

**МІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

Київський національний лінгвістичний університет

Кафедра психології і туризму

**КУРСОВА РОБОТА**

із загальної психології

на тему: «Агресивна поведінка як прояв психологічного захисту  
у підлітковому віці»

Студентки II курсу групи ПС 02-21  
факультету туризму, бізнесу і психології

Спеціальності 053 Психологія

Андрощук Софії Андріївни

Науковий керівник: к. психол. н., доцент

Федько С.Л.

кафедра психології і туризму

Національна шкала: \_\_\_\_\_

Кількість балів: \_\_\_\_\_ Оцінка ЄКТС: \_\_\_\_\_

Члени комісії:

\_\_\_\_\_

(прізвище та ініціали)

(підпис)

\_\_\_\_\_

(прізвище та ініціали)

(підпис)

\_\_\_\_\_

(прізвище та ініціали)

(підпис)

КИЇВ – 2023

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ.....	6
1.1. Поняття «агресія» і явище агресивності в психології.....	6
1.2. Агресивна поведінка як прояв самозахисту у підлітків.....	11
1.3. Чинники виникнення агресивної поведінки у підлітковому віці.....	13
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1.....	19
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ЗА ФОРМОЮ ЇЇ ПРОЯВУ.....	20
2.1. Організація дослідження агресивної поведінки за формою її прояву.....	20
2.2. Опис та характеристика вибірки досліджуваних.....	23
2.3. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	24
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2.....	26
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	29
АНОТАЦІЯ.....	31
ДОДАТОК 1.....	32
ДОДАТОК 2.....	36
ДОДАТОК 3.....	39

## ВСТУП

*Актуальність теми.* Тема прояву агресивності як способу прояву психологічного самозахисту у підлітків є дуже актуальною. Адже підлітковою вік є досить вразливим періодом. Цей вік характеризується значними змінами як з боку фізіології так і психології, ці зміни можуть викликати стрес та нестабільність емоційного стану що власне і може призводити до агресії. Агресивність у підлітків може бути спрямована так як і на здоровий самозахист, так і мати негативні наслідки для самого підлітка та його оточення.

Багато вчених з різних галузей займалися вивченням природи агресивності. Наприклад відповідно до соціобіологічного підходу, агресія виникає тому, що вона сприяє репродуктивному успіху індивіда. Суть цього пояснення полягає в тому, що схильність до агресивної поведінки є частиною генетичного складу людини. Фахівці в галузі генетики підкреслюють, що генетичний склад людини, а саме її генотип, може підштовхувати її до більшого прояву агресії. Також один з провідних вчених у вивченні проявів агресивності Річард Тремблей провівши велику кількість досліджень зазначає що дитяча агресивність не здобувається, а є властивою з народження. Так за його дослідженнями вже чотирьохмісячна дитина може показувати свій гнів. За словами Р. Трембле, після години гри з іншими дітьми типовий дворічний малюк здійснює один акт фізичної агресії на кожні чотири взаємодії з іншими. У підлітків дослідники відзначають зовсім інші інтервали «тиші» — роки, місяці, тижні, години між агресією [1, ст.31]. А вчений-психолог Альберт Бандура завдяки експерименту «Лялька Бобо» довів що наслідки агресивної поведінки можуть бути навчені шляхом спостереження за іншими людьми, що демонструють таку поведінку.

Загалом агресивність є досить поширеною проблемою серед підлітків, вона може призводити до неправильного розвитку особистості та може негативно впливати на соціальну адаптацію.

Перш за все, ця тема дозволяє глибше розібратися у питаннях психологічного розвитку підлітків. Агресивна поведінка є складним явищем, що пов'язане з багатьма факторами, такими як вікові та біологічні зміни,

психологічні фактори, культурні та соціальні впливи. Вивчення цієї теми дозволяє глибше розуміти механізми розвитку агресивної поведінки та її роль у формуванні особистості підлітка.

Вивчення цієї теми також може мати значення для розробки програм та методик психологічної корекції агресивної поведінки у підлітків. Використання результатів дослідження може допомогти педагогам та психологам розробити ефективні методи допомоги підліткам у подоланні агресивної поведінки.

Дослідження теми "Агресивність як спосіб психологічного самозахисту у підлітків" може бути корисним для вчителів, батьків та інших осіб, які працюють з підлітками, для того, щоб зрозуміти причини та механізми прояву агресивної поведінки у підлітків та допомогти їм вирішувати проблеми поведінки та адаптуватися у суспільстві.

**Мета дослідження.** Теоретично обґрунтувати засади агресивної поведінки як психологічного самозахисту та емпірично дослідити агресивну поведінку за формою її прояву у підлітків.

**Об'єкт дослідження.** Агресивна поведінка у підлітковому віці.

**Предмет дослідження.** Агресивність як прояв психологічного самозахисту у підлітковому віці.

**Завдання дослідження:**

- проаналізувати наукові напрацювання дослідників з проблеми агресивної поведінки як прояву психологічного самозахисту у підлітковому віці;
- емпірично дослідити агресивну поведінку як прояв самозахисту у підлітків та визначити її особливості та причини виникнення;
- розробити рекомендацій щодо ефективної регуляції агресивної поведінки як прояву психологічного захисту на основі отриманих результатів дослідження.

**Методи дослідження.** Теоретичне вивчення агресивності як прояву психологічного самозахисту та емпірично дослідити форми прояву агресивності як психологічного самозахисту у підлітків. У емпіричному дослідженні були

використані такі методики: «Індекс життєвого стилю» Р.Плутчик, Х.Келлерман та опитувальник рівня агресивності А.Басса та А. Дарки.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ

### 1.1. Поняття «агресія» і явище агресивності в психології

Агресія — це поведінкова реакція, спрямована на завдання шкоди або заподіяння болю іншій людині або об'єкту [2, ст.8]. 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. Деякі дослідники вважають, що агресія є природженою людською рисою, тоді як інші вважають, що вона формується в процесі соціалізації. З цього боку можна розглянути деякі теоретичні обґрунтування які пояснюють виникнення агресії. Найпоширенішими теоріями являються теорія потягу, екологічний підхід, фрустраційна теорія та теорія соціального навчання. Отже, за теорією потягу або психоаналітичним підходом, який розробив Зигмунд Фрейд, агресивна поведінка є природною і неминучою. Фрейд стверджував, що в людині існують два інстинкти — потяг до життя, або ерос, і потяг до смерті, або танатос. Взаємодія цих інстинктів існує в постійній напрузі, і через гострий конфлікт між збереженням життя та його руйнуванням, інші механізми, такі як зсуви, направляють енергію танатоса зовні, у напрямку від «Я» [3, ст. 113]. Якщо це не відбувається, то це може призвести до руйнування самого індивідуума. Танатос також сприяє тому, що агресія виводиться назовні і спрямовується на оточуючих. Наступним варто розглянути екологічний підхід, видатним лицем цього підходу являється К. Лоренц. На думку К. Лоренца, основа агресії лежить у вродженому інстинкті боротьби за виживання, який властивий не тільки людям, а й іншим живим організмам. Він вважав, що агресивна енергія виникає в результаті цього інстинкту і безперервно генерується в організмі, постійно накопичуючись з часом. В своїй роботі «Das Sogeannte Böse» («Агресія, або так зване зло»), Кондрат Лоренц він досліджував різні біологічні види, включаючи акваріумні рибки, щурів, гусей, вовків і людей, і дійшов парадоксального висновку, що особиста прихильність виникає тільки в співтовариствах з високим рівнем агресії

[4]. Він також зазначає що агресія є невід'ємною частиною дружби [4, ст. 313]. Д. Доллард запропонував теорію фрустрації, яка стверджує, що прояв агресивної поведінки є наслідком ситуаційного фактора — фрустрації, тобто невдачі у досягненні мети. За цією теорією, будь-який тип фрустрації може привести до прояву агресивної поведінки, а сама агресія завжди виникає в результаті взаємодії з фактором фрустрації. Ця теорія вказує на те, що агресивна поведінка є необхідним проявом реакції на негативні ситуації, і може бути уникнута за допомогою попередження фрустраційних ситуацій та адекватної реакції на них. Та напевно найбільш зваженою та вагомою теорією прояву агресії є теорія соціального научіння, засновником якої є А. Бандура. Ця теорія зазначає, що агресивна поведінка не є уродженою, а замість цього є наслідком соціалізації та засвоєння відповідних моделей поведінки через спостереження за соціальними нормами та підкріпленням. Іншими словами, ця теорія вказує на те, що агресія формується в процесі взаємодії зі своєю соціальною оточенням та залежить від того, які взірці поведінки приймаються як прийнятні та підтримуються соціумом.

Варто також зазначити що можна також побачити певний взаємозв'язок між агресивністю та рівнем певних гормонів. Гормони можуть впливати на рівень агресії у людей та тварин. Наприклад, тестостерон, який є чоловічим статевим гормоном, пов'язаним із формуванням м'язів та сприянням сексуальним функціям, також може збільшувати рівень агресії. Дослідження показали, що високі рівні тестостерону можуть збільшувати схильність до агресії та конфліктів. Однак, варто зазначити, що не всі люди з високими рівнями тестостерону проявляють агресивність, а не всі агресивні люди мають високі рівні тестостерону. Для практичних та етичних міркувань обмежують спостереження на людях. Вивчення кореляції між рівнем тестостерону в плазмі крові та агресивною поведінкою проводиться зазвичай на суб'єктах з вираженою агресивністю, включаючи ув'язнених. Поведінкові ефекти вивчаються на суб'єктах, які приймають анаболічні стероїди, з метою збільшення м'язової маси. Більшість досліджень вказує на те, що злочинці з розладами особистості мають вищі рівні загального та вільного тестостерону в плазмі крові, ніж злочинці, які

страждають на шизофренію. Вищий рівень тестостерону також пов'язаний з антисоціальною поведінкою [5]. Також інші гормони можуть впливати на рівень агресії, зокрема, кортизол, що вивільняється при стресі, може знижувати рівень агресії. Взагалі, агресивність є багатоаспектним явищем, яке залежить від багатьох факторів, таких як генетика, середовище, культура, статус тощо. Гормони можуть впливати на рівень агресії, але не єдиним чинником, який визначає поведінку людини в конфліктних ситуаціях.

Слід також відзначити, що існує певний зв'язок між агресивною поведінкою та дієтою, особливо в підлітковому віці. Дослідження показують, що підлітковий вік є критичним періодом у формуванні поведінкових реакцій та емоційного стану. Нестача мікронутрієнтів у харчуванні може мати серйозний вплив на розвиток мозку, особливо на гіпокамп, що відповідає за емоційну сферу, функції пам'яті та навчання [6]. Щоб запобігти агресивній поведінці, важливо забезпечити підліткам достатню кількість мікронутрієнтів у раціоні. Наприклад, есенціальні жирні кислоти, такі як омега-3, можуть допомогти підтримувати здоров'я мозку та регулювати настрій. Також важливо забезпечити достатню кількість вітамінів та мінералів, які можуть бути втрачені при неправильному харчуванні. Крім того, підлітки, які мають здоровий раціон, можуть розвивати більш позитивну поведінку та бути більш успішними в навчанні.

Також існують деякі проблеми пов'язані з поняттям "агресія" та явищем агресивності в психології, які включають:

1. Неоднозначність використання: Поняття «агресія» та агресивність можуть використовуватися в різних контекстах та з різною метою, що може привести до невірної інтерпретації.
2. Суб'єктивність: агресія та агресивність можуть бути суб'єктивними та відображати різні оцінки та сприйняття певних дій або поведінки. Це може призводити до різних інтерпретацій та різних рівнів виявлення агресивної поведінки.



3. Множинні чинники: Виникнення агресивної поведінки може бути пов'язане з багатьма чинниками, такими як середовище, генетика, емоційний стан та інші. Це може ускладнити проблеми ідентифікації та розв'язання, пов'язані з агресивністю.

Визначено, що агресія може мати серйозні наслідки для індивідуумів та суспільства в цілому, тому важливо вивчати і розуміти її причини та наслідки, а також розвивати стратегії запобігання та лікування агресії.

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 [2, ст.8]. Це поняття не є тотожним з агресією більше, тому воно описує загальну тенденцію до агресії, ніж конкретні дії.

Досліджено, що агресивність може бути як вродженою, так і набутою через навчання та взаємодію з оточуючим середовищем. Фактори, які можуть вплинути на агресивність, включають генетичні фактори, виховання, соціальний контекст, вік та стаття. Агресивність може мати як позитивні, так і негативні наслідки. Наприклад, вона може бути корисною в ситуаціях, де необхідно захистити себе або інших від небезпеки. Однак, надзвичайно агресивність може призвести до конфліктів, насильства та інших негативних наслідків.

У загальному розумінні агресивність є певним рівнем тенденції до окремої агресії, яка може бути присутнім у різних людей у різних ступенях. Проаналізовано, що в психології терміни "агресія" та "агресивність" часто застосовуються взаємозаміно, але вони мають деякі різниці в значеннях в загальному.

Агресія — це більший термін, який описує фізичний, вербальний або невербальний прояв негативних дій або поведінки, спрямованої на шкоду іншій людині або об'єкту. Агресія може бути реакцією на вплив зовнішніх факторів або внутрішніх станів, таких як стрес, тривога, фрустрація, гнів або невпевненість.

Агресивну поведінку також розглядають з точки зору соціальної взаємодії. У контексті визначення агресивної поведінки основним та важливим є саме

поняття норми поведінки. Контроль за діями інших людей є складовою норми поведінки в соціумі. Якщо всі норми поведінки дотримуються, то її можна вважати соціально прийнятною. У разі відхилення від норми поведінки, поведінку можна вважати агресивною або деструктивною.

Таким чином, у психології терміни «агресія» та «агресивність» використовуються для опису поведінкових та психологічних рис, які можуть бути принесені для розуміння людської поведінки та взаємодії.

Дослідки в області психології також звертають увагу на те, що агресія може бути як позитивною, так і негативною, залежно від того, як і коли вона виявляється.

Клінічні психологи досліджують агресію та агресивність у контексті психічних розладів та поведінкових проблем, таких як антисоціальна поведінка, депресія та тривожність. Вони використовують різні підходи, включаючи психологічну терапію, допомагають людям керувати своєю агресивністю та зменшенням ризику конфліктів.

Соціальні психологи досліджують агресію та агресивність у контексті соціальної взаємодії та культурних чинників, таких як насильство в сім'ї та в школі, расизм, сексизм та інші форми дискримінації. Вони досліджують різні аспекти цих явищ, такі як їх причини, дослідження та можливості способів протидії. Також варто зазначити що багато вчених вважають, що здатність до агресивної поведінки залежить від того, наскільки успішно соціалізована людина. Соціалізація може бути розглянута на двох рівнях: на першому рівні людина засвоює соціальний досвід, цінності та норми культурної поведінки, а на другому рівні — менш обсяжний субкультурний досвід, що може містити норми поведінки, які допускають агресивність [7]. Тому здатність до агресивних дій у підлітковому віці залежить від того, наскільки збалансовано відбувається процес соціалізації. Варто зазначити, що підлітковий вік є одним з найскладніших періодів у житті людини. В цей період відбувається перебудова психологічних структур, а також закладаються основи свідомої поведінки, формується загальна спрямованість та розвиваються моральні уявлення та установки [7].

Експериментальні психологи проводять методи експериментального дослідження, щоб досліджувати механізми, які лежать в основі агресії та агресивності. У науковій літературі існує досить дискусійна позиція щодо ролі агресивності у розвитку особистості. Деякі дослідники стверджують, що розумна агресивність є необхідною для гармонійного розвитку особистості, адже вона сприяє розвитку таких якостей, як наполегливість, ініціативність, лідерство та здатність долати перешкоди на шляху до досягнення мети. Така агресивність може бути корисною для соціальної адаптації особистості, зокрема, для досягнення успіху в кар'єрі та досягнення важливих цілей. З іншого боку, є дослідники, які вважають, що агресивність може негативно впливати на розвиток особистості, спричиняючи конфліктність у стосунках з іншими людьми і призводячи до погіршення соціального становища [1]. Така позиція часто базується на результатах досліджень, що показують, що високий рівень агресивності може бути пов'язаний з ризиком виникнення конфліктів, насильства, а також психічних та фізичних проблем.

Отже, наукова спільнота не має однозначної позиції щодо ролі агресивності в розвитку особистості. Однак, важливо зазначити, що агресивність не повинна спричиняти шкоду іншим людям, а повинна бути розумною та контрольованою, аби не перетворитися на насильство та конфлікти.

Отже, агресія та агресивність є прогресивними поняттями в психології, які досліджуються в контексті людської поведінки та взаємодії. Вивчення цих понять є успішним для розуміння людської поведінки та взаємодії в різних ситуаціях, та може допомогти підвищити якість життя людей та покращити соціальну взаємодію.

## **1.2. Агресивна поведінка як прояв самозахисту у підлітків**

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. Агресивна поведінка у підлітків може бути проявом

захисту своїх прав та інтересів, але в той же час може мати негативні наслідки для розвитку характеру. Крім того, важливо зазначити, що у підлітків формування та розвиток агресивності, мабуть, пов'язані з відсутністю інших можливостей для конструктивної активності, яка б допомагала задовольняти потреби у вирішенні конфліктів та реагуванні на соціальну фрустрацію шляхом прийняттого для оточуючих способу [8].

Агресивна поведінка у підлітків може мати різні форми прояву і може бути викликана різними факторами, такими як соціальне середовище, генетика, емоційний стан та інші фактори. Фізична агресія може бути виявлена через бійки з ровесниками, насильство над тваринами або намагання покалічити чи завдати шкоди іншим людям. Так наприклад, підлітки, які виростають у насильницькому середовищі, можуть мати більшу досвідченість до проявів агресивної поведінки. Вербальна агресія може включати в себе запеклі словесні перепалки, використання образливих слів, шантаж та інші форми неадекватної комунікації [9]. Невербальна агресія може бути проявлена у формі підривної поведінки, вандалізму, зловживання наркотиками та алкоголем, а також ізоляції від інших людей.

Також відомо, що підлітки, які мають низький рівень самооцінки або стикаються зі стресом та тривогою, можуть бути більшими до проявів агресивної поведінки. Агресивна поведінка у підлітків може мати негативний вплив на їхній розвиток та здоров'я. Наприклад, така поведінка може привести до конфліктів з однолітками та дорослими, привести до проблеми із законом, а також може вплинути на їхній успіх у школі та в житті в цілому.

Досліджено, що агресивна поведінка може мати негативний вплив на підлітків та їхнє оточення, вона також може бути сприйнята як прояв самозахисту в певних ситуаціях. Наприклад, підлітки можуть використовувати агресивну поведінку як спосіб захисту від фізичної або психічної загрози. Це може бути особливо важливо в ситуації, коли підліток відчуває себе безпорадним або беззахисним.

Також агресивна поведінка може використовуватися як спосіб встановлення своєї позиції та підтримки свого авторитету в групі однолітків. Підлітки вважають, що це необхідно для того, щоб захистити свої інтереси та стати більш впевненими у собі. Проте, важливо розуміти, що агресивна поведінка не є єдиним способом самозахисту та не завжди є ефективним. Часто вона може призвести до додаткових проблем та конфліктів.

Крім того, агресивна поведінка може посилити відчуття безпорадності, тривоги та депресії у підлітків та спричинити проблеми зі здоров'ям та соціальною адаптацією. Агресивна поведінка не завжди є ефективним способом самозахисту. Крім того, здорова комунікація, співпраця та компроміс можуть бути більш ефективними та призводити до позитивних результатів. Для розв'язання проблем з агресивною поведінкою у підлітків можна використовувати різні стратегії, такі як психологічна терапія, соціальна підтримка та тренінги з керування емоціями. Застосування цих стратегій може допомогти ефективно вирішувати проблеми з агресивною поведінкою у підлітків та підтримувати їхнє фізичне та психологічне здоров'я. Важливо розробити індивідуальні плани для кожного підлітка, враховуючи його особистісні особливості та ситуацію, в якій він може виявляти агресивну поведінку. Здорове середовище для розвитку підлітків повинно підтримувати позитивні рольові моделі та ресурси для успішного розвитку.

### **1.3. Чинники виникнення агресивної поведінки у підлітковому віці**

Агресивні реакції у підлітків можуть бути спричинені різними чинниками, включаючи особистісні характеристики, індивідуально-психологічні фактори та соціально-психологічні умови. Низький рівень моральних уявлень, неадекватна самооцінка та рівень домагань можуть бути чинниками, що сприяють агресивності [8]. Емоційна нестабільність, високий рівень тривожності, низький рівень розвитку інтелекту, несформованість навичок самоконтролю та прогнозування наслідків можуть також впливати на агресивну поведінку підлітків [8]. Статус у колективі однолітків, низький рівень соціальної адаптації, несприятливий емоційний мікроклімат у родині, характер виховання, а також

вплив засобів масової інформації та комп'ютерних ігор можуть також створювати передумови для агресивної поведінки у підлітків [8]. Всі ці чинники можуть бути об'єднані у відповідний симптомокомплекс особливостей, які сприяють агресивному поведінці у підлітків [8].

Як ми можемо бачити існує вагома кількість чинників, які можуть сприяти виникненню агресивної поведінки у підлітковому віці. Ці чинники можна об'єднати в певні підгрупи такі як:

1. Сімейні труднощі можуть включати неадекватну сімейну ситуацію, конфлікти в родині, насильство та вживання алкоголю та наркотиків, що можуть призвести до розвитку агресивної поведінки у підлітків [10].
2. Соціальне середовище також може вплинути на розвиток агресивної поведінки, оскільки підлітки, які виростають у небезпечних районах або на вуличних смугах, можуть стати жертвами насильства та виконувати агресивні дії як спосіб захисту.
3. Невпевненість у собі та недостатня самооцінка можуть також призвести до агресивної поведінки у підлітків. Підлітки, які не мають достатньої впевненості у собі, можуть використовувати агресію як засіб підвищення своєї самооцінки.
4. Емоційний дисбаланс може також викликати агресивну поведінку у підлітків, особливо якщо вони не можуть ефективно контролювати свої емоції [10].
5. Вплив медіа також може вплинути на розвиток агресивної поведінки у підлітків. Зображення насильства та агресії у фільмах, відеоіграх та в Інтернеті можуть підштовхувати підлітків до агресивних дій.
6. Вплив ровесників, більшість підлітків бажають належати до групи та слідувати її правилам, навіть якщо це означає виявлення агресії проти інших.

Розгляд цих факторів в більш детальному аспекті є важливим. Сімейні проблеми можуть відігравати важливу роль у виникненні агресивної поведінки у підлітків. Недостатнє виховання батьків, конфлікти в родині, насильство, зловживання

алкоголем та наркотиками можуть породжувати відчуття невпевненості в собі та злості, які можуть виявлятися через агресивну поведінку [10]. Наприклад, сімейна нестабільність може спричинити відчуття безпорадності та виявитися через агресивну поведінку, щоб відчувати контроль та стабільність в житті. Конфлікти в сім'ї також можуть викликати агресивну поведінку у підлітків, особливо, якщо батьки постійно конфліктують та не знаходять спільної мови. Насильство в родині та зловживання наркотиками також можуть викликати агресивну поведінку у підлітків. Якщо підліток переживає таку ситуацію вдома, він може стати жертвою насильства та використовувати агресію як засіб захисту. Отже, сімейні труднощі можуть мати значний вплив на поведінку підлітків та сприяти виникненню агресивної поведінки. Важливо звернути увагу на стан сім'ї та забезпечити безпеку та підтримку.

Соціальне середовище, в якому виростає підліток, також може бути одним із чинників, які сприяють виникненню агресивної поведінки в ньому. Підлітки, які виростають у небезпечних районах або у вуличних бандах, мають більші шанси на виникнення агресивної поведінки. Вони можуть бути піддані насильству, шантажу та іншим негативним впливам з боку оточуючих, що може призвести до формування агресивної поведінки як захисту. Крім того, підлітки можуть бути піддані соціальному тиску та бути змушені виконувати певні норми та правила групи ровесників. Якщо в групі панує насильство та агресивна поведінка, то підліток може піддаватися цьому впливу та виявляти початок подібної поведінки. Низький статус у соціальній ієрархії може викликати відчуття безсилля, невпевненості та образи у підлітків, що може виявитися через агресивну поведінку. Наприклад, якщо підліток не має достатньої кількості друзів, або його не приймають в колективі, то він може почати виявляти агресивну поведінку, щоб здобути повагу та встановити свій статус у групі. Деякі підлітки можуть відчувати, що вони не відповідають соціальним нормам, або що вони не приймаються своїми однолітками, що може призвести до виникнення агресивної поведінки. Це може бути особливо для підлітків, які мають іншу культурну або етнічну приналежність, ніж більшість учнів у школі. Вони можуть

почувати себе відчуженими та не розуміти навколишню культуру, що може викликати у них агресивну поведінку.

Нарешті, використання інтернету та соціальних мереж також може бути причиною виникнення агресивної поведінки у підлітків. Зображення насильства та агресії у відеоіграх, відео на YouTube, а також в інших соціальних мережах можуть сприяти виникненню агресивної поведінки у підлітків. Варто зазначити що останнім часом дослідники звертають увагу на нову форму агресії, відому як "кібертретирування" (cyberbullying). Ця форма поведінки полягає у відправленні агресивних та образливих повідомлень за допомогою нових інформаційних та комунікаційних технологій, таких як Інтернет та мобільні телефони. Крім того, кібертретирування може включати "хакерські" дії, спрямовані на шкоду персональним комп'ютерам жертв, такі як зламання та зміна паролів, пошкодження персональних веб-сайтів тощо. У порівнянні зі звичайним (контактним) третируванням, фізична сила не має великого значення, а на перше місце виходять інтелектуальні здібності та технічні вміння агресора. Це дозволяє агресорові зберігати свою анонімність та перетворювати ситуацію переслідування на своєрідний "маскарад" [11].

Невпевненість у собі може бути одним із чинників, які сприяють виникненню агресивної поведінки у підлітковому віці. Якщо підліток не має впевненості у своїх можливостях, це може спонукати його до використання агресії як засобу забезпечення своєї безпеки та підтримки оточуючих в загальному. Наприклад, якщо підліток відчуває свою некомпетентність та недієздатність, він може використовувати агресивну поведінку як засіб відстоювати свою позицію та отримати підтримку від інших. Крім того, невпевненість у собі може викликати негативні емоції, такі як страх, тривога та розчарування, що можуть сприяти виникненню агресивної поведінки. Наприклад, підліток може реагувати на емоції оточуючих через агресивну поведінку, що дає йому відчуття контролю та потужності [12]. Більше того, невпевненість у собі може призвести до зниження самооцінки, що може вплинути на поведінку підлітка. Підліток може почати почуватися менш цінним



та непотрібним, що може призвести до використання агресії як засобу підтвердження своєї важливості та значущості. Отже, невпевненість у собі може вплинути на поведінку підлітків та сприяти виникненню агресивності. Важливо допомогти підліткам розвивати свою впевненість у собі та підтримувати їх у позиції у соціумі.

Емоційний дисбаланс може бути одним із чинників, які сприяють виникненню агресивної поведінки у підлітковому віці. Підлітки, які не можуть ефективно регулювати власні емоції, можуть виявляти агресивну поведінку як засіб виразити негативні емоції. Наприклад, підліток, який постійно відчуває гнів та роздратування, може використовувати агресивну поведінку як засіб зняти напругу та відчуття незадоволення. Також емоційний дисбаланс може призвести до зниження емпатії та сприяти виникненню безжалісної поведінки у підлітків. Крім того, психічний дисбаланс може бути пов'язаний з проблемами здоров'я, такими як депресія, тривожність, розлади поведінки та інші психічні захворювання, які можуть сприяти виникненню агресивної поведінки.

Важливо допомогти підліткам навчитися розпізнавати та регулювати свої емоції, щоб уникнути виникнення агресивної поведінки. Наприклад, можна рекомендувати підліткам використовувати методи релаксації, такі як медитація або йога, як засоби зменшення напруги та стресу. Також важливо допомогти підліткам розвивати емпатію та співчуття, щоб вони могли краще розуміти та контролювати свої емоції та уникати негативних наслідків агресивної поведінки [13].

Медіа, не менш впливовий з чинників, які сприяють виникненню агресивної поведінки у підлітковому віці. Зображення насильства та агресії у телевізійних шоу, фільмах, відеограмах та інших медіа може мати негативний вплив на підлітків та призводити до формування агресивної поведінки в загальному. Дослідження показують, що довготривале відтворення насильства в медіа може вплинути на зниження емпатії, підвищення агресивності та зниження моральних стандартів у підлітків. Наприклад, підлітки можуть навчатися, що агресивна поведінка є прийнятним способом розв'язання конфліктів та

досягнення цілей, у результаті чого вони можуть почати виявляти агресивну поведінку.

Отже, медіа можуть впливати на поведінку підлітків та сприяти виникненню агресивної поведінки. Важливо рекомендувати підліткам обмежувати свій час, витрачених на перегляд насильства в медіа, та критично їх оцінювати, навчати та розуміти ефект медіа на їхню поведінку.

Ровесники можуть впливати на підлітків та сприяти формуванню їхньої агресивної поведінки. На жаль, соціальний тиск, булінг та інші форми дискримінації можуть підштовхувати підлітків до насильства, щоб отримати прихильність своїх ровесників або уникнути їхньої дискримінації. Крім того, приклад агресивної поведінки з боку ровесників може бути прийнятий підлітками як нормальний, особливо якщо такі приклади виходять від лідерів або впливових осіб у соціальному середовищі. Для запобігання агресивної поведінки у підлітковому віці важливо допомогти молоді навчитися розрізняти між прийнятною та непринятною поведінкою, розвивати здорові стосунки з ровесниками та вчасно втручатися, якщо вони спостерігають агресивну поведінку.

Серед чинників, які перешкоджають прояву агресивності, називають: можливість покарання за агресію, любов, дружні стосунки, а також такі особистісні якості як поміркованість, толерантність, завбачливість, безконфліктність, високий самоконтроль [11,ст.53]. Також для попередження виникнення агресивної поведінки у підлітків важливо розвивати навички комунікації та розв'язання конфліктів, сприяти здоровим стосункам з родиною та ровесниками, підтримувати позитивне емоційне становище та навчати критично оцінювати вплив медіа на поведінку [13]. Таким чином, відповідальність за формування здорової та прийнятної поведінки лежить на батьках, вчителів та інших особах, які мають вплив на підлітків. Шляхом розвитку цих навичок можна зменшити кількість критичної агресивної поведінки серед підлітків та створити здорове та безпечне середовище для їх зростання та розвитку.

## Висновок до розділу 1

Зробивши висновки за першим розділом, ми можемо зрозуміти, що агресивна поведінка є складним явищем, яке виникає під впливом багатьох факторів. При цьому, агресія та агресивність не є тотожними поняттями. Агресивність — це властивість особистості, а агресія — це прояв цієї властивості в конкретних ситуаціях. Важливо зазначити що агресивна поведінка є невід'ємною частиною життєдіяльності будь якої особистості. Здорова агресивність є рушійною силою для досягнення мети та розвитку особистості. Агресивна поведінка може бути проявом психологічного захисту, і в той же час, виникати під впливом зовнішніх чинників. Підлітковий вік є дуже вразливим та важким як і для самого підлітка та оточуючих. В цьому віці особа легко може піддаватися негативним впливам з різних сторін своєї життєдіяльності. Важливим є розуміння чинників виникнення агресивної поведінки у підлітковому віці, зокрема ролі ровесників у формуванні поведінки та ставлення до різних аспектів життя. Розуміння чинників які викликають агресивну поведнку у підлітків дасть можливість контролювати та запобігати таким проявам агресивності, які зможуть нанести шкоду оточуючим або ж самому підлітку. Тому важливо підтримувати здорові стосунки між підлітками та вчасно втручатися, якщо вони спостерігають агресивну поведінку. Навчання розрізняти між прийнятною та непринятною поведінкою також є важливою складовою формування здорової соціальної поведінки та розвитку емоційного інтелекту підлітків.

## РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ЗА ФОРМОЮ ЇЇ ПРОЯВУ

### 2.1. Організація дослідження агресивної поведінки за формою її прояву.

*Мета емпіричного дослідження* завдання полягає у визначенні взаємозв'язку між формами та силою прояву агресивності з видами психологічного захисту.

Для досягнення мети дослідження було визначено ряд завдань, які мали бути виконані в ході емпіричного дослідження:

1. Визначити форми та ступінь прояву агресивної поведінки у підлітків.
2. Визначити види психологічного захисту.
3. Дізнатися чи є взаємозв'язок між видами психологічного захисту та формою або силою прояву агресивності.
4. Застосувати статистичні методи для аналізу даних.
5. Здійснити інтерпритацію отриманих результатів дослідження.

Здійснення збору емпіричного матеріалу для подальшого дослідження відбулося таким чином, досліджуваним було запропоновано пройти онлайн опитування за двома методиками, питання яких були внесені до Google-formes. Перед початком опитування було надано інформацію про його мету та процедуру заповнення. Також перед початком самого проходження опитувань за психологічними методиками, досліджувані мали заповнити анкету. А саме мали вказати вік та стать. Варто зазначити що досліджувані мали можливість відповісти на запитання у зручний для них час та місце.

На основі раніше визначених завдань емпіричного дослідження було обрано психодіагностичні методики, які дозволять визначити силу та форми прояву агресивності та види психологічного захисту у підлітків.

До застосованих методик у дослідженні належить:

1. *Опитувальник рівня агресивності Басса-Дарки*, для визначення форм та рівня прояву агресивності.

Учасникам дослідження пропонується опитувальник який складається з 75 тверджень, уважно прочитавши які досліджуваній має відповісти «так» — якщо повністю погоджується з твердженням та «ні» — якщо не погоджується. В цій

методиці визначаються такі види прояву агресивної поведінки: фізична агресія, вербальна агресія, непрямая агресія, негативізм, роздратування, підозрілість, образа та почуття провини. Під фізичною агресією розуміють форму агресивної поведінки, включаючи застосування фізичної сили до іншої людини з метою заподіяння травми чи болю. Однією з форм агресивної поведінки є вербальна агресія, яка характеризується використанням грубої, образливої, погрозової або некоректної мови з наміром завдати шкоди чи негативних емоцій іншій людині. Поняття непрямой агресії можна охарактеризувати як прояв «удаваної» агресії, яка нібито ні на кого не спрямована. Негативізм — це модель поведінки, що характеризується протидією встановленим нормам, законам чи звичаям, починаючи від явного неприйняття до активної протидії їм. Роздратування — це стан емоційної готовності до виявлення негативних емоцій, які можуть проявлятися у вигляді гніву, грубості та інших неприємних реакцій на незначні подразники. Підозрілість — це комплексна негативна реакція, яка включає почуття недовіри та настороженості по відношенню до інших, а також переконання, що вони можуть бути небезпечними. Образа — це емоційна реакція, яка включає заздрість і ненависть до інших, заснована на реальних або вигаданих подіях. Почуття провини виникає, коли людина думає, що вона зробила щось не так, помилилася або заподіяла біль іншій людині. Також окремо підрахувавши суму балів отриманих в результаті дослідження можна визначити індекс агресивності та індекс ворожості. Низький рівень агресивності оцінюється до 17 балів, що свідчить про відсутність здатності відстоювати свої інтереси. Оптимальний рівень агресивності оцінюється від 18 до 25 балів. Підвищена схильність до прояву всіх видів агресії оцінюється вище 26 балів і проявляється у надмірній конфліктності та демонстративній агресивності. Низький рівень ворожості оцінюється до 4 балів і свідчить про схильність до самозвинувачення. Оптимальний рівень ворожості оцінюється від 5 до 10 балів. Підвищений рівень ворожості оцінюється вище 11 балів.

## 2. *Методика "Індекс життєвого стилю" Р. Плутчика та Х. Келлермана*

Дана методика дозволяє встановити основні механізми психологічного захисту особистості та оцінити рівень напруження кожного з них. Досліджуваному надається опитувальник який включає 97 тверджень на які учасник дослідження має відповісти «так» або «ні». Ця методика допомагає провести вимірювання восьми видів механізмів психологічного захисту, таких як: придушення (витіснення), заперечення, заміщення, компенсація, проекція, інтелектуалізація, реактивне утворення та регресія.

Придушення або витіснення є одним з механізмів психологічного захисту, який допомагає приглушити неприйнятні для особистості імпульси, наприклад бажання, думки та почуття, які викликають тривогу або дискомфорт, та перетворити їх на несвідомі [2, ст. 50]

Заперечення є захисним механізмом, який допомагає індивідууму уникнути загрозливих переживань, які виникають у зв'язку зі зовнішнім середовищем, шляхом відмови від визнання їх наявності [2, ст. 148].

Заміщення — це захисний механізм, який полягає в тому, що почуття або імпульси, що викликають тривогу або неприйнятність, перенаправляються на інший об'єкт або особу, яка не має нічого спільного з вихідним джерелом почуттів [2, ст. 147]. Це робиться з метою позбутися негативних емоцій, які викликає основний об'єкт, але часто призводить до того, що негативні емоції переносяться на невинну сторонню особу.

Компенсація — це психологічний захисний механізм, який дозволяє компенсувати почуття неповноцінності або неприйнятності шляхом розвитку інших якостей або здібностей [2, ст. 203]. Цей механізм може допомогти людині підтримувати позитивне відчуття благополуччя, навіть якщо її переконання щодо себе або ставлення інших людей до неї є негативними.

Проекція є психологічним захисним механізмом, за якого індивідуум приписує іншим свої неприйнятні бажання [2, ст. 373]. Є кілька видів проекції, таких як класична або захисна проекція, атрибутивна проекція та аутистична проекція. Проекція також може бути обумовленою процесами сприйняття і

слідами пам'яті від минулих сприйнятів. У певній ситуації суб'єкт може перетворити її відповідно до своєї особистості.

Інтелектуалізація — захисний механізм, що включає аналітичний підхід до проблем, що виникають перед особистістю, і при цьому відбувається перебільшення ролі розумових складових, з упущенням емоційних та почуттєвих аспектів [2, ст. 180]. Цей механізм зазвичай застосовується в ситуаціях, коли людина не може або не бажає висловити свої емоції і прагне зберегти холоднокровний підхід до подій, що трапляються. Наприклад, людина, яка стикається зі смертю близької людини, може стати надзвичайно розумним і детально аналізувати всі фактори, що впливають на цю подію, ігноруючи свої емоції. Проте інтелектуалізація не допомагає повністю зняти негативні емоції, які зберігаються у свідомості людини у вигляді загального почуття тривоги, страху та безпокою.

Реактивне утворення є одним із захисних механізмів, що полягає в зміні неприйнятної для свідомості тенденції або способу поведінки на протилежний, або заміні неприйнятних для Я ситуацій на прямо протилежні [2, ст. 559].

Регресія — це механізм психологічного захисту, при якому людина повертається до більш раннього стану свого розвитку, який сприймається як більш безпечний і приємний [2, ст. 342]. До цього захисного механізму можна віднести "реалізацію в дії", про яку згадується в літературі, коли неусвідомлювані бажання чи конфлікти виражаються безпосередньо в діях, що ускладнює їх усвідомлення.

Варто зазначити, що для кожного з цих захисних механізмів наявні від 10 до 14 тверджень, які описують реакції особистості в різних ситуаціях.

## **2.2.Опис та характеристика вибірки досліджуваних.**

Дане дослідження було проведене з метою визначення рівня та провідних форм прояву агресивної поведінки у підлітків а також вивчення залежності між цими показниками та механізмами психологічного захисту.

Вибірка досліджуваних складала 20 осіб — 9 хлопців та 11 дівчат, середній вік яких становив 14 років.

В проведенні даного дослідження було виділено два етапи. А саме, спочатку досліджуваним було запропоноване опитування в електронному форматі за методикою "Індекс життєвого стилю" Р. Плутчика та Х. Келлермана (Додаток 1) та опитувальник рівня агресивності А. Басса та А. Дарки (Додаток 2), також в електронному форматі.

### **2.3. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження**

Згідно мети дослідження було сформовано нульову (H0) та альтернативну (H1) гіпотези. Нульова гіпотеза буде стверджувати про відсутність статистично значимого взаємозв'язку між формами та рівнями прояву агресивної поведінки з механізмами психологічного захисту. Альтернативна гіпотеза буде стверджувати про наявність статистично значимого взаємозв'язку між формами та рівнями прояву агресивної поведінки з механізмами психологічного захисту.

Після проведених опитувань були отримані результати за кожним з показників з обох методик які наведені в таблиці (Додаток 3). Першим етапом було проведення опитування досліджуваних за допомогою опитувальника А. Басса та А. Дарки для визначення рівня та форм прояву агресивної поведінки. Варто зазначити що учасники дослідження на момент дослідження перебували на території України, та не перебували на окупованих її територіях в момент проходження опитування.

В результаті отриманих даних за опитувальником Басса-Дарки можна визначити що у 45% досліджуваних підлітків виявився низький рівень прояву агресивної поведінки, та у 55% проявляєть оптимальний рівень прояву агресивної поведінки. (рис.2.1)





Регресія	Pearson Correlation	.011	.455	.483	.287	.529	.362	.392	.480	.409	.478
	Sig. (2-tailad)	.965	.044	.031	.220	.016	.117	.088	.032	.073	.033
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Компенсація	Pearson Correlation	.308	.595	.731	.139	.630	.594	.365	.485	.586	.658
	Sig. (2-tailad)	.186	.006	.000	.559	.003	.006	.114	.030	.007	.002
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Проекція	Pearson Correlation	.291	.366	.407	.269	.684	.377	.631	.239	.614	.568
	Sig. (2-tailad)	.136	.113	.075	.251	.001	.101	.003	.310	.004	.009
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Заміщення	Pearson Correlation	.455	.513	.574	.469	.634	.445	.662	.132	.766	.579
	Sig. (2-tailad)	.044	.021	.008	.037	.003	.049	.001	.578	.000	.007
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Інтелектуалізація	Pearson Correlation	-.070	-.231	-.054	-.235	-.317	-.268	-.574	.099	-.430	-.314
	Sig. (2-tailad)	.770	.326	.822	.320	.173	.253	.008	.679	.059	.177
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
Реактивне утворення	Pearson Correlation	.344	.367	.429	.062	.362	.375	-.046	.412	.288	.397
	Sig. (2-tailad)	.138	.111	.059	.796	.116	.103	.849	.071	.218	.083
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

За отриманими результатами кореляційного аналізу за критерієм коефіцієнту Пірсона які можна спостерігати в наведеній вище таблиці, були виявлені статистично значущі кореляційні зв'язки між формами прояву агресії та механізмами психологічного захисту. Було встановлено, що між індексом агресивності та таким механізмом психологічного захисту як заміщення є високий рівень кореляційного зв'язку ( $r = 0,766$ ) та цей зв'язок можна вважати статистично значущим ( $p = 0,000$ ). Також між такою формою прояву агресивності як роздратування та між психологічним механізмом компенсацією також наявний високий рівень кореляційного зв'язку ( $r = 0,731$ ) який можна вважати статистично значущим ( $p = 0,000$ ). Між образою та проекцією також був виявлений статистично значущий кореляційний зв'язок ( $r = 0,684$ ,  $p = 0,001$ ). Також прослідковується статистично значущий кореляційний зв'язок між такою формою прояву агресії як вербальна агресія та таким механізмом психологічного захисту як заміщення ( $r = 0,662$ ,  $p = 0,001$ ).

## Висновки до розділу 2

Другий розділ роботи був присвячений дослідженню взаємозв'язку між формами прояву агресивної поведінки у підлітків та механізмами психологічного захисту. Учасниками дослідження виступали підлітки віком 14 — 15 років. Варто зазначити що при визначенні індексу агресивності не було

підлітків у яких би цей індекс перевищував норму, тобто у більшості (55%) досліджуваних індекс агресивності знаходиться в межах норми.

Згідно гіпотез дослідження ми мали визначити наявність або навпаки відсутність взаємозв'язку між показниками агресивності та механізмами психологічного захисту. Для підтвердження або спростування поставлених гіпотез ми використали опитувальник А. Басса та А. Дарки для визначення форм прояву агресивності та рівня прояву агресивності та ворожості, також була використана методика Р. Плутчика та Х. Келлермана для визначення механізмів психологічного захисту. Після опитування був проведений кореляційний аналіз за отриманими результатами. Отримані результати кореляційного аналізу свідчать про наявність статистично значущих зв'язків між формами прояву агресії та механізмами психологічного захисту. Зокрема, між індексом агресивності та механізмом заміщення виявлено високий рівень кореляційного зв'язку, що свідчить про тісний зв'язок між цими показниками. Можна зробити припущення, що наявність високого індексу агресивності може впливати на використання особистістю механізму психологічного захисту — заміщення, який допомагає зменшити негативні емоції. Тому, заміщення може бути розглянуто як один з психологічних захистів, який може сприяти зниженню рівня агресивності у людей. Аналогічно, між роздратуванням та механізмом компенсації також знайдено статистично значущий зв'язок. У зв'язку з взаємодією роздратування та компенсації можна стверджувати, що роздратування може спонукати до потреби в компенсації. Наприклад, якщо людина роздратована через свої недоліки в якійсь сфері, вона може намагатися компенсувати їх, зосереджуючись на досягненнях у цій сфері. Іншими словами, роздратування, яке може вважатися формою агресії, може мати зв'язок з механізмом психологічного захисту — компенсацією, тим самим підштовхуючи до розвитку особистості. Крім того, існують кореляційні зв'язки між образою та проекцією, а також між вербальною агресією та заміщенням. Якщо розглядати взаємозв'язок між таким механізмом психологічного захисту як проекція та між таким проявом агресивної поведінки як образа то можна зазначити, що проекція

може викликати образу, оскільки при проекції людина сприймає у інших свої неприйнятні властивості та відчуття, що може привести до того, що вона почне сприймати цих людей як загрозу або ворогів. Це може призвести до виникнення образи, яка включає заздрість і ненависть до інших. З іншого боку, образа може стати причиною проекції. Якщо людина має негативні емоції до певної групи людей або конкретної людини, вона може проектувати ці емоції на ці люди, підозрювати їх у негативних рисах, які насправді є у ній самій. Та найбільш ясним та логічним буде взаємозв'язок між вербальною агресією та таким механізмом психологічного захисту як заміщення. Взаємозв'язок між цими поняттями полягає в тому, що заміщення може бути одним із механізмів, що використовуються для вираження вербальної агресії. Якщо людина не може виразити свої негативні емоції або імпульси на пряму адресу, вона може замістити їх на іншу особу або об'єкт через вербальну агресію. Так наприклад підліток може переживати проблеми в особистому житті, бути розчарованим або ображеним, але при цьому не може виразити свої почуття з певних причин, він може замістити ці емоції на членів своєї родини або друзів через вербальну агресію. У цьому випадку заміщення може спровокувати вербальну агресію, спрямовану на невинного індивідуума, який не має нічого спільного з первинним джерелом почуттів.

Отже, ці результати дозволяють підбити певні висновки про тісний зв'язок між формами прояву агресії та механізмами психологічного захисту. Та результати дозволяють підтвердити альтернативну гіпотезу про наявність взаємозв'язку між формами прояву агресії та механізмами психологічного захисту.

### Список використаної літератури

1. Качанова Ю. В. Агресивність: аналіз теоретичних підходів. 2011. 5 трав. URL: <https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/naukpraci/sociology/2011/156-144-9.pdf> (дата звернення: 01.04.2023).
2. Шагар В. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с.
3. Астремська І., Жайворонок Ю. Теоретичні аспекти проблеми дослідження агресивної поведінки особистості. Наукові праці. Соціологія. 2013. Т. 225, № 213. С. 111–114. URL: [http://irbisbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuvcgiirbis\\_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE\\_FILE\\_DOWNLOAD=1&Image\\_file\\_name=PDF/Npchdusoc\\_2013\\_225\\_213\\_25.pdf](http://irbisbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuvcgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Npchdusoc_2013_225_213_25.pdf) (дата звернення: 16.04.2023)
4. Лоренц К. Агрессия, или Так называемое зло / пер. з нім А. Федоров. AST Publishers, 2017. 339 с.
5. Testosterone and aggressiveness / Marco Giammanco et al. Med Sci Monit. 2005. Vol. 11. P. 136–142. URL: <https://hormonebalance.org/images/documents/Testosterone%20and%20aggressiveness.pdf> (дата звернення: 21.03.2023).
6. Denysova M. F., Muzyka N. M. Teenage aggression as a consequence of improper nutrition. Perinatologiya i pediatriya. 2019. No. 1(77). P. 79–84. URL: <https://doi.org/10.15574/pp.2019.77.79> (дата звернення: 12.02.2023)
7. Павелків В. Р. Феномен підліткової агресивності як соціально-психологічна проблема. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. 2009. № 4. С. 271–281. URL: <http://journals.uran.ua/index.php/22276246/article/download/162925/161948> (дата звернення: 22.04.2023).
8. Мойсеева О. Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. Юридична психологія. 2015. № 1. С. 139–147.
9. Гаврилів О. Вербальна агресія: між насильством і безсиллям. East European Journal of Psycholinguistics. 2017. Т. 4, № 2. С. 34–46. URL: <https://doi.org/10.29038/eejpl.2017.4.2.hav> (дата звернення: 03.02.2023)

- 10.Ащеулова Т. В. Прояви агресії в підлітковому віці: thesis. 2018. URL: <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/67107> (дата звернення: 12.02.2023).
- 11.Кириченко Р. В. Дослідження проблеми агресивної поведінки сучасної молоді. Scientific Journal Virtus. 2017. № 15. С. 51–54. URL: <https://docplayer.net/70393707-Scientific-journal-virtus.html> (дата звернення: 03.03.2023).
- 12.Курявська О. М. Мотивація агресивної поведінки підлітків. 2009. 1 верес. URL: [https://www.kpi.kharkov.ua/archive/Наукова\\_періодика/elits/2010/28/Мотивація%20агресивної%20поведінки%20підлітків.pdf](https://www.kpi.kharkov.ua/archive/Наукова_періодика/elits/2010/28/Мотивація%20агресивної%20поведінки%20підлітків.pdf) (дата звернення: 01.03.2023).
- 13.Павелків В. Р. Психологічні основи мінімізації деструктивних проявів агресії у підлітковому віці. Психологія: реальність і перспективи. 2019. № 10. С. 121–127. URL: [https://doi.org/10.35619/prap\\_rv.vi10.104](https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi10.104) (дата звернення: 03.04.2023).
- 14.Орос О. Агресивна та насильницька поведінка серед дітей підліткового віку. ВІСНИК НТУУ «КПІ». 2018. № 2. С. 90–95. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/31858/1/152925-330574-1-SM.pdf> (дата звернення: 05.04.2023).
- 15.Наврулів О. Непряма вербальна агресія. East European Journal of Psycholinguistics. 2020. Т. 6, № 2. С. 7–20. URL: <https://doi.org/10.29038/eejpl.2019.6.2.hav> (дата звернення: 19.02.2023)

### **Анотація**

Андрощук С. А. «Агресивна поведінка як прояв психологічного захисту»

В першому розділі курсової роботи представлені теоретичні засади до вивчення агресивної поведінки як психологічного захисту. В цьому розділі розглядаються такі поняття як «агресія» та «агресивність», також прояв агресивної поведінки як самозахисту у підлітків, і розглядаються чинники виникнення агресивної поведінки.

В другому розділі представлені організаційні моменти дослідження, використані методики та аналіз отриманих результатів.

Ключові слова: агресивна поведінка, агресивність, психологічний самозахист, підлітковий вік, чинники агресивності.

Androshchuk S. A. "Aggressive behavior as a manifestation of psychological defense"

The first chapter of the course work presents theoretical foundations for the study of aggressive behavior as a psychological defense. This chapter discusses such concepts as "aggression" and "aggressiveness", as well as the manifestation of aggressive behavior as self-defense in adolescents, and considers the factors of aggressive behavior.

The second section presents the organizational aspects of the study, the methods used and the analysis of the results.

Keywords: aggressive behavior, aggressiveness, psychological self-defense, adolescence, factors of aggressiveness.

## Додаток 1

### Методика "Індекс життєвого стилю" Р. Плутчика та Х. Келлермана

1. Я людина, з якою дуже легко порозумітися.
2. Коли я чогось хочу, у мене не вистачає терпіння зачекати.
3. Завжди була така людина, на яку я хотів би бути схожимь.
4. Люди вважають мене стриманою, розважливою людиною.
5. Мені гидкі непристойні фільми.
6. Я рідко пам'ятаю свої сни.
7. Люди, які всюди розпоряджаються, доводять мене до сказу.
8. Іноді у мене виникає бажання пробити кулаком стіну.
9. Мене сильно дратує, коли люди поводяться манірно.
10. У своїх фантазіях я завжди головний герой.
11. У мене не дуже гарна пам'ять на обличчя.
12. Я відчуваю деяку незручність, користуючись громадською лазнею.
13. Я завжди уважно вислуховую всі точки зору у суперечці.
14. Я легко виходжу з себе, але швидко заспокоююсь.
15. Коли в натовпі хтось штовхає мене, я відчуваю бажання відповісти тим же.
16. Багато чого в мені захоплює людей.
17. Вирушаючи у поїздку, я обов'язково планую кожну деталь.
18. Іноді, без жодної причини, на мене нападає впертість.
19. Друзі майже ніколи не підводять мене.
20. Мені доводилося думати про самогубство.
21. Мене ображають непристойні жарти.
22. Я завжди бачу світлі сторони речей.
23. Я ненавиджу недобррозичливих людей.
24. Якщо хтось каже, що я не зможу щось зробити, то я навмисне хочу зробити це, щоб довести йому неправоту.
25. Я відчуваю труднощі, згадуючи імена людей.
26. Я схильний до зайвої імпульсивності.



27. Я терпіти не можу людей, які домагаються свого, викликаючи до себе жалість.
28. Я ні до кого не ставлюся з упередженням.
29. Іноді мене турбує, що люди подумують, ніби я поводжуся дивно, безглуздо чи смішно.
30. Я завжди знаходжу логічні пояснення будь-яким неприємностям.
31. Іноді мені хочеться побачити кінець світу.
32. Порнографія огидна.
33. Іноді, будучи засмучений, я їм більше звичайного.
34. У мене немає ворогів.
35. Я не дуже добре пам'ятаю своє дитинство.
36. Я не боюся постаріти, тому що це відбувається з кожним.
37. У своїх фантазіях я роблю великі справи.
38. Більшість людей дратують мене, тому що вони надто егоїстичні.
39. Дотик до чогось слизького викликає в мені огиду.
40. У мене часто бувають яскраві, сюжетні сновидіння.
41. Я переконаний, що якщо буду не обережний, люди скористаються цим.
42. Я не скоро помічаю погане в людях.
43. Коли я читаю або чую про трагедію, це не надто зачіпає мене.
44. Коли є привід розсердитися, я вважаю за краще все обміркувати.
45. Я відчуваю сильну потребу у компліментах.
46. Сексуальна нестримність огидна.
47. Коли в натовпі хтось заважає моєму руху, у мене іноді виникає бажання штовхнути його плечем.
48. Як тільки щось не по-моєму, я ображаюсь і стаю похмурим.
49. Коли я бачу закривавлену людину на екрані, це майже не хвилює мене.
50. У складних життєвих ситуаціях я не можу обійтися без підтримки та допомоги людей.
51. Більшість оточуючих вважають мене дуже цікавою людиною.
52. Я ношу одяг, який приховує недоліки моєї фігури.

53. Для мене дуже важливо завжди дотримуватись загальноприйнятих правил поведінки.
54. Я схильний часто суперечити людям.
55. Майже у всіх сім'ях подружжя одне одному зраджує.
56. Мабуть, я надто відсторонено дивлюсь на речі.
57. У розмовах із представниками протилежної статі я намагаюся уникати делікатних тем.
58. Коли мені щось не виходить, мені іноді хочеться плакати.
59. З моєї пам'яті часто випадають деякі дрібниці.
60. Коли хтось штовхає мене, я відчуваю сильне обурення.
61. Я викидаю з голови те, що мені не подобається.
62. У будь-якій невдачі я обов'язково знаходжу позитивні сторони.
63. Я терпіти не можу людей, які завжди намагаються бути в центрі уваги.
64. Я майже нічого не викидаю і дбайливо зберігаю безліч різних речей.
65. У компанії друзів мені найбільше подобаються розмови про минулі події, розваги та задоволення.
66. Мене не надто дратує дитячий плач.
67. Мені траплялося так роздратуватися, що я готовий був перебити всі вщент.
68. Я завжди оптимістичний.
69. Я почуваюся незатишно, коли на мене не звертають уваги.
70. Які б пристрасті не розігравалися на екрані, я завжди усвідомлюю, що це тільки на екрані.
71. Я часто відчуваю почуття ревнощів.
72. Я б ніколи спеціально не пішов на відверто еротичний фільм.
73. Неприємно те, що людям, як правило, не можна довіряти.
74. Я готовий майже на все, щоб справити гарне враження.
75. Я ніколи не бував панічно наляканий.
76. Я не прогавлю нагоди подивитися хороший трилер чи бойовик.
77. Я думаю, що ситуація в світі краща, ніж вважає більшість людей.
78. Навіть невелике розчарування може привести мене до смутку.

79. Мені не подобається, коли люди відверто фліртують.
80. Я ніколи не дозволяю собі втрачати самовладання.
81. Я завжди готуюся до невдачі, щоб не бути захопленим зненацька.
82. Здається, деякі з моїх знайомих заздять моєму вмінню жити.
83. Мені траплялося зі зла так сильно вдарити або штовхнути по чомусь, що я ненавмисно завдав собі болю.
84. Я знаю, що за очі дехто відгукується про мене погано.
85. Я навряд чи можу згадати свої перші шкільні роки.
86. Коли я засмучений, я іноді веду себе по-дитячому.
87. Мені набагато простіше говорити про свої думки, ніж про свої почуття.
88. Коли я буваю у від'їзді і у мене трапляються неприємності, я одразу починаю сильно тужити по дому.
89. Коли я чую про жорстокість, це не надто глибоко чіпає мене.
90. Я легко переносю критику та зауваження.
91. Я не приховую свого роздратування з приводу звичок деяких членів моєї родини.
92. Я знаю, що є люди, налаштовані проти мене.
93. Я не можу переживати свої невдачі поодинці.
94. На щастя, у мене менше проблем, ніж у більшості людей.
95. Якщо щось хвилює мене, я іноді відчуваю втому та бажання виспатися.
96. Огідно те, що майже всі люди, які досягли успіху, досягли його за допомогою брехні.
97. Нерідко я відчуваю бажання відчути у своїх руках пістолет чи автомат.

## Додаток 2

### Методика діагностики показників і форм агресії

А. Басса та А. Дарки

1. Іноді не можу справитися з бажанням нашкодити кому-небудь.
2. Інколи можу розповсюджувати плітки про людей, яких не люблю.
3. Легко виходжу з себе, проте легко й заспокоююсь.
4. Якщо до мене не звернутись по-доброму, прохання не виконаю.
5. Не завжди отримую те, що мені належить.
6. Знаю, то люди говорять про мене за моєю спиною.
7. Якщо не схвалюю вчинки інших людей, даю їм це відчути.
8. Якщо трапляється обманути когось, відчуваю докори сумління.
9. Мені здається, що я не здатен вдарити людину.
10. Ніколи не роздратовуюсь настільки, щоб розкидати речі.
11. Завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Коли встановлене правило не подобається мені, хочеться його порушити.
13. Інші майже завжди вміють скористатися за сприятливих умов.
14. Мене насторожують люди, які відносяться до мене більш дружньо, ніж я очікував.
15. Часто буваю не згоден з людьми.
16. Іноді в голову приходять думки, за які мені соромно.
17. Якщо хто-небудь вдарить мене, я не відповім тим же.
18. При роздратуванні грюкаю дверима.
19. Я більш роздратований, ніж здається зі сторони.
20. Якщо хтось корчить з себе начальника, я роблю йому наперекір.
21. Мене трохи засмучує моя доля.
22. Думаю, багато людей не люблять мене.
23. Не можу втриматись від суперечки, якто люди не згідні зі мною.
24. Ті, хто уникають роботи, повинні мати відчуття провини.
25. Хто ображає мене чи мою сім'ю, наражається на бійку.
26. Я не здатен на грубі жарти.

27. Мене охоплює злість, коли наді мною насміхаються.
28. Коли люди вдають із себе начальників, я роблю все, щоб вони не зазнавались.
29. Майже потижня бачу кого-небудь з тих, хто мені не подобається.
30. Досить багато людей заздять мені.
31. Вимагаю, щоб люди поважали мої права.
32. Мене засмучує, що я мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, які постійно "дістають" нас, заслуговують на те, щоб їм дали щигля по носі.
34. Від злості інколи буваю похмурий.
35. Якщо до мене відносяться гірше, ніж я на те заслуговую, я не засмучуюсь.
36. Якто хтось намагається вивести мене із себе, я не звертаю уваги.
37. Хоч я і не показую того, іноді мене мучить заздрість.
38. Інколи мені здається, то наді мною сміються.
39. Навіть якщо злюся, не використовую грубих висловів.
40. Хочеться, щоб всі мої гріхи були прощені.
41. Рідко даю здачі, навіть коли хто-небудь вдарить мене.
42. Ображаюсь, коли іноді виходить не по-моєму.
43. Інколи люди роздратовують мене своєю присутністю.
44. Нема людей, яких би я по-справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: "ніколи не довіряй чужакам".
46. Якто хтось дратує мене, готовий сказати йому все, що про нього думаю.
47. Роблю багато такого, про то потім жалкую.
48. Якто рознервуюсь, можу вдарить кого-небудь.
49. З десяти років у мене не було вибухів гніву.
50. Часто відчуваю себе як порохова бочка, готова вибухнути.
51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко лійти згоди.

52. Завжди думаю про те, що за таємні причини примушують людей робити щось приємне мені.
53. Коли кричать на мене, кричу у відповідь.
54. Невлачі засмучують мене.
55. Б'юся не рідше і не частіше інших.
56. Можу згадати випадки, коли був настільки злим, що хапав першу річ під рукою та ламав її.
57. Інколи відчуваю, що готовий першим почати бійку.
58. Інколи відчуваю, що життя зі мною обходиться несправедливо.
59. Раніше думав, що більшість людей говорить правду, але тепер в це не вірю.
60. Сварюся тільки від злості.
61. Коли вчиняю неправильно, відчуваю докори сумління.
62. Якщо для захисту своїх прав потрібно застосувати фізичну силу, я застосую її.
63. Інколи виражаю свою злість тим, що стукаю по столу.
64. Буваю грубим по відношенню до людей, котрі мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, які б не хотіли мені нашкодити.
66. Не вмію поставити людину на місце, навіть коли вона на це заслуговує.
67. Часто думаю, що живу неправильно.
68. Знаю людей, які можуть довести мене до бійки.
69. Не сумую із-за дрібниць.
70. Мені рідко приходить в голову думка про те, що люди намагаються розізлити чи образити мене.
71. Часто просто погрожую людям, не збираючись виконувати свої погрози.
72. Останнім часом я став занудою.
73. У суперечці часто підвищую голос.
74. Намагаюся приховати погане відношення до людей.
75. Краще погоджусь з чимось, аніж стану сперечатися.

### Додаток 3

Отримані результати в ході опитування досліджуваних.

Блакитним кольором позначені результати отримані при опитуванні за опитувальником рівня агресивності Басса-Дарки.

Зеленим кольором позначені результати отримані при опитуванні за методикою «Індекс життєвого стилю» Плутчика та Келлермена.

Досліджувані	Стать	Фізична агресія	Непряма агресія	Роздратування	Негативізм	Образа	Підозрілість	Вербальна агресія	Почуття провини	Індекс агресивності	Індекс ворожості
1	Ч	4	3	4	2	2	2	5	1	12	4
2	Ч	8	5	4	3	5	2	7	3	20	7
3	Ч	4	0	3	1	1	3	3	4	7	4
4	Ж	3	5	6	0	2	1	4	5	12	3
5	Ж	5	7	6	3	4	5	7	8	19	9
6	Ч	5	8	8	3	8	7	9	6	22	15
7	Ж	10	5	9	4	6	5	10	9	25	11
8	Ч	5	6	8	2	3	3	5	8	16	6
9	Ж	4	4	5	1	4	6	11	4	19	10
10	Ж	7	2	8	1	6	8	8	8	17	14
11	Ж	3	5	5	2	6	8	6	7	14	14
12	Ж	5	4	8	2	7	7	9	7	18	14
13	Ж	5	4	8	2	5	5	6	6	15	10
14	Ч	6	5	7	3	4	4	9	3	20	8
15	Ж	6	7	10	3	6	6	7	8	20	12
16	Ж	4	5	3	4	4	2	10	3	19	6
17	Ч	4	2	2	2	1	4	3	6	9	5
18	Ч	6	6	9	1	7	6	6	9	18	13
19	Ч	9	7	7	3	5	6	6	4	22	11
20	Ж	3	7	8	2	3	4	5	4	15	7

Досліджувані	Заперечення	Придушення	Регресія	Компенсація	Проекція	Заміщення	Інтелектуалізація	Реактивне утворення
1	8	9	4	4	6	5	7	0
2	8	7	2	4	7	8	9	6
3	9	6	2	1	5	1	10	2
4	9	2	9	6	8	4	7	3
5	3	5	11	6	5	10	7	4
6	2	6	11	7	13	12	4	8
7	9	7	13	8	11	11	7	3
8	7	5	3	6	10	2	10	9
9	7	5	4	6	9	9	4	2
10	4	4	7	7	9	7	7	10
11	10	6	10	9	10	4	8	4
12	4	3	9	5	12	11	7	3
13	7	2	9	6	6	9	8	4
14	10	8	5	8	6	10	10	3
15	1	9	8	8	9	11	6	6
16	7	5	9	3	11	4	6	3
17	7	7	3	3	1	2	10	5
18	6	8	7	7	7	4	12	5
19	4	7	4	7	10	9	6	8
20	8	4	9	6	4	8	10	6