорогах і призводять до травм і фінансових втрат.

Для підтримання порядку правоохоронні органи використовують у своїй роботі різні заходи (наприклад, проводять роз'яснювальну роботу серед населення щодо правил поведінки у разі виявлення вибухонебезпечних предметів), але через воєнні дії стикаються з викликами та додатковим навантаженням. Комплексна робота є важливим підходом до вирішення цих проблем; до неї входять підвищення безпеки дорожнього руху, забезпечення належного освітлення вулиць, посилення роботи правоохоронних органів – ці дії є важливими для забезпечення безпечного середовища в місті [50, 51, 52, с. 27].

Ці інциденти говорять про те, що в місті високий рівень небезпеки для мешканців та загострюють інші існуючі соціальні проблеми, які пов'язані з безпекою, психологічним станом людей та важливістю відновлення інфраструктури.

Отже, з цього ми робимо висновок, що соціальні проблеми, з якими зіткнулося прифронтове місто Павлоград через російську агресію, є складними та створюють напружену ситуацію для розвитку підлітків. Кожна проблема, яку ми описали, погіршує не тільки життя мешканців, а й серйозно впливає на психоемоційний стан підлітків, сприяючи зростанню ризику агресивної поведінки.

Надзвичайно травматичним для підлітків Павлограда є ракетні удари, навіть якщо вони не регулярні. Відчуття страху, безпорадності, втрата близьких, зміна звичного середовища, де вони проживають, можуть призвести до посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Як відомо, підвищена дратівливість, труднощі з контролем емоцій, спалахи гніву та агресивна поведінка є одними з симптомів ПТСР.

Під час ПТСР перераховані емоційні стани можуть впливати на агресивну поведінку підлітків; вона може бути спрямована як на себе, так і на оточуючих. Також агресивна поведінка може стати несвідомою спробою відновлення контролю над ситуацією. Від відчуття постійного (хронічного) стресу здатність контролювати імпульси/емоції знижується, і це призводить до того, що підлітки агресивно реагують на незначні провокації. У такому разі агресія виступає як спосіб вивільнення емоційної напруги.

Травматичні та стресові події негативно впливають на розуміння та керування власними емоціями; це, в свою чергу, ускладнює соціальну адаптацію та будівництво міжособистісних стосунків. Підлітки, у яких є проблеми з регуляцією емоцій, часто віддають перевагу агресивним формам поведінки, особливо під час конфліктів. Зазвичай це проявляється у вербальній та фізичній формі.

Також через проживання в умовах, які загрожують життю, відчуття небезпеки агресивна поведінка може стати необхідністю для самозахисту.

Проблеми соціально-економічного характеру, як-от нестабільність на ринку праці, проблеми з доступним житлом та зростання цін, можуть викликати у підлітків відчуття соціальної несправедливості, невпевненість у

майбутньому та фрустрацію. Бачення фінансових труднощів батьків, обмеженість можливостей можуть викликати відчуття злості та розчарування, а це може обернутися агресивною реакцією на оточуючих.

На збільшення навантаження на соціальну інфраструктуру, а також на освітні заклади впливають демографічні зміни, які спричинені внутрішньою міграцією. Мала кількість ресурсів, переповнені класи й можливі конфлікти між ВПО та місцевими підлітками можуть додатково спричиняти стресові ситуації та сприяти агресивним проявам (наприклад конкуренція або відчуття несправедливості).

З соціальною інфраструктурою також є проблеми, такі як незадовільний стан громадського транспорту та невеликий вибір для проведення вільного часу – це, в свою чергу, може викликати відчуття ізоляції та обмеженості. Обмеженість місць для дозвілля може призвести до нудьги та пошуку альтернатив, а саме до деструктивних способів самовираження, включаючи агресію.

Достатньо високий рівень злочинності, а особливо аварій, створює атмосферу небезпеки та нестабільності в місті. Підлітки, живучи в такому середовищі, можуть мати схильність до тривожності, ризикованості та імпульсивності. До зниження порогу агресивних реакцій може сприяти спостереження за проявами насильства через ЗМІ або соціальні мережі.

Соціальні проблеми міста Павлоград в умовах повномасштабного вторгнення впливають як безпосередньо, так і опосередковано на психоемоційний стан підлітків. Сприяти зростанню рівня агресивної поведінки можуть відчуття безпорадності, соціальної несправедливості, страху та обмеженість можливостей для самореалізації. Для розробки ефективних стратегій профілактики та корекції, а також розуміння цих взаємозв'язків важливо проводити подальші дослідження.

2.2. Конфлікти, агресія та мікросередовище підлітків у прифронтовому місті (за результатами емпіричного дослідження)

Організація дослідження

Дослідження агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті Павлоград було організовано з метою виявлення й аналізування причин та форм агресивної поведінки підлітків в прифронтовому місті та використання отриманих даних для розробки рекомендацій профілактики й корекції. Для досягнення цієї мети були визначені наступні завдання: виявити форм та причин агресивної поведінки та розробити практичні рекомендації. У дослідженні взяли участь підлітки 8-11 класів, учні Ліцею №17 та Ліцею №19 Павлоградської міської ради. Вибірка склала 96 осіб, з них 74 – місцеві учні, 22 – учні ВПО.

Основні методи дослідження:

- Роздаткове анкетування за місцем навчання.

Підготовчий етап:

Огляд літератури: На цьому етапі ми оглянули та проаналізували наукову літературу, яка пов'язана з агресивною поведінкою підлітків. Під час пошуку літератури використовувалися такі ключові слова: агресія підлітків, агресивна поведінка, форми агресії, причини агресії та інші.

Під час аналізу були розглянуті основні соціально-гуманітарні теорії агресії, а саме:

Теорія Хорні. Війна є чинником, який спричиняє високий рівень тривоги та незахищеності у підлітків; це відповідає концепції «базової тривоги».

Теорія Бандури. Вона дає розуміння, що, спостерігаючи агресивну поведінку дорослих, підлітки можуть наслідувати її.

Теорія Фромма. Акцент його теорії на соціальному характері дає розуміння того, як атмосфера агресії та напруги в суспільстві має схильність формувати у підлітків агресивну поведінку як спосіб адаптації.

Теорія Берковіца. Фрустрація, спричинена обмеженням свободи, втратою близьких та невизначеністю майбутнього, є факторами, які впливають на агресивну поведінку підлітків.

Теорія стигматизації. Це важливий інструмент для критичного розуміння реакцій суспільства на агресивну поведінку підлітків в умовах війни.

Етап проведення анкетування:

1.Попередня підготовка: Розробка програм дослідження, написання самої анкети проходило за методичної підтримки наукового керівника із використанням психодіагностичних методик, таких як Методика А. Басса та А. Дарки (адаптація О. Осницького), Методики Лосєнкова, Шкала тривожності Тейлора, Методика Леонгарда-Шмішека, Методика дослідження соціальної адаптованості. Оскільки перші 8-11 класи були опитані під час переддипломної практики, дозвіл на проведення анкетування був отриманий у директорки Старченко Н. М. Ліцею №17. Домовлялися з психологинєю Шевчик О. О. (у якої практикувалися), коли, де, в який час і які саме класи будемо опитувати. Під час проведення анкетування в Ліцеї №19 дозвіл отримали від завуча фамілію, також домовлялися, де, коли і в який час. Перед кожним опитуванням друкувалася необхідна кількість анкет (в першому ліцеї це залежало від кількості учнів у класі, в другому — від кількості учнів ВПО в кожному класі). Всього 96 респондентів, 74 – місцеві, 22 – ВПО.

2.Процедура проведення: В Ліцеї №17 анкетування проводилось в класах, або в бомбосховищі (це відбувалось тоді, коли під час проведення занять була повітряна тривога) за згодою класного керівника або вчителя, який проводив урок. Мене представляла психологиня, яка пояснювала мету мого візиту. Далі я розповідала про анкети, як їх правильно заповнювати, та наголошувала на анонімності анкети, відповідала на питання. Час для проходження анкети був приблизно 20-25 хвилин. В Ліцеї №19 анкетування проводилось в кабінеті, де збирались діти ВПО з 8-11 класів. Я представлялася

сама, розповідала мету візиту та надавала чіткі інструкції щодо анкети. Час проходження приблизно 20-25 хвилин.

3.Збір даних: Після заповнення, анкети були зібрані та перевірені на коректність та повноту заповнення.

Етап аналізу результатів додаткових методик

Ми провели аналіз результатів анкет за допомогою психодіагностичних методик. Виявили зв'язок між цими даними та результатами, отриманими під час проведення анкетування; це було зроблено для кращого та глибшого розуміння агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті.

Обґрунтування вибору додаткових психодіагностичних методик

Методика визначення показників та форм агресії А. Басса та А. Дарки (адаптація О. Осницького)

Мета методики: Діагностика форм агресивної поведінки та ворожості.

Діагностує: Методика оцінює вираженість та рівень видів агресії. а саме: вербальна, непрямая, фізична та признаки ворожості(роздратування, почуття провини та інші.).

Використання даної методики допоможе зрозуміти головні форми агресії серед підлітків. Результати анкетування (питання 1 «Як ти почуваєшся останнім часом?» та 2 «Що ти зазвичай відчуваєш, коли злишся?») показали, що велика кількість підлітків відчувають дратівливість та тривогу/страх. Отримані дані підтверджують високі показники за шкалами «гнів» та «роздратування» даної методики, і, в свою чергу, це говорить про вираженість цих форм агресії та про емоційну напруженість у підлітків, які дали відповіді на питання. Питання 3 (Як ти поводишся у конфліктній ситуації?). Аналіз показав схильність підлітків до агресивних реакцій. За допомогою питання 11 (А чи бувало, що у вашому класі...) було встановлено факти булінгу. Отримані дані співвідносяться з показниками шкал «непряма агресія» та «негативізм» методики А. Басса та А. Дарки.

Методика дослідження імпульсивності В. Лосєнкова

Мета методики: Визначити рівень імпульсивності.

Діагностує: Методика оцінює тенденцію до спонтанних та необдуманих рішень/дій, низький рівень самоконтролю.

Методика допоможе нам оцінити, те наскільки імпульсивність впливає на агресивну поведінку. Під час проведення аналізу реакцій у конфліктних ситуаціях виявлено зв'язок між агресивними реакціями, такими як «починаю кричати або лаятись» та «можу вдарити або штовхнути», з імпульсивністю. Це говорить про те, що імпульсивність є одним з факторів агресивної поведінки, і ці дані підтверджують результати методики дослідження імпульсивності. Підтверджується, що є зв'язок між агресивною поведінкою та імпульсивністю.

Шкала тривожності Тейлора

Мета методики: Виміряти рівень тривожності як стійкої особистісної характеристики.

Діагностує: Оцінює рівень тривожності, схильність до переживання напруженості, страху, нервозності та занепокоєння.

Використання шкали дозволить виявити та дослідити зв'язок між рівнем тривожності та проявами агресивної поведінки підлітків. Достатньо високі показники страху та тривоги, які ми виявили за допомогою 1 та 2 питань, говорять про те, що тривожність як риса особистості має високий рівень. Завдяки порівнянню отриманих даних анкет з результатами шкали тривожності Тейлора вдалося підтвердити зв'язок тривожності з агресивною поведінкою. Також між даною методикою та методикою Басса та Дарки є зв'язок зі шкалами «гнів» та «роздратування», це говорить про те, що високий рівень тривожності впливає на схильність до агресивних реакцій.

Вивчення акцентуації у підлітків за допомогою методики Леонгарда-Шмішека

Мета методики: Виявити типи акцентуації характеру та темпераменту у підлітків.

Діагностує: Оцінює вираженість типів акцентуацій.

Використання методики дозволить виявити чи є зв'язок між певними типами акцентуацій та схильністю до агресивної поведінки. Під час аналізу

питань 6 (Які у тебе стосунки з однокласниками?), 10 (Чи була(в) ти у ситуаціях, коли...) та 11 (А чи бувало, що у вашому класі...), виявився зв'язок між проявами булінгу, конфліктами в класах та деякими акцентуаціями характеру. Якщо порівняти ці дані з результатами даної методики, то ми побачимо, що підлітки з епілептоїдальною та збудливою акцентуацією характеру схильні до булінгу інших та до агресивної поведінки.

Методика дослідження соціальної адаптованості

Мета методики: Оцінити рівень соціальної адаптації особистості.

Діагностує: Досліджує можливості особистості до пристосування соціального середовища, вміння налагоджувати міжособистісні стосунки та дотримання соціальних норм і правил.

Ця методика дозволить нам оцінити рівень соціальної адаптації підлітків та виявити, чи впливає цей чинник на агресивну поведінку підлітків в умовах прифронтового міста. Проаналізувавши відповіді на питання про наявність друзів, стосунки з однокласниками, відчуття комфорту та спілкування з однокласниками поза школою (5, 6, 13 та 7 питання), виявили зв'язок між адаптацією підлітків, їх соціальними зв'язками та агресивною поведінкою. Це підтверджує результати цієї методики про вплив соціальної дезадаптації на прояви агресивної поведінки; комфорт проживання в місті також впливає на агресивну поведінку.

Комплекс цих методик дозволив нам отримати глибоке розуміння причин та форм агресивної поведінки підлітків, враховуючи індивідуально-психологічні особливості та проживання в прифронтовому місті.

Аналітичний розгляд результатів анкетування

Блок 1. Емоційний стан та внутрішні переживання

Одним з пріоритетів нашого дослідження, був аналіз емоційного стану підлітків, які проживають у прифронтовому місті. Результати даного аналізу, які дають можливість якісніше та глибше зрозуміти психологічний вплив на підлітків, які проживають в такій ситуації, представлені в наступній таблиці.

Таблиця 1. Розподіл відповідей щодо емоційного стану

(*N = 96, у % до всіх хто відповів*)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Відчуваю сильну злість	14	4
Дратуюсь навіть через дрібниці	42	45
Відчуваю тривогу, страх	26	41
Відчуваю себе самотньо	24	41
Хочеться усамотнитись	11	13
Відчуття, що мене не розуміють	20	27
Хочеться когось образити словами	3	18

Аналіз відповідей підлітків показав, що ВПО учні значно частіше відчують дратівливість, тривогу та самотність, що вказує на сильний стан фрустрації, який викликаний вимушеним переїздом, повномасштабним вторгненням та труднощами з адаптацією. Це підтверджує, що соціально-територіальні чинники впливають на емоційний стан. Порушення соціальних зв'язків та емоційний дискомфорт у ВПО підвищують ризик агресивної поведінки, підтримуючи основну гіпотезу дослідження. Не дивлячись на те, що місцеві учні також відчують стрес, їхній емоційний стан є стабільнішим.

Виникає наступне питання, а що відчують підлітки під час злості? Результати внутрішніх переживань підлітків під час злості представлені в таблиці нижче.

Таблиця 2. Розподіл відповідей щодо відчуття під час злості

(*N = 96, у % до всіх хто відповів*)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
-------------------	---------	-----

Бажання плакати або втекти	33	41
Відчуття, що мене ніхто не розуміє	23	36
Хочеться кричати	29	27
Хочеться вдарити (об'єкт чи стіну)	39	27

Аналіз внутрішніх переживань під час злості показав, що учні ВПО частіше відчувають бажання плакати або втекти, а також відчуття нерозуміння. Це говорить про відчуття глибокої фрустрації, яка посилена соціально-територіальними чинниками та порушеними соціальними зв'язками. Це підтверджує обидві гіпотези дослідження. На відмінно від учнів ВПО місцеві учні, особливо молодшого підліткового віку, частіше схильні до фізичного вираження гніву, висловлюючи бажання вдарити об'єкт роздратування, що вказує на різні механізми вираження фрустрації в групах.

Блок 2. Реакції на агресію та конфлікти

Наступний пріоритет нашого дослідження, це виявлення того як підлітки реагують та поведуться під час конфліктних ситуацій. Результати аналізу представлені в таблиці нижче.

Таблиця 3. Розподіл відповідей щодо поведінки під час конфлікту

(N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Починаю кричати або лаятись	35	23
Замовкаю, уникаю розмови	32	18
Можу вдарити або штовхнути	12	22

Виходжу з конфлікту без агресії	58	45
Звертаюсь до дорослого/вчителя\друга	3	4

Оцінка поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях показала, що учні ВПО частіше схильні до фізичної форми агресії, тоді як місцеві учні частіше використовують вербальну форму агресії, уникають або намагаються вирішити конфліктну ситуацію без агресії. Учні ВПО також рідше вирішують конфлікти без застосування агресії та майже не звертаються за допомогою, що вказує на їхню фрустрацію, порушені соціальні зв'язки та вплив соціально-територіальних чинників. Виявлені тенденції повністю підтверджують основну та додаткову гіпотези дослідження, підкреслюючи, що стрес від вимушеного переміщення та адаптації посилює агресивні імпульси та знижує здатність до самоконтролю у ВПО.

Ще одним з головних пріоритетів нашого дослідження є визначення причин, які провокують агресивну поведінку. Результати аналізу можна побачити в таблиці нижче.

Таблиця 4. Розподіл відповідей щодо причин агресії
(*N* = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Стрес, пов'язаний з війною	27	55
Конфлікти в родині	44	22
Самотність	15	31
Відчуття, що мене не чують	24	31
Відсутність дружньої підтримки	14	13

Конфлікти у відносинах (хлопець/дівчина)	11	22
Адаптація на новому місці	4	13

Аналіз причин агресії виявив, що для учнів ВПО основними факторами є стрес, пов'язаний з війною, самотність, відчуття нерозуміння, відсутність дружньої підтримки та проблеми з адаптацією. Це підкреслює значний вплив соціально-територіальних чинників на їхню фрустрацію та порушення соціальних зв'язків, підтверджуючи обидві гіпотези дослідження. Натомість, у місцевих учнів головною причиною агресії частіше виступають конфлікти в родині. Це може говорити про те, що сімейне оточення для місцевих підлітків є джерелом стресу та фрустрації. Також можна зробити припущення, що це вказує на проблеми у міжособистісних соціальних зв'язках у родині; це не пов'язано прямо з воєнними діями, але впливає на рівень агресії, і це підтримує нашу основну гіпотезу.

У процесі дослідження було виявлено, за допомогою яких способів підлітки намагаються приборкати агресію або заспокоїтись. Результати аналізу представлені в таблиці нижче.

Таблиця 5. Розподіл відповідей щодо способів заспокоєння та приборкання агресії

(N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Спорт	35	50
Музика	69	54
Творчість (наприклад, малювання)	26	13
Спілкування з друзями	62	54

Спілкування з дорослими	10	13
-------------------------	----	----

Дослідження показало, що для приборкання агресії та заспокоєння як для ВПО, так і для місцевих учнів найефективнішими є заняття спортом, слухання музики та спілкування з друзями. Ці стратегії виявилися універсальними, попри вплив соціально-територіальних чинників та можливі порушення міжособистісних зв'язків у ВПО. Однак, низький рівень звернень до дорослих за допомогою в обох групах вказує на наявність порушень соціальних зв'язків та відсутність довіри, що підтримує основну гіпотезу дослідження.

Блок 3: Соціальний та особистий простір

Виникає цікаве питання щодо того, наскільки комфортно почувають себе підлітки в місті Павлоград. Результати аналізу даного питання можна побачити нижче в таблиці.

Таблиця 6. Розподіл відповідей щодо комфорту проживання в місті
(*N = 96, у % до всіх хто відповів*)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
1 – зовсім некомфортно	8	14
2 – швидше некомфортно	9	14
3 – ні добре, ні погано	31	36
4 – скоріше комфортно	27	9
5 – дуже комфортно	26	27

Аналіз рівня комфорту в місті проживання показав, що учні ВПО загалом відчують менший комфорт у Павлограді якщо порівнювати з місцевими підлітками. Це зумовлено соціально-територіальними чинниками, такими як складнощі з інтеграцією, налагодженням соціальних зв'язків та адаптацією до нового середовища. Нижчий рівень комфорту впливає на їхній

емоційний стан, сприяючи зростанню фрустрації, що підтверджує нашу додаткову гіпотезу про вплив цих чинників.

Один з важливих аспектів в дослідженні є аналіз атмосфери в шкільному середовищі. Результату аналізу атмосфери в класі можна побачити нижче в таблиці.

Таблиця 7. Розподіл відповідей щодо оцінки атмосфери в класі

(N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Дуже погано	4	5
Погано	10	5
Нормально	64	50
Добре	19	27
Дуже добре	4	14

Проведений аналіз щодо оцінки атмосфери в класі показав, що найбільш поширеним варіантом відповіді є «нормально», що свідчить про нейтральний або емоційно відсторонений мікроклімат у більшості класів, як серед місцевих учнів, так і серед ВПО. Хоча така атмосфера не є прямою причиною агресії, вона не надає достатньої підтримки для зниження рівня фрустрації та розвитку міцних соціальних зв'язків, які можуть створювати підґрунтя для конфліктів. Наявність відповідей «погано» та «дуже погано» в обох групах вказує на існуючі проблеми у соціальних зв'язках на груповому рівні та можливі джерела фрустрації, що можуть призводити до агресивної поведінки. На учнів ВПО це особливо впливає через додатковий стрес адаптації до нового середовища, що підтверджує взаємозв'язок між соціально-територіальними чинниками, фрустрацією та агресією.

Наступним важливим аспектом дослідження соціальних зв'язків підлітків є наявність близьких та довірливих стосунків. Результати можна побачити у таблиці нижче.

Таблиця 8. Розподіл відповідей щодо довірених друзів

(*N = 96, у % до всіх хто відповів*)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Так	85	68
Ні	5	9
Важко сказати	10	23

Дослідження щодо наявності друзів, яким можна довіряти, показало, що більшість підлітків, як місцевих, так і ВПО, мають таких друзів. Це є позитивним показником і сприяє зниженню рівня стресу та фрустрації. Проте, серед учнів ВПО частіше зустрічаються відповіді «ні» або «важко сказати» щодо наявності друзів, яким вони можуть довіряти. Це говорить про труднощі у формуванні нових соціальних зв'язків після вимушеного переїзду, що поглиблює їхню самотність та фрустрацію. Такий результат підтверджує основну гіпотезу про зв'язок агресивної поведінки з порушенням соціальних зв'язків, а також додаткову гіпотезу про вплив соціально-територіальних чинників.

Далі ми розглянемо міжособистісні соціальні зв'язки. Результати аналізу представлені нижче в таблиці.

Таблиця 9. Розподіл відповідей щодо стосунків з однокласниками

(*N = 96, у % до всіх хто відповів*)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Є близькі друзі	52	41
Є знайомі, з ким просто спілкуюсь	52	73
Є люди, на яких мені байдуже	15	5
Є конфлікти або ворожість	15	5
Я ні з ким не спілкуюсь	10	5

Аналіз стосунків з однокласниками показав, що більшість підлітків, як місцевих, так і ВПО, мають «знайомих, з ким просто спілкуються», а також «близьких друзів». Це говорить про наявність соціальних зв'язків у класах, які сприяють зниженню рівня фрустрації. Однак, присутність відповідей «є люди, на яких мені байдуже» та «є конфлікти або ворожість» в обох групах, а також відповіді «я ні з ким не спілкуюсь» (особливо у 10 класі серед місцевих учнів), вказує на порушення соціальних зв'язків на груповому рівні. Це може призводити до фрустрації та агресивної поведінки, що підтверджує основну гіпотезу. Для учнів ВПО ці фактори можуть бути більше впливати через вплив соціально-територіальних чинників, що також підтримує додаткову гіпотезу.

Далі ми розглянемо рівень інтеграції підлітків поза школою. Результати аналізу можна побачити в таблиці нижче.

Таблиця 10. Розподіл відповідей щодо частоти спілкування з однокласниками поза школою (N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Часто	38	23
Інколи	29	23
Рідко	26	50
Ніколи	7	5

Дослідження частоти спілкування з однокласниками поза школою показало, що місцеві учні частіше підтримують активну соціалізацію, тоді як серед ВПО показник «рідко» є найпопулярнішим. Це свідчить про їхні труднощі з соціальною інтеграцією та формуванням нових міжособистісних зв'язків. Наявність відповідей "ніколи" в обох групах вказує на соціальну ізоляцію. Це підтверджує, що порушення соціальних зв'язків на міжособистісному та груповому рівнях, посилені для ВПО соціально-територіальними чинниками, призводять до підвищення рівня фрустрації та агресивної поведінки, що відповідає нашим гіпотезам.

З метою виявлення особливостей соціальної взаємодії підлітків було проаналізовано місця де вони зазвичай проводять час разом поза школою. Результати аналізу можна побачити в таблиці нижче.

Таблиця 11. Розподіл відповідей щодо місць спілкування поза школою
(N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
У дворі/на вулиці	70	68
У когось вдома	24	27
В ТЦ/кафе/громадські місця	52	45
Спільні гуртки/спортивні секції	12	14

Аналіз місць спілкування підлітків поза школою показав, що найпопулярнішими є двір/вулиця та громадські місця (ТЦ/кафе) як для місцевих учнів, так і для ВПО. Це свідчить про використання відкритих просторів для соціалізації, що може сприяти зниженню рівня фрустрації. Спілкування «у когось вдома» говорить про більш глибокі та довірчі соціальні зв'язки, які також допомагають зменшити рівень фрустрації та агресію. Менш популярні – це спільні гуртки/секції, це говорить про більш формалізовані соціальні зв'язки. Загалом, ці місця відображають можливості для соціалізації, яка, за відсутності глибоких порушень, може позитивно впливати на емоційний стан підлітків.

Далі було проведено неформальний аналіз між 10 та 11 питаннями для виявлення проявів булінгу на особистому досвіді та на рівні спостереження; це є прямим індикатором рівня агресії в школі. Результати аналізу представлені в наступних таблицях.

Таблиця 12. Розподіл щодо ситуацій в класі
(N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Насміхались або обзивали когось	56	41
Булили когось онлайн чи офлайн	48	36
Били або штовхали	28	32
Поширювали про когось особисту інформацію	16	14

Серед учнів ВПО та місцевих частіше спостерігаються вербальні форми булінгу, наприклад, насмішки, обзивання. Це говорить про негативні міжособистісні взаємодії. Булінг онлайн чи офлайн також поширений, виходить, що агресивні прояви є як у реальному, так і віртуальному просторі. Менш часто присутня фізична агресія, але це все одно тривожні сигнали. Найменш поширеним є поширення власної інформації.

У 8 та 9 класах рівень спостереження за булінгом вищий, особливо це стосується вербального та фізичного, що може свідчити про більшу кількість конфліктних ситуацій. Серед ВПО також більш поширені насмішки та булінг.

Наявність булінгу в класах говорить про проблеми з соціальними зв'язками на груповому рівні. Це підтверджує нашу основну гіпотезу.

Таблиця 13. Розподіл відповідей щодо особистих ситуацій

(N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Тебе ігнорували, виключали з компанії	33	41
Ображали словами або прізвиськами	46	50

Били, штовхали або залякували	9	14
Писали про тебе щось негативне соцмережах	30	32
Нічого з вище перерахованого	34	27

Особистий досвід підкріплює дані спостереження в класі. Найпоширеніші види булінгу – це образи словами чи прізвиськами, ігнорування та виключення з компаній. Це говорить про емоційний тиск та фрустрацію, які пов'язані з відчуттям відторгнення. Кібербулінг також є значною проблемою. Менше всього підлітків переживало фізичну агресію, але це все одно тривожний показник прямої агресії.

Молодші підлітки, тобто 8 та 9 класи частіше стикаються з вербальною агресією та кібербулінгом. У ВПО також поширена вербальна агресія, можна зробити припущення, що це пов'язано з труднощами адаптації та пошуком свого місця.

Особистий досвід підлітків, говорить, що вони є жертвами булінгу, це призводить до фрустрації та може стати причиною агресивної поведінки. Це підтверджує нашу основну гіпотезу про те, що агресивна поведінка підлітків пов'язана з порушеними соціальними зв'язками на міжособистісному рівні

Наступний аналіз допоміг встановити чи є у підлітків особистий простір для можливості саморегуляції. Результати представлені в таблиці нижче.

Таблиця 14. Розподіл відповідей щодо особистого простору вдома

(N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Так	85	82
Ні	15	18

Дослідження показало, що більшість підлітків, як місцевих, так і ВПО, мають свій особистий простір вдома. Це позитивний показник, оскільки наявність місця для усамітнення та відпочинку важливе для психологічного комфорту та саморегуляції. Особистий простір допомагає знижувати рівень фрустрації та ефективніше керувати емоціями, що може запобігти агресивній поведінці, а також пом'якшувати вплив соціально-територіальних чинників на ВПО. Проте, невелика частка підлітків, які не мають такого простору, стикається з додатковим джерелом стресу. Відсутність можливості для усамітнення може посилювати фрустрацію та ймовірність агресивної поведінки через брак емоційної розвантаженості, що підтверджує нашу основну гіпотезу.

Останнє питання допомогло дізнатися, чи доводиться підліткам слідкувати за молодшими членами родини і до чого це може призвести. Результати аналізу представлені в наступній таблиці.

Таблиця 15. Розподіл відповідей щодо догляду за молодшими членами родини

(N = 96, у % до всіх хто відповів)

Варіант відповіді	Місцеві	ВПО
Так	15	23
Іноді	21	23
Ні	64	55

Аналіз показав, що догляд за молодшими членами родини є додатковим джерелом стресу та фрустрації для значної частини підлітків, як місцевих, так і ВПО. Ця відповідальність обмежує їхній вільний час та може негативно впливати на психологічний стан, особливо для молодших підлітків (8 та 9 класів). Для учнів ВПО це навантаження може посилюватися через умови прифронтового міста та вплив соціально-територіальних чинників. Таким чином, цей аспект підтверджує, що додаткові обов'язки та пов'язана з ними фрустрація можуть впливати на агресивну поведінку підлітків, і це підтримує

нашу основну гіпотезу. Але догляд за молодшими членами родини можуть позитивно впливати на підлітків. Це може вплинути на емпатію, відповідальність та на розвиток соціальних навичок.

Порівняльний аналіз, який ми провели, виявив низку важливих відмінностей між місцевими та приїжджими учнями, які підтверджують основну та додаткову гіпотези.

Основна гіпотеза наголошує, що агресивна поведінка зумовлюється станом фрустрації та порушенням соціальних зв'язків. Оскільки учні ВПО мають вищий рівень негативних емоційних станів, таких як тривога, самотність та відчуття нерозуміння, це свідчить про те, що у них більша фрустрація. Також у них менш міцні соціальні зв'язки, а саме нижчий рівень довіри до друзів, менша частота спілкування поза школою, що показує зв'язок з вищими рівнями агресивної поведінки в певних аспектах (наприклад, використання фізичної агресії в конфліктах).

Додаткова гіпотеза говорить, що на рівень фрустраційних проявів впливають соціально-територіальні чинники. У ВПО суттєво вищий рівень стресу, пов'язаного з війною, і це є головною причиною агресії, а нижчий рівень комфорту в місті говорить про вагомий вплив соціально-територіальних чинників на їх емоційний стан та схильність до агресії. Звичайно, процес адаптації на новому місці є ваговою причиною агресивної поведінки.

В дослідженні ми виявили, що особливості емоційного стану, причини, прояви агресивної поведінки, стан соціальних зв'язків та комфорт у місті серед місцевих учнів та ВПО мають значний вплив на їх подальше соціальне та психологічне благополуччя, а також на оточуючих.

Для агресорів характерний високий рівень тривожності, самотності та неконтрольованого гніву може призвести до низької самооцінки, емоційних проблем та труднощів у побудові близьких і здорових міжособистісних стосунків. Ці емоційні труднощі та слабкі соціальні зв'язки, у свою чергу, часто є підґрунтям для розвитку антисоціальної поведінки, соціальної ізоляції

та навіть вживання психоактивних речовин. У прагненні отримати соціальний статус агресор може вдаватися до агресивної поведінки, що лише закріплює ці деструктивні моделі.

Жертви агресивної поведінки можуть відчувати тривогу, страх, також мати низьку самооцінку та переживати соціальну ізоляцію. Важкі випадки можуть призвести до психологічних травм, ПТСР та депресивних розладів. Через постійний стрес у жертв агресії може погіршитися успішність у навчанні та привести до того, що почнуться проблеми з довірою в майбутніх стосунках. Фізична агресія може призвести як до легких травм, так і до більш серйозних тілесних ушкоджень.

Агресивна поведінка, незалежно від її джерела, створює складну динаміку всередині сім'ї, впливаючи на кожного її члена. Батьки агресорів та жертв часто відчують тривогу, занепокоєння та почуття провини, спостерігаючи за проблемами своїх дітей. Постійні спроби допомоги у вирішенні проблем, пов'язаних з агресивною поведінкою, можуть зумовити емоційне виснаження та стрес у родині. У випадку з ВПО – це додатковий стрес через переїзд та повномасштабне вторгнення, які можуть посилювати емоційні переживання. Крім того, молодші брати та сестри, спостерігаючи за старшими, за тим, як вони поведуться в соціумі, добиваються свого та вирішують конфлікти за допомогою агресії, можуть зрозуміти, що «це працює», і почати діяти так само. А за молодшими, у свою чергу, почнуть спостерігати інші та повторювати, утворюючи «коло агресії», що ризикує ніколи не закінчитися. Таким чином, дане дослідження акцентує увагу на тому, що агресивна поведінка підлітків у прифронтовому місті має наслідки не лише для підлітків, а й для їхнього оточення.

Результати нашого дослідження підтверджують основну гіпотезу про те, що агресивна поведінка підлітків у прифронтовому місті зумовлюється станом фрустрації та порушенням соціальних зв'язків на міжособистісному та груповому рівнях.

Ми виявили, що учні ВПО через складні ситуації переїзду та адаптації демонструють вищий рівень негативних емоційних станів, таких як тривога та самотність, що може свідчити про більший стан фрустрації порівняно з місцевими підлітками. Крім того, у учнів ВПО спостерігаються менш міцні соціальні зв'язки, нижчий рівень довіри до друзів та менша активність у спілкуванні з однокласниками поза школою.

Попри високий рівень фрустрації та слабші соціальні зв'язки, учні ВПО демонструють не завжди високі рівні агресивної поведінки за всіма показниками. Зокрема, місцеві учні частіше вдаються до вербальної агресії (крик, лайка). Однак учні ВПО частіше проявляли фізичну агресію під час конфліктів. Таким чином, ми можемо зробити висновок, що існує кореляція між фрустрацією (особливо у ВПО) та порушеними соціальними зв'язками з певними формами агресивної поведінки, але вона не є однозначною для всіх проявів агресії. Це вказує на ймовірний вплив інших факторів, які потребують подальшого вивчення.

Наша додаткова гіпотеза підтверджується цим дослідженням; ми довели, що на рівень фрустраційних проявів підлітків суттєво впливають соціально-територіальні чинники.

Порівняно з місцевими учнями, ВПО демонструють набагато вищий рівень стресу, який пов'язаний з війною, з причин того, що зіткнулися зі зміною місця проживання, втратою звичного соціального оточення та переживанням стресу.

ВПО частіше відчують самотність та відчуття, що їх не розуміють; це є емоційними проявами фрустрації, які пов'язані з труднощами адаптації в новому соціально-територіальному контексті.

До того ж, учні ВПО в середньому оцінюють свій рівень комфорту в місті Павлоград нижче порівняно з місцевими; це свідчить про вплив соціально-територіальних чинників на їх психологічне благополуччя та стан фрустрації.

Дослідження чітко говорить про те, що соціально-територіальні чинники мають зв'язок зі статусом ВПО та проживанням в прифронтовому місті, впливають на емоційний стан і є важливими факторами, які зумовлюють фрустраційні прояви, що можуть лежати в основі агресивної поведінки.

Після проведення порівняльного аналізу ми можемо зробити висновок, що високий рівень психологічного дискомфорту та фрустрації учнів ВПО, який пов'язаний з переїздом та життям в прифронтовому місті, зумовлюється частішим відчуттям тривоги, самотності та страху.

Для місцевих учнів набагато значущими причинами агресії є конфлікти в родині. Основними причинами у учнів ВПО є відчуття, що їх не розуміють, та стрес, пов'язаний з війною. Ці дані підкреслюють вплив соціально-територіальних чинників на ВПО, а також вказують на важливість внутрішньо-сімейних відносин як фактора агресії серед місцевих підлітків.

Місцеві учні більш схильні до вербальної агресії або уникнення конфліктів, тоді як учні ВПО проявляють фізичну агресію під час конфліктів. Також ВПО частіше під час конфлікту відчувають бажання плакати або втекти та відчуття нерозуміння, коли зляться.

Про потенційні труднощі в налагодженні та підтримці соціальних зв'язків у новому середовищі учнів ВПО говорить те, що вони мають менший рівень довіри до друзів та рідше, ніж місцеві учні, спілкуються з однокласниками поза школою.

Місцеві учні частіше використовують музику та творчість як спосіб заспокоєння, тоді як учні ВПО частіше вдаються до спорту. Для обох груп важливим способом заспокоєння є спілкування з друзями, але серед ВПО він менш поширений.

Нижча середня оцінка рівня комфорту проживання в місті учнів ВПО може відображати їхні труднощі з адаптацією та загальне психологічне самопочуття в нових умовах. У місцевих учнів цей показник трохи вищий.

Емоційні стани, причини, прояви агресії, соціальні зв'язки та комфорт у місті, які ми виявили в нашому дослідженні, можуть мати вплив на подальше соціальне та психологічне благополуччя як місцевих, так і учнів ВПО.

Вищий рівень тривоги та самотності у учнів ВПО може призвести до психологічних травм, проблем з довірою та соціальною ізоляцією. На емоційні проблеми, труднощі у соціальній адаптації та формування “кола агресії” може впливати стрес від воєнних дій, який є основною причиною агресії. Використання фізичної агресії може мати негативні наслідки для жертв. Слабкі соціальні зв'язки можуть призводити до ускладнень із соціальною інтеграцією, приводити до самотності та підвищувати ризик стати жертвою або агресором. Нижчий рівень комфорту в місті може погіршувати психологічне самопочуття, підвищувати рівень стресу та сприяти емоційним проблемам, які, в свою чергу, можуть впливати на агресивну поведінку.

Вищий рівень дратівливості та схильності до вербальної агресії у місцевих учнів може призвести до проблем у міжособистісних стосунках, конфліктів з однолітками та близькими. Основні причини агресії – це конфлікти в родині; вони можуть спричинити емоційні проблеми, погіршення самооцінки та ускладнення в побудові здорових стосунків у майбутньому. Високий рівень фізичної агресії у деяких місцевих учнів також несе ризики травм для оточуючих.

Через слабкі соціальні зв'язки обох груп можуть призвести до соціальної ізоляції та труднощів у соціальній адаптації. Невміння конструктивно розв'язувати конфлікти може призвести до ескалації агресії та подальших негативних наслідків для всіх, хто брав участь у конфлікті.

Отже, таким чином, наше дослідження показує, що агресивна поведінка підлітків у прифронтовому місті має різноманітні та серйозні наслідки як для самих підлітків, так і для їх оточення.

Для розуміння особливостей агресивної поведінки підлітків, які проживають у прифронтовому місті, результати нашого дослідження мають важливе практичне значення. Виявлені нами відмінності в емоційному стані,

причинах та формах агресії між місцевими та учнями ВПО концентрують увагу на необхідності диференційованого підходу до розробки профілактичних та корекційних заходів.

Результати, які ми отримали, можуть мати користь у роботі педагогів, психологів, соціальних працівників та представників місцевої влади для розробки та впровадження програм, які спрямовані на профілактику агресії, підтримку психологічного благополуччя підлітків та, звичайно, сприяння їх успішній соціальній адаптації в умовах прифронтового міста.

2.3. Практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивності та конфліктності у підлітковому середовищі за часів війни

Рекомендації для підлітків:

1. Обговорення тривожних подій

Прокидатися щоранку в один і той самий час, гратися в ігри з рідними та друзями, робити уроки, готувати обід, розмовляти після вечері в родинному колі, обійматися та співати – намагайтеся повернути те, що ви робили до війни, адже це допомагає підліткам почуватися спокійніше і впевненіше. Якщо зараз ви не можете повернутися до свого звичного режиму дня, створіть нові ритуали – головне, щоб одні й ті самі дії повторювалися щодня в той самий час. Такі розмови є дуже корисними для емоційної розрядки. Після перебування в укритті, сигналів тривоги, звуків вибухів чи епізоду бойових дій проводьте невеликі сімейні бесіди. Такі розмови слід починати зі слів про те, що загроза минула («зараз ми в безпеці»). Скажіть, що це було важко, але дитина впоралася, і ви, батьки чи близькі дорослі (опікуни), пишаєтеся її силою. Підкресліть: те, що підліток подолав складнощі, допомогло й батькам. У проживанні критичних ситуацій через їхнє проговорювання важливо робити акцент не лише на почуттях та емоціях, а й на діях, які допомогли впоратися дитині й вашій родині.

Щоб уникнути стану «фрагментації пам'яті» (це коли ми перестаємо пам'ятати послідовність дій під час травматичних подій), потрібно переказувати події та дії членів родини в цей час. Наприклад: «ми почули, що...», «ми пішли, було страшно, сумно, ми зробили це...». Якщо підліток готовий, можна заохочувати і його переказувати події. При цьому важливо говорити, що «і мені, і тобі було страшно (сумно, тривожно, ми сердилися), але ми впоралися». Цей метод дозволяє підлітку побачити, що її почуття збігаються із почуттями дорослих, що вона не сама, а також зняти емоційне напруження.

2. Створення нових ритуалів

Якщо ви переїхали або втратили можливість робити те, що було для вас з підлітком звичним, створіть нові ритуали. Це може бути читання вголос, вечірні обійми, спільні ігри, співи тощо. Спільні дії допоможуть підлітку відчувати єдність і силу сім'ї.

3.Щоденне спілкування на різні теми

Спілкування потрібне кожному. Щоб підліток не почав ізолюватися, з ним треба говорити про речі, які стосуються його життя: про прогулянки, книги, фільми, ігри. Попросити навчити дорослих чогось, що в нього добре виходить. Це допоможе йому відчувати, що вам важливі його інтереси.

4.Підтримання емоційного зв'язку

Особливо зараз, в умовах війни, для підлітків важлива емоційна близькість із батьками. Щоб зберігати її та зміцнювати, потрібно обіймати підлітка, говорити, що ви його любите, хвалити його (за сміливість, за витримку, за вміння, які демонструє дитина), грати з ним, смішити, розділяти з ним емоції. Наприклад, спитайте у підлітка, як саме він відчуває, що мама й тато її люблять. Зазвичай підлітки висловлюють найбільш прийнятний на цей момент варіант. Якщо він не відповідає, запропонуйте таку вправу-гру: візьміть іграшку, скажіть, що іграшка засмучена, і запропонуйте підлітку втішити її. Дивіться на дії підлітка – саме таких дій від вас потребує і він. Важливо пам'ятати, що підлітки, які пережили травматичний досвід, не завжди люблять обійматися й можуть уникати тілесних контактів. Тому слід запитувати у підлітка, чи можна його пригорнути

5.Розвиток почуття гумору

Намагайтеся жартувати та усміхатися, викликати усмішку у підлітка. Гумор має терапевтичну дію, підтримує та зцілює. При цьому слід пам'ятати, що підлітки реагують не на сенс сказаного, а насамперед на його форму. Тому важливо, щоб жарти не були образливими й підліток в них не відчував знецінювання

6.Звернення до психолога

Не зволікайте зі зверненням до спеціаліста за психологічною допомогою, якщо підліток постійно пригнічен чи агресивний, уникає активності, спілкування з однолітками, втратил апетит і нормальний сон [83 с. 7-9].

7.Дихальні вправи

Дихання животом заспокоює та допомагає кисню швидше наситити кров. Техніка складається з трьох кроків:

Крок 1. Покладіть руку на живіт.

Крок 2. Зробіть кілька усвідомлених вдихів та видихів. Наприклад, 5 секунд вдих, 5 секунд видих, вдих через ніс і видих через рот.

Крок 3. Поясніть підлітку, що коли він вдихає, то м'яко надуває свій живіт, як повітряну кульку, а коли видихає, повітря ніби повільно виходить із кульки.

Сконцентруйтеся на диханні: одну руку складіть як човник і накрийте нею губи, іншу руку покладіть на живіт. Видих – рука йде вниз до грудей, вдих – рука підіймається до рота [83 с.17].

Інші вправи та техніки для роботи з підлітком

- 1.Знайти кілька предметів одного кольору і перелічити їх.
- 2.Порахувати кроки до якогось предмета.
- 3.Стискати поперемінно правою та лівою рукою руку дорослого.
- 4.Рахувати від десяти до одного.
- 5.Покласти руку на живіт приблизно на три пальці нижче за сонячне сплетіння та постукати по цьому місцю.
- 6.Потерти кінчик носа.
- 7.Злегка натиснути на очні яблука з двох боків.
- 8.Змочити губи водою, сполоскати рота.
- 9.Витягнути язика якомога далі – ніби намагаючись торкнутися ним грудної клітки.

10.Подивитися праворуч якомога далі, не повертаючи голови, затримати погляд на 15–20 секунд, потім перевести погляд прямо, потім подивитися ліворуч якомога далі, потім знову прямо.

11.Розтерти руками тіло.

12.Розтерти точку між підмізинним пальцем і мізинцем.

13.Покласти руки на ребра, щоб відчувати, як вони під час дихання [83 с. 18].

Ігри

Нижче подаємо 10 ігор на вивільнення агресії у підлітків – оберіть ті, які вам з підлітком до вподоби і працюють у вашому випадку ефективніше:

1. Гра «Видихнути хмару»

Уявляємо, що вдихаємо хмару і видихаємо її зі звуком – можна з «грозою» та «блискавкою». На вдиху розкриваємо руки, показуючи, який розмір хмари ми вдихаємо. А на видиху створюємо певний звук і зводимо руки, наче зменшуємо хмару – аж поки долоні в кінці видиху не з'єднаються, мов у ляск. Можна супроводжувати видих тупотінням ніг.

2. Гра «Подушковий бій»

Тут все зрозуміло – бийтеся подушками, тільки ж зважайте на розміри приміщення та крихкі предмети.

3. Гра «Пружина»

Присядьте та міцно обійміть коліна. Потім стрімко вистрибніть, як пружина, вгору. Повторіть декілька разів. Можна намагатися вистрибувати далі, вище.

4. Гра «Мішок для крику»

Візьміть полотняну торбинку або наволочку (підійде також стакан чи коробка) й кричіть у неї про свої образи. Це може бути певний звук, наприклад, «Аааа!», слово чи навіть кілька речень. По завершенню – зав'яжіть (закрийте) «мішок для крику».

5. Гра «Імпровізація»

Стиснувши в кулаку фломастер або олівець, малюйте будь що. Не треба прагнути вивести щось конкретне – хай підліток водить рукою, як йому заманеться. Або пошматуйте папір, а потім заберіть з уривків колаж.

6. Гра «Гострі пазурі»

Удавайте із себе тигрів чи пантер, які випускають пазурі і захищаються. Заспокоївшись, «перетворіться» на людину.

Ви можете вигадувати й свої ігри – головне, щоб підліток «випустил пару» і водночас не нашкодил ні собі, ні навколишнім і стосункам із ними. Так підліток навчиться розуміти, що коли кепський настрій – йому часто можна дати раду [82].

Для батьків:

Психологічно стабілізуватися самим, не применшувати важливість власних потреб і переживань. Лише в емоційно стабільному стані ми можемо підтримати підлітків. Важливо пам'ятати, що батьки мають право на емоції. Підліткам необхідно пояснити, чому ви так реагуєте, але водночас наголосити, що з часом стане легше й ваша родина з цим точно впорається.

- Дозволити собі просити про допомогу і приймати її
- Налагодити режим дня та повернути за можливості частину звичних справ.
- Заручитися підтримкою близьких – налагодити спілкування з важливими людьми, якщо це дає вам підтримку і налаштовує на позитив.
- Включатися у фізичну активність (робити фізичні вправи, щонайменше гуляти на свіжому повітрі).
- Обмежити перегляд новин та сортувати інформацію, яку ви отримуєте: обирати канали, що не транслюють кровопролиття та інший у край негативний чи емоційно забарвлений контент.
- Доеднуватися до допомоги іншим, адже це дає величезний ресурс.
- Пам'ятати, що діагноз може поставити лише фахівець.

Звернутися по допомогу до психологині/психолога, /психотерапевтки/психотерапевта, який допоможе опанувати техніки емоційної стабілізації себе і близьких [83 с. 25].

Що дорослі можуть зробити для підлітків

Забезпечити (відновити) почуття безпеки в той спосіб та тією мірою, які є можливими на цю мить. Для відновлення почуття безпеки слід використовувати такі прийоми:

1.Кожного разу, коли родина перебуває в бодай умовній безпеці, говорити «ми в безпеці», «я з тобою».

2.Використовувати методи арттерапії: малювати, створювати в будь-який інший творчий спосіб «безпечний простір».

3.Повертати в щоденну рутину звичні заняття та дії, які дають підліткам відчуття, що вони контролюють ситуацію: наприклад, прості домашні доручення – полити квіти, витерти пил, погодувати домашніх улюбленців.

4.Заохочувати підлітків до фізичної активності (фізкультура, танці, регулярні прогулянки на свіжому повітрі тощо); нагадувати їм потягуватися, пропонувати ігри, в яких вони можуть добігти до цілі, зробити щось наввипередки з батьками.

5.Подбати про те, щоб підлітки не забували про свої тілесні потреби: пили воду, ходили до туалету, достатньо їли, були вдягнені відповідно до навколишньої температури.

6.Відновити режим дня, наскільки це можливо (навчання у школі, якщо це доступно, виконання певних завдань, рухова активність, режим сну тощо). Це дає підліткам почуття захищеності, додає ресурсу і надії на повернення до звичайного мирного життя. У багатьох підлітків є складнощі із засинанням – у цьому разі можна заспівати колискову, зробити масаж, обійнятися, потягнутися, пограти в ігри, що повертають підлітку контакт із власним тілом. Важливо пам'ятати про підготовку до сну: не грати в комп'ютерні ігри, не дивитися мультфільми та фільми за годину до сну.

7.Забезпечувати підлітку почуття близькості та підтримки (у першу чергу з боку батьків або осіб, які їх замінюють) – підліток має знати, що близькі люди поруч і що вони її люблять. Важливими тут будуть також тілесні контакти: обійми з близькими дорослими, тримання за руку тощо (перелік тілесних ігор дивіться у додатку в кінці брошури). Підлітку важливо чути від дорослих (батьків чи осіб, які їх замінюють), що вони поруч.

8.Вислуховувати підлітка, коли він хоче поговорити, бути уважними до його запитань і давати чесні відповіді, які відповідають їх віку.

9.Дозволити підлітку висловлювати емоції та почуття. Не можна говорити «не згадуй цього» або «забудь про це» – навпаки, важливо дати змогу максимально висловитися та проявити емоції. Інколи їм важливо розповісти й довірити дорослим свій досвід, але вони не завжди потребують порад і тим більше оцінок.

10.Пояснювати підлітку, що сталося, давати правдиву інформацію доступними словами. Підліткам важливо розуміти ситуацію в цілому та причини того, що сталося. Це працює на зцілення. Дорослим важливо дізнатися, що саме підліток зрозумів з ситуації, який висновок зробил.

11.Заохочувати підлітка до спілкування з однолітками, діяльності у громаді, доступної для його віку, тощо.

12.У разі прояву агресії важливо формувати здорові поведінкові рамки: попри те що підліток може бути важко справлятися з емоціями, він повинен розуміти, що кривдити інших, слабших або тварин неприпустимо. Можна говорити так: «злитися – можна і нормально, завдавати шкоди собі та іншим – ні». Не менш важливо давати змогу вивільнити агресію.

13.Звернутися по фахову психологічну/психотерапевтичну допомогу чи супровід: фахівці підкажуть підліткам та батькам, як справлятися з емоціями, як навчитися релаксації, як контролювати важкі спогади тощо [83 с. 26-27]

Рекомендації для закладів освіти:

Загальні рекомендації для всі підлітків:

1.Розвиток емоційної компетентності

Включення до навчальних планів інтегрованих курсів або окремих тренінгів з емоційної грамотності, використовуючи інтерактивні методи, наприклад, рольові ігри, дискусії, аналіз ситуацій).

Організація гуртків, клубів або майстерень, де підлітки можуть творчо виражати свої емоції, наприклад, театральні студії, художні майстерні, молодіжні простори, музичні гурти.

Проведення шкільним психологом індивідуальних та групових консультацій з метою навчання саморегуляції та керування імпульсивністю.

2. Навчання конструктивному вирішенню конфліктів

Підготовка групи учнів-медіаторів, які могли б допомагати одноліткам у вирішенні конфліктів на ранніх стадіях.

Проведення тренінгів для підлітків з метою розширення знань про вирішення конфліктів.

Використання навчальних відео та симуляції для аналізу різних стратегій поведінки в конфліктах та їх наслідків.

Вправи та завдання, які спрямовані на розуміння точки зору іншої людини (активне слухання) та розвитку емпатії.

3. Підвищення рівня емпатії та толерантності

Спільні проєкти між різними групами учнів (місцевими та ВПО різного віку), які спрямовані на дослідження культурних відмінностей, історії та особистих історій.

Організація зустрічей з людьми, які мають різний життєвий досвід, включаючи ВПО, для обміну історіями та руйнування стереотипів.

Аналіз художніх творів та фільмів, що піднімають питання емпатії, толерантності та прийняття.

4. Створення безпечного та підтримуючого шкільного середовища

Розробка та чітке дотримання правил в школі, які забороняють будь-які форми агресії та булінгу, з прозорими механізмами реагування та покарання.

Забезпечення анонімних каналів для повідомлень про випадки агресії або булінгу.

Створення груп підтримки та надання індивідуальної психологічної допомоги учням, які постраждали від агресії, а також організація цілеспрямованої групової роботи з підлітками для розвитку соціально-емоційних компетенцій, формування здорової групової динаміки та превенції агресивної поведінки.

Навчання вчителів розпізнавати ознаки агресії, ефективно втручатися та підтримувати учнів (підвищення кваліфікації педагогів школи).

Рекомендації з урахуванням особливих потреб ВПО:

1.Забезпечення психологічної підтримки, які орієнтовані на травму

Створення окремих або інтегрованих груп підтримки для обміну досвідом та емоційною підтримкою.

Проведення та участь в психологічних тренінгів в умовах сьогодення.

2.Сприяння соціальної інтеграції та налагодження нових соціальних зв'язків

Залучення місцевих учнів як «наставників» для новоприбулих ВПО, щоб допомогти їм адаптуватися в школі та місті.

Організація івентів, що знайомлять з культурою різних регіонів України та сприяють неформальному спілкуванню.

Допомога у вивченні української мови, якщо є потреба та ознайомлення з історією та культурою Павлограда.

3.Робота з батьками всіх підлітків

Проведення лекцій, семінарів та розповсюдження інформаційних матеріалів про ознаки агресії, булінгу та їх наслідки для всіх учасників.

Навчання батьків навичкам емпатійного слухання, встановлення меж та конструктивного вирішення конфліктів з підлітками.

Заохочення батьків до участі в шкільних заходах, батьківських комітетах та проєктах, які спрямовані на створення безпечного, сприятливого середовища та об'єднання спільними інтересами.

Рекомендації для соціальних служб:

Рекомендації з урахуванням особливих потреб ВПО:

1.Забезпечення психологічної підтримки, які орієнтовані на травму

Співпраця з організаціями, які надають психологічну допомогу постраждалим від травматичних подій.

Забезпечення доступу до конфіденційних консультацій з психологами, які мають досвід роботи з наслідками війни та переїзду.

2.Робота з родинами ВПО

Створення груп, де батьки ВПО можуть обмінюватися досвідом та отримувати підтримку від інших сімей та психологів.

Проведення лекцій та тренінгів з питань адаптації дітей, управління стресом та налагодження сімейних стосунків у нових умовах.

Надання інформації про психологічні служби та організації, які можуть надати допомогу у разі потреби.

Рекомендації для органів управління:

1.Підвищення рівня комфорту та відчуття безпеки в новому місці

Створення чат-ботів, Instagram сторінок та телеграм- каналів з корисною інформацією для ВПО (дозвілля, транспорт, медичні послуги).

Участь у місцевих проєктах може допомогти відчувати себе частиною громади.

Організація івентів, що знайомлять з культурою різних регіонів України та сприяють неформальному спілкуванню.

Висновки до другого розділу

У другому розділі дипломної роботи ми присвятили комплексному аналізу проблеми агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті Павлоград. Розділ інтегрує теоретичні засади дослідження, розгляд соціальних проблем міста та результати емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення причин та форм агресивної поведінки підлітків.

Після проведення аналізу соціальних проблем міста Павлоград ми виявили, що прифронтове місто стикнулося з різними викликами, які викликані повномасштабним вторгненням. Складний контекст для життя підлітків створюють такі проблеми, як: ракетні обстріли, соціально-економічні труднощі, демографічні зміни, проблеми з соціальною інфраструктурою та питання безпеки й правопорядку. Виявлені проблеми погіршують не тільки загальну якість життя, а й мають вплив на психоемоційний стан підлітків.

Концептуальну основу для нашого емпіричного дослідження сформулювали теоретичний огляд проблеми агресії. Для розуміння глибини та багатогранності даного явища та виявлення факторів, які сприяють її розвитку в умовах прифронтового міста, були розглянуті головні соціально-гуманітарні теорії, які розглядають дану проблематику – це теорії Хорні, Бандури, Фромма, Берковіца та стигматизації.

Емпіричне дослідження, проведене з метою виявлення та аналізу основних причин та форм агресивної поведінки підлітків у Павлограді, охопило 96 учнів 8-11 класів двох ліцеїв (№17 та №19) Павлоградської міської ради. Вибірка включала як місцевих учнів, так і внутрішньо переміщених осіб (ВПО).

Основним методом збору даних ми обрали анкетування, на нашу думку, воно має методологічні переваги: це можливість охоплення великої кількості респондентів, забезпечення стандартизації даних та анонімності. Додатковими методами були обрані психодіагностичні методики, а саме: методика А. Басса та А. Дарки, методика В. Лоєнкова, шкала тривожності Тейлора, методика

Леонгарда-Шмішека та методика дослідження соціальної адаптованості. Завдяки цим методикам ми змогли отримати комплексне уявлення про рівень агресивності, імпульсивності, тривожності, акцентуації характеру та соціальної адаптованості підлітків.

Результати дослідження підтвердили актуальність проблеми агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті. Аналіз даних виявив, що на формування та прояви агресії у цієї групи підлітків впливають різні специфічні чинники. Зокрема, встановлено, що соціально-територіальні чинники (переїзд, зміна місця проживання, труднощі з інтеграцією та адаптацією) суттєво впливають на емоційний стан та поведінку підлітків ВПО. Порівняльний аналіз виявив відмінності між місцевими учнями та учнями ВПО за рівнем тривожності, самотності, відчуття нерозуміння, довіри до друзів та частоти спілкування поза школою. Ці відмінності свідчать про те, що стан значної фрустрації та менш міцні соціальні зв'язки можуть сприяти підвищенню рівня агресивної поведінки у підлітків ВПО.

Для розробки ефективних стратегій профілактики та корекції агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті отримані результати мають важливе практичне значення. Є необхідність диференційованого підходу до надання психологічної допомоги та підтримки з урахуванням специфічних потреб обох груп підлітків, які підкреслюють ці результати.

Загалом, у другому розділі було забезпечено ґрунтовне розуміння проблеми агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті Павлоград Дніпропетровської області. Окреслення теоретичних засад, аналіз соціального контексту та представлені емпіричні дані підтвердили складність та багатогранність цієї проблеми. Отримані результати можуть стати основою для розробки практичних рекомендацій та профілактичних програм, спрямованих на зменшення агресії, мінімізацію негативних наслідків агресивної поведінки та покращення психологічного благополуччя підлітків.

ВИСНОВКИ

Кваліфікаційна робота присвячена всебічному вивченні причин та форм агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті (на прикладі м. Павлоград Дніпропетровської області). Обрана тема є достатньо актуальною особливо в умовах нашого сучасного українського життя. Повномасштабне вторгнення спричинило появу унікального психологічного та соціального стану, який впливає на сучасних підлітків, а особливо на їх психіку та поведінку.

Проведене дослідження дозволило нам виявити нові аспекти у розуміння агресивної поведінки підлітків у контексті прифронтового міста. Було підтверджено та деталізовано, що високий рівень фрустрації, хронічний стрес, психологічна напруга, порушені соціальні зв'язки та соціально-територіальні чинники, які пов'язані з повномасштабним вторгненням впливають на рівень агресії та на форми її прояву. Також було виявлено, які форми агресії є реакцією на зовнішні травматичні події й дослідили взаємозв'язок між напруженістю яка пов'язана з інформацією з новин та соціальними проблемами прифронтового міста з проявами агресії у підлітків. Це відрізняє наше дослідження від подібних наукових робіт, які проводились у більш мирних областях країни, та підкреслює необхідність врахування контексту прифронтових населених пунктів.

Під час виконання роботи мета дослідження була повністю досягнута. Ми ґрунтовно дослідили причини та форми агресивної поведінки підлітків в контексті прифронтового міста, а також на основі отриманих нами даних під час емпіричного дослідження розробили практичні рекомендації щодо корекції та профілактики агресивної поведінки. Усі поставлені завдання були успішно виконані, що дозволило отримати цілісне та обґрунтоване розуміння досліджуваної проблеми.

Для досягнення мети було виконано такі завдання:

1.Визначено поняття, суть та чинники агресивної поведінки підлітків, що сформувало базу для нашого подальшого аналізу.

2.Виявлено форми агресивної поведінки підлітків, які характерні для вікової групи (для місцевих та учнів ВПО) яких ми опитали, особливо враховуючи умови високого рівня фрустрації та стресу.

3.Досліджено агресивну поведінку в контексті соціально-гуманітарних наук, що дозволило розглянути це явище як багатофакторне.

4.Надано загальну характеристику соціальним проблемам міста Павлоград, які мають вплив на агресивну поведінку підлітків в контексті прифронтового міста.

5.Емпірично вивчено причини, форми та чинники агресивної поведінки підлітків у прифронтовому місті, і за допомогою цього підтверджено теоретичні висновки та розкрили картину даної проблеми.

6.На основі отриманих результатів емпіричного дослідження запропоновано практичні рекомендації щодо зниження рівня агресивності та конфліктності у підлітковому середовищі за часів війни, які можуть використовувати навчальні заклади, соціальні служби, органи управління та батьки для покращення ситуації.

Варто зазначити, що під час проведення емпіричного дослідження, а саме при проведенні анкетування в шкільному середовищі, ми виявили деякі обмеження. Йдеться мова про можливу недостовірність та необ'єктивність відповідей респондентів на чутливі та особисті питання. Припускаємо, що це пов'язано з механізмами психологічного захисту, тиском однолітків, страхом осуду або бажанням відповідати соціальним нормам чи виглядати краще в очах дослідниці або оточуючих. Це було виявлено при аналізуванні даних які ми отримали, і це свідчить про те, що під час майбутніх досліджень потрібно використовувати комбіновані методики для того, щоб отримати максимально правдиві відповіді.

Отримані результати мають практичну цінність, тому що вони дозволяють краще та глибше зрозуміти причини та форми агресивної поведінки підлітків у прифронтових містах/селах.

Дані які ми отримали можуть стати основою для розробки ефективних профілактичних програм та для корекції агресивної поведінки. Дане дослідження говорить про те, що потрібна цілеспрямована робота соціальних служб, органів місцевої влади, психологів, педагогів та соціальних працівників. Також наші матеріали можна використовувати для розробки тренінгів з управління емоціями, програм психологічної підтримки родини та підлітків й для покращення просвітницької роботи щодо наслідків агресивної поведінки.

Також отримані дані говорять про те, що:

1.Є необхідність посиленої психологічної підтримки для учнів ВПО, яка буде враховувати їх травматичний досвід, допомагати впоратися з самотністю та тривогою й сприяти соціальній інтеграції та налагодженню нових соціальних зв'язків.

2.Важливість роботи з причинами агресії, де для місцевих учнів має бути акцент на розв'язанні конфліктів у родині, а для ВПО – на подоланні наслідків стресу війни повномасштабного вторгнення та почуття нерозуміння.

3.Є потреба у навчанні конструктивних стратегій поведінки під час конфліктних ситуацій для обох груп, звичайно з урахуванням їхніх специфічних проявів агресії та причин, які на неї впливають.

4.Для всіх підлітків у місті має значення створення сприятливого та комфортного середовища.

Ця дипломна робота є важливим внеском у формування здорового та безпечного психологічного середовища для підлітків, які проживають в умовах воєнних дій. Наша робота наголошує не тільки на гострій потребі у допомозі, а й надає рекомендації для реалізації та покращення результатів.

Проведене дослідження відкриває широкі перспективи для подальших наукових робіт. В яких доцільно провести порівняльний аналіз агресивної

поведінки підлітків на деокупованих та прифронтових територіях для того, щоб виявити спільні закономірності та можливі відмінності у проявах агресії, які були спровоковані різною тривалістю та рівнем травматичного досвіду.

Також перспективним є вивчення ефективності розроблених корекційних та профілактичних програм, які ґрунтуються на отриманих даних, для регулярного покращення методів роботи й для кращого забезпечування якісної підтримки, це також є перспективним. Важливим напрямом, на нашу думку, є дослідження довготривалих психологічних наслідків впливу повномасштабного вторгнення на соціалізацію та психіку підлітків, які будуть включати в себе зміни у формуванні ідентичності, життєвих цілей, цінностей та зміну у готовності до майбутнього. Дані дослідження можуть сприяти розробці стратегій для соціальної адаптації та психологічного відновлення для покоління, яке переживало повномасштабне вторгнення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агресія при депресії. (б.д.). Mozok.ua. URL: <https://mozok.ua/depressiya/article/4021-agresya-pri-depres#:~:text>
2. Агресивна поведінка дітей і підлітків. (б.д.). Osvita.ua. URL: <https://osvita.ua/school/method/44708/>
3. Агресивна поведінка дітей і підлітків. (б.д.). *Охорона праці*. URL: <https://ohoronapraci.kiev.ua/article/news/agresivna-povedinka-ditej-i-pidlitkiv>
4. Агресія – імпульсивність, ментальний біль і труднощі спілкування в людей з серйозними і несерйозними спробами самогубства з медичної точки зору. (б.д.). Центр когнітивно-поведінкової терапії. URL: <https://kpt-center.com.ua/biblioteka/agresiya-impulsivnist-mentalnij-bil-i-trudnoshhi-spilkuvannya-v-lyudej-z-serjoznimi-i-neserjoznimi-sprobami-samogubstva-z-medichnoyi-tochky-zoru/>
5. Андрощук, С. А. (2022). Агресивна поведінка як прояв психологічного захисту у підлітковому віці. (с. 6,9,11,12). Київський національний лінгвістичний університет. URL: <http://rep.knlu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/>
6. Аристотель. (б.д.). Аристотелівська етика чесноти. Ukrayinska.Libretex.org. URL: https://ukrayinska.libretex.org/Гуманітарні_науки/Філософія/Книга:_Філософська_етика_та_мораль/03:_Етика_чесноти/3.02:_Аристотелівська_етика_чесноти
7. Аутоагресія. (2022). EQ PRODUCTION. URL: <https://eq-ap.com/2022/09/05/>
8. Аутоагресія. (б.д.). Психологічний центр розвитку людини «Зебра». URL: <https://zebra-center.com/autoagresiya/>
9. Бабич, А. (2023). Психологічні аспекти тривожності та її вплив на агресивну поведінку підлітків (с. 63). [Стаття]. Український державний університет імені Михайла Драгоманова. Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Випуск 21(66)' 2023. Серія 12. Психологічні науки. URL: <https://sj.udu.edu.ua/index.php/pn/article/view/1373/1128>

10.Бандура, А. (б.д.). Теорія соціального навчання Альберта Бандури. Психологіс. Енциклопедія практичної психології. URL: http://psychologis.com.ua/teoriya_socialnogo_naucheniya_alberta_bandury.htm

11.БІХЕВІОРАЛЬНИЙ ПІДХІД ДО ВИВЧЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ РОЗУМОВО ВІДСТАЛИХ ДІТЕЙ. (2014). (с. 333). Електронний науковий архів НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 21(66)' 2023Серія 12. Психологічні науки URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/7671/Rudenko.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

12.Види булінгу та кібербулінгу. (б.д.). DOCUDAYS UA. Всеукраїнська ініціатива. URL: <https://edu.bullyingstop.org.ua/article/4>

13. Вербальна агресія що це? Чому виявляється вербальна агресія і чому ми так болісно реагуємо на неї? (б.д.). Good House. URL: <https://goodhouse.com.ua/poradi/18686-verbalna-agresiyashho-ce-chomu-viyavlyayetsya-verbalna-agresiya-i-chomu-mi-tak-bolisno-reaguyemo-na-nei.html#i>

14.Ворона, С. В. (2019). Феномен агресивної поведінки в підлітковому віці (с. 295). В: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції Харківського національного університету внутрішніх справ (Харків, 5 квітня 2019 р.). URL: https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/05_04_2019/pdf/93.pdf

15.Геворгян, К. А. (2023). Психологічні чинники агресивної поведінки у сучасних підлітків. (с. 21). Національний авіаційний університет. URL: <https://er.nau.edu.ua/server/api/core/bitstreams/7844d8ba-7b09-43ad-b414-efc77c420853/content>

16.Герасимчук, О. (2025). Особливості поглядів на психологічні теорії агресії (с. 20-21). В: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (В МЕЖАХ ФОРУМУ З ПІДТРИМКИ ВЕТЕРАНІВ, ВЕТЕРАНОК ТА ЧЛЕНІВ ЇХ СІМЕЙ «РІВНЕНСЬКА ЄДНІСТЬ»). (Київ, 27-28 лютого 2025 р.). Український державний університет імені Михайла Драгоманова. URL:

https://rshu.edu.ua/images/nauka/04_mmtvnpk/sprv_27022025_mnpk.pdf#page=19

17.Голець, С. (2023). Психологічні чинники агресивної поведінки підлітків (с. 12-14). Хмельницький національний університет. URL: <https://elar.khmnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/>

18.Гребінь, Н. В., & Федчун, М. Ю. (2020). Особливості агресивної поведінки підлітків із підвищеним рівнем переживання страхів (с. 112). Габітус, 15, Психологія особистості. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2020/15-2020/21.pdf>

19.Гречковська, Л. П. (2014). Психологічні фактори динаміки агресивної поведінки підлітків. Всеосвіта. URL: <https://vseosvita.ua/library/embed/01002r4r-99a2.doc.html>

20.Гринюк, І. О. (2022). Особливості прояву агресивної поведінки в дітей з різним типом темпераменту (с. 179). В: Збірник матеріалів науково-практичної конференції Львівського національного університету імені Івана Франка (Львів, 24-25 лютого 2022 р.). URL: <https://pedagogy.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/04/Zbirnyk-materialiv-22.pdf#page=179>

21.Гринюк, Н. Л. (2023). Соціально-психологічні чинники агресивної поведінки молоді в мережах INTERNET (с. 41-42). Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини. URL: <https://fspu.udpu.edu.ua/wpcontent/uploads/2023/12/%D0%93%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%8E%D0%BA-%D0%9D.%D0%9B..pdf>

22. Емоційний шантаж та 4 типи емоційних шантажистів. (2019, 28 жовтень). URL: <https://www.psyhelp.com.ua/2019/10/28/emoczijnyj-shantazh-ta-4-typy-emoczijnyh-shantazhystiv/>

23.Дитяча та підліткова депресії. Психотерапевт пояснює, на що звернути увагу. (2021, 22 квітня). Нова українська школа. URL: <https://nus.org.ua/2021/04/22/dytyacha-ta-pidlitkova-depresiyyi-psyhoterapevt-poyasnyuye-na-shho-zvernuty-uvagu/>

24.Діденко, Г. (2023). Особливості впливу психоемоційних станів на формування девіантної поведінки підлітків і вчинення дрібного хуліганства (с. 82-83). Науковий вісник Національної академії внутрішніх справ. Серія: ISSN 2519-4682. E-ISSN 2519-4690 Юридична психологія. 2023. № 2 (33). URL: <https://elar.navs.edu.ua/server/api/core/bitstreams/f36898c6-73ef-4e09-94eb-48451917cf50/content>

25.Єрмолінська, А. О. (2023). Особливості прояву агресивної поведінки дітей у підлітковому віці (с. 18-19). Чорноморський національний університет імені Петра Могили. URL: <https://krs.chmnu.edu.ua/jspui/bitstream/>

26.Журавко, Т. В. (2019). Булінг як соціально-психологічна проблема в освітньому середовищі (с. 48). Теоретичні та прикладні проблеми психології, 6(1), 47-51. URL: http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/6_2019/part_1/12.pdf

27.Журба, К. (2022). Війна як чинник впливу на смисложиттєву сферу сучасних підлітків (с. 106-107). Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 7(60), 104-110. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/732806/1/457-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%96-1291-1-10-20221109.pdf>

28.Залякування. (б.д.). Львівський обласний ЦКПХ. URL: <https://www.cdc.lviv.ua/items/5afe1421-164d-40a8-bb84-fbfb7e8477f>

29.Залякування стосунків – що це таке та 5 ознак того, що ви жертва. (б.д.). Bonobology. URL: https://www.bonobology.com/uk/What_Is_Relationship_Bullying

30.Зибцева, А. В. (2023). Самооцінка як чинник агресивної поведінки підлітків (с. 78). В: Матеріали студентської наукової конференції Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» (Полтава, 1-2 червня 2023). URL: <https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/12828/1/>

31.Іванців, Н. (9 серпня, 2024). Пасивний булінг: ігнорування. Klepkainfo.com. Сайт про психологію життя. URL: <https://klepkainfo.com/stosunki/ignoruvannya-vid-socialnoi-izolyacii.html>

32. Карен Горні: теорія неврозу (29 жовтня, 2023). Психологер. URL: [https://ukrayinska.libretexts.org/Гуманітарні_науки/Психологія/Книга:Основи_психології\(Шлюнц\)/14:_Особистість/14.03:_Психодинамічні_перспективи/14.3.03:_Карен_Горні](https://ukrayinska.libretexts.org/Гуманітарні_науки/Психологія/Книга:Основи_психології(Шлюнц)/14:_Особистість/14.03:_Психодинамічні_перспективи/14.3.03:_Карен_Горні)
<https://psychologer.com.ua/karen-horni-teoriia-nevrozu/>

33.Кібербулінг – що це та як це зупинити? (б.д.). UNICEF Ukraine. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/cyberbullying>

34.Кібергрумінг: що це таке та як захистити свою дитину. (7 березня, 2023). Судово-юридична газета в Україні. URL: <https://sud.ua/uk/news/ukraine/263935-kibergruming-cho-eto-takoe-i-kak-zaschitit-svoego-rebenka>

35.Коломийчук, О. (2024, 4 березня). Як впізнати тривожність?. Facebook. URL: <https://www.facebook.com/groups/216684056180233/posts/1098318944683402/>

36.Котигорошко, В. (2024, 18 січня). Еріх Фромм: Біографія психолога, що навчив нас свободі та любові. Gas for mind. URL: <https://www.gasformind.com/biohrafiya-erikha-fromma/#vklad-erikha-fromma-u-psykholohiyu>

37.Коцюба, О. (2025, 29 травня). Дніпропетровщина посіла друге місце за кількістю безробітних. Відомо.медіа. URL: <https://vidomo.media/ukr/events/1743528979-sumnastatistikadnipropetrovshchina-posila-druge-mistse-za-kilkisty-bezrobitnih>

38.Кравець, В. А. (2021). Взаємозв'язок агресії, агресивності та агресивної поведінки (с. 118). В: Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції (Дніпровський гуманітарний університет, 30 вересня 2021). URL: <http://info.dgu.edu.ua/bitstream/123456789/370/1/%d0%9a%d1%80%d0%b0%d0%b2%d0%b5%d1%86%d1%8c%20%d0%92.%d0%90..pdf>

39.Курілова, У. І. (2022). Чинники агресивної поведінки як прояв психологічного захисту: діагностика та корекція (с. 25). Криворізький державний педагогічний університет. URL: <https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/%D0%BC17.pdf>

40.Лашко, О. (2023, 11 березня). Аутоагресія і війна: як не зруйнувати себе. Glavcom.ua. URL: <https://glavcom.ua/columns/olenalashko/autoahresija-i-vijna-jak-ne-zrujnuvati-sebe-913653.html>

41.Лашко, О. (2022, 29 листопада). Як допомогти підліткам, які вдаються до самоушкоджень через війну? Glavcom.ua. URL: <https://glavcom.ua/columns/olenalashko/jak-dopomohti-pidlitkam-jaki-vdajutsja-do-samoushkodzhen-cherez-vijnu--892101.html>

42.Лізвінська, О. (б.д.). Чому діти так часто демонструють агресію і чи в усьому винна війна? Osvitoria.media. URL: <https://osvitoria.media/experience/chomu-dity-tak-chasto-demonstruyut-agresiyu-i-chy-v-usomu-vynna-vijna/>

43.Лісун, Є. (2023). Проблема аутоагресії в психології (с. 232, 234). В: Наукові думки щодо сучасних методів вирішення проблем. Міжрегіональна академія управління персоналом. SCIENTIFIC OPINIONS ON MODERN METHODS OF SOLVING PROBLEMS Abstracts of III International Scientific and Practical Conference (2023, 02-04 october) URL: https://www.researchgate.net/profile/VladaZaichko/publication/374589977_SCIENTIFIC-OPINIONS-ON-MODERN-METHODS-OF-SOLVING-PROBLEMS_1/links/652675a8bc063850eab5888f/SCIENTIFIC-OPINIONS-ON-MODERN-METHODS-OF-SOLVING-PROBLEMS-1.pdf#page=233

44.Маніпуляції: як розпізнати і перестати бути жертвою. (2024, 21 жовтня). Психолог.Полтава.ua. URL: <https://psiholog.poltava.ua/statti/manipulyacziyi/>

45.Мельничук, М. М. (2024). Гендерні відмінності агресивної поведінки дітей підліткового віку (с. 72). Габітус, 66, 72-76. Вікова та педагогічна психологія. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2024/66-2024/12.pdf>

46.Мілінчук, В., & Мілінчук, С. (б.д.). Агресивна поведінка як чинник прояву насильства в підлітковому віці. В: Матеріали науково-практичної конференції. Inforum.ua. URL: <https://www.inforum.in.ua/conferences/20/52/380>

47.Міністерство внутрішніх справ України, Харківський національний університет внутрішніх справ, Факультет № 6, Кафедра соціології та психології. (2020). Теоретичні напрямки в описі агресії (с. 3-4). URL: <file:///C:/Users/Lenovo%20IdeaPad%20320/Downloads/.pdf>

48.Мітакі, К. В. (2024). Психологічні особливості підлітків, які пережили травматичні події (с. 26,27,31). Ізмаїльський державний гуманітарний університет. URL: <http://dSPACE.idgu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2285/1/>

49. Марта Приріз. Агресія в підлітків: які причини та що з цим робити? 5 порад для батьків. (2018, 3 липня). УП. Життя. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2018/07/03/231914/>

50. Незалежний портал. (2024, 22 січня). Майже 70% ДТП у Павлограді стається на одній вулиці. URL: <https://new.xn--80aafeg3bveo.dp.ua/101178/>

51. Незалежний портал. (2025, 4 лютого). У Павлограді розповіли про те, скільки злочинів було скоєно у 2024 році. URL: <https://step.dp.ua/u-pavlohrad-irozpovily-pro-te-skilky-zlochyniv-bulo-skoieno-u-2024-rotsi/>

52.Оновлена Стратегія розвитку Дніпропетровської області на період до 2027 року. (2025). Дніпропетровська обласна державна адміністрація (с. 27) URL:https://adm.dp.gov.ua/storage/app/media/Pro%20oblast/Rozvytok%20rehionu/Stratehiia%20rozvytku/Stratehiia%20rozvytku%20Dnipropetrovskoi%20oblasti%20do%202027%20roku/strategiya-rozvytku-2027_20250114.pdf

53.Причини агресії в підлітків та способи їх усунення. (б.д.). Розвиток дитини. URL: <https://childdevelop.com.ua/articles/psychology/7993/>

54.Причини виникнення агресії та як її позбутися? (б.д.). Rozmova.me. URL: <https://www.rozmova.me/blog/agresia>

55.Протидія булінгу в умовах навчального закладу (с. 2). (б.д.). Запорізький національний університет. URL:

https://web.znu.edu.ua/psychologicalservice/docs/metodychni_rekomendacii/proti_d--ya-bul--ngu-v-umovakh-navchal--nogo-zakladu.pdf

56. Психологічні фактори динаміки агресивної поведінки підлітків. (2014). На Урок. URL: <https://naurok.com.ua/psihologichni-faktori-dinamiki-agresivno-povedinki-pidlitkiv-95529.html>

57. Рівненський державний гуманітарний університет (РДГУ). (б.д.). Інстинктивізм у Мак-Дугала та соціологічні проблеми психоаналізу З. Фрейда (с. 235-236). Studfile.net. URL: <https://studfile.net/preview/8999133/page:33/>

58. Сєдова, В. І. (2023). Самооцінка як чинник агресивної поведінки підлітків (с. 31). Національний авіаційний університет. URL: <https://er.nau.edu.ua/server/api/core/bitstreams/8be67e38-02ef-49e4-a828-c2bbb6072819/content>

59. Сеага, С. (2021). Зміст і особливості підліткової агресії та характеристика причин її розвитку (с. 127). Педагогічний вісник Запорізького національного університету, 78, 126-130. URL: <http://www.pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2021/78/23.pdf> <http://www.pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2021/78/23.pdf>

60. Сичинська, М. (2024, 17 лютого). Як уникнути негативних наслідків фізичного булінгу: поради батькам. Maria Sychynska. Психологічні консультації онлайн. URL: <https://sychynska.com/yak-unyknyty-negatyvnyh-naslidkiv-fizychnogo-bulingu-porady-batkam/>

61. Сичинська, М. (2024, 17 лютого). Слова, які ранять: розуміння та подолання психологічного булінгу. Maria Sychynska. Психологічні консультації онлайн. URL: <https://sychynska.com/slova-yaki-ranyat-rozuminnya-ta-podolannya-psyhologichnogo-bulingu/>

62. Смілянець, Т. Л. (2023). Особливості аутоагресії підлітків-девіантів в умовах воєнного часу (с. 67-69). South Ukrainian Law Journal, 4, 67-72. URL: <http://www.sulj.oduvs.od.ua/archive/2023/4/13.pdf>

63. Смоляга, М. В. (2020). Привиди Гоббса або чому не варто боятися Левіафана (с. 20-21). Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна. Серія «Філософія».

Філософські перипетії», 62, 45-50. URL:
<https://periodicals.karazin.ua/philosophy/article/view/16213/15190>

64. Соціальна психологія - Орбан-Лембрик Л.Б. - Передумови виникнення соціальної психології як самостійної галузі знання. (б.д.). Westudents підручники для студентів. URL:
<https://westudents.com.ua/glavy/81209-peredumovi-viniknennya-sotsalno-psihiolog-yak-samostyno-galuz-znannya.html>

65. Теорії агресії. (б.д.). Studfile.net. URL:
<https://studfile.net/preview/7792767/page:14/>

66. Теорія соціального навчання Бандури та спостережне навчання. (2022, 27 жовтня). Ukrayinska.Libretexs.org. URL:
<https://ukrayinska.libretexs.org/>

67. Тимошенко, Т. І. (б.д.). Теорія стигматизації (с. 439-440). URL:
<https://elar.navs.edu.ua/server/api/core/bitstreams/dc4bacd2-888d-4026-9fa2-d582505e66c9/content>

68. Тимошук, Л. П. (б.д.). Доповідь. Тема: Булінг. Протидія булінгу в школі. На Урок. URL: <https://naurok.com.ua/dopovid-tema-buling-protidiya-bulingu-v-shkoli-340139.html>

69. Тривожишся? Дещо про тривогу. (2020, 15 грудня). MH4U.in.ua. URL: <https://www.mh4u.in.ua/shukayu-dopomogu/tryvozhyshsya-deshho-pro-tryvogu/>

70. Філоненко, В. М. (б.д.). Теоретичні напрямки в описі агресії (с. 3-4). [Текст лекції навчальної дисципліни «Психологія агресії»]. Харківський національний університет внутрішніх справ. URL:
<file:///C:/Users/Lenovo%20IdeaPad%20320/Downloads.pdf>

71. Фрустраційна агресія це. (б.д.). Український психологічний ХАБ. URL: <https://www.psykholoh.com/post/>

72. Хорсанд, Д. (2023, 30 грудня). Причини дитячої агресивності. Revolta.com.ua. URL: <https://revolta.com.ua/suspilstvo/prichini-dityachoji->

[agresivnosti.html#typ-temperamentu-ta-osoblyvosti-kharakteru-iak-mozhlyvi-prychyny-ahresyvnosti](https://www.khnuia.com.ua/agresivnosti.html#typ-temperamentu-ta-osoblyvosti-kharakteru-iak-mozhlyvi-prychyny-ahresyvnosti)

73.ХАРАКТЕРОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ АГРЕСИВНОСТІ У ДІТЕЙ (с. 212). (2024). Червоний П. Д., Надутий А. В. Харківський національний університет внутрішніх справ. Вісник ХНУВС–Bulletin of KHNUIA. 2024. № 2(105). URL: [file:///C:/Users/Lenovo%20IdeaPad%20320/Downloads/757-Article%20Text-2362-1-10-20240724%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Lenovo%20IdeaPad%20320/Downloads/757-Article%20Text-2362-1-10-20240724%20(2).pdf)

74.Що ж таке імпульсивність? (б.д.). Особливі. Медичний центр педіатрії розвитку. URL: <https://osoblyvi.com.ua/helpful-info/110-napriam-rozvytok/1527-impulsyvnist-u-ditei#:~:text=>

75.Що таке булінг та його вплив на дітей та дорослих. (2024, 4 січня). NEW LEAF Institute Of Psychotherapy And Coaching. URL: <https://www.newleaf.com.ua/shho-take-buling-ta-jogo-vpliv-na-ditej-ta-doroslyh/>

76.Що таке газлайтинг? (2024). Медичний центр “Медлюкс”. URL: <https://medlux.net.ua/rodicham/shho-take-gazlajtyng/>

77.Що таке газлайтинг та як його припинити. (2024, 28 лютого). Mentoly.com.ua. URL: <https://mentoly.com.ua/blog/gaslighting>

78.Штонда, Є. В., & Підбуцька, Н. В. (2023). Аутоагресія у підлітків вимушених переселенців (с. 177). В: Матеріали науково-практичної конференції Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут». ПСИХОЛОГІЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКОГО ПОТЕНЦІАЛУ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/c9fd2aec-0b15-480f-b003-d1d7d4942724/content>

79.Яцина, О. Ф. (2023). Вплив війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків (с. 556-557). Збірник наукових праць Ужгородського національного університету. Серія "Психологія", 2(2), 555-560. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/>

80. Як війна впливає на психічне здоров'я дітей? (б.д.). Музей воєнного дитинства. URL: <https://warchildhood.org/ua/impact-of-war-on-childrens-mental-health/>

81. Юлія, П. (2024, 10 червня). Агресія серед підлітків – розбираємось, впливаємо, розв'язуємо проблему. Psihologist. Психологічна допомога. URL: <https://psychologist.com.ua/agresiya-sered-pidlitkiv-prichini-naslidki-ta-shlyaxi-rozvyazannya-problemi-najkrashi-sposobi-poperedzhennya-ta-upravlinnya/>

82. ЮНІСЕФ «Ментальне здоров'я дітей під час війни: поради батькам та опікунам». (б.д.). Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» за ініціативою Олени Зеленської. URL: <https://moz.gov.ua/uk/vivilnennja-agresii-u-ditej-10-rjativnih-igrovih-vprav>

83. ЮНІСЕФ «Ментальне здоров'я дітей під час війни: поради батькам та опікунам». (б.д.). Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» за ініціативою Олени Зеленської. () URL: [file:///C:/Users/Lenovo%20IdeaPad%20320/Downloads/Telegram%20Desktop/mentalne_zdorov%CA%BCya_ditej_pid_chas_vijny_aptechka-1%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Lenovo%20IdeaPad%20320/Downloads/Telegram%20Desktop/mentalne_zdorov%CA%BCya_ditej_pid_chas_vijny_aptechka-1%20(2).pdf)

84. Як правильно впоратися зі своєю і чужою агресією? Поради психологів кафедри організації соціально-психологічної допомоги населенню (с 1). (2021). Чернігівський національний технологічний університет. URL: <https://stu.cn.ua/wp-content/uploads/2021/04/agresiya.pdf>

85. Як тривожність спричиняє агресію в дітей. (б.д.). Розвиток дитини. URL: <https://childdevelop.com.ua/articles/conflict/3684/>