

Міністерство освіти і науки України  
Чорноморський національний університет імені Петра Могили  
Медичний інститут

Кафедра психології

«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»

завідувачка кафедри психології

\_\_\_\_\_ Ірина ЛИСЕНКОВА

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 р.

УДК 159.925+316.624 +316.723

## ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ СУЧАСНОЮ МОЛОДДЮ

Кваліфікаційна робота магістра  
за освітньо-професійною програмою «Психологія»  
другого (магістерського) рівня вищої освіти  
галузь знань 05 - Соціальні та поведінкові науки  
спеціальність 053 «Психологія»

**Виконав:**

студент 665М групи

**Божко Олександра Олександровича**

**Науковий керівник:**

к.психол.н., доцент б.в.з.

**Амплєєва Ольга Михайлівна**

Миколаїв – 2022

Міністерство освіти і науки України  
Чорноморський національний університет імені Петра Могили  
Медичний інститут

Кафедра психології

Освітній рівень – магістр

Галузь знань: 05 - Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 «Психологія»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

завідувачка кафедри психології

\_\_\_\_\_ Ірина ЛИСЕНКОВА

«\_21\_» \_01\_ 2022 р.

ЗАВДАННЯ  
НА ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ МАГІСТРА

Студенту **Божку Олександр Олександровичу**

1. Тема роботи: «Особливості прояву вербальної агресії сучасною молоддю» затверджена наказом ЧНУ імені Петра Могили від «17» листопада 2021 року № 308.
2. Об'єкт дослідження – вербальна агресія сучасної молоді.
3. Предмет дослідження – особливості прояву вербальної агресії сучасною молоддю.

Завдання дослідження:

- 1) здійснити теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури щодо розкриття проблеми агресії;
- 2) виділити основні види та типи агресії;
- 3) розглянути особливості вербальній агресії;
- 4) обґрунтувати та експериментально дослідити особливості прояву вербальної агресії у сучасній молоді;

5) розробити тренінг щодо профілактики та зниження вербальної агресії серед молоді.

4. Науковий керівник роботи.

ПІБ та посада керівника	Завдання видано (дата, підпис)	Завдання виконано (дата, підпис)
<b>Амплеєва Ольга Михайлівна</b> доцент б.в.з. кафедри психології	<u>27.09.2021</u>	<u>21.01.2022</u>

### 5. КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів роботи магістра (РМ)	Строк виконання етапів роботи
1	Погодження керівником змісту КРМ	05.10.2021
2	Пошук, добір та опрацювання літературних джерел з проблематики дослідження	18.10.2021
3	Робота над підготовкою тексту КРМ	
3.1	Розділ 1	01.11.2021
3.2	Розділ 2	22.11.2021
4	Висновки	13.12.2021
5	Захист КРМ на кафедрі (попередній захист)	14.01.2022
6	Захист КРМ перед Екзаменаційною комісією	21.02.2020

Студент \_\_\_\_\_ Олександр БОЖКО

Науковий керівник \_\_\_\_\_ Ольга АМПЛЕЄВА

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ПРОБЛЕМИ ПРОЯВУ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ СУЧАСНОЮ МОЛОДДЮ.....	10
1.1. Стан дослідження поняття агресії в сучасній психологічній літературі.....	10
1.2. Характеристика різних типів агресії .....	21
1.3. Вербальна агресія та особливості її прояву у сучасної молоді .....	28
Висновки до першого розділу.....	42
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ СУЧАСНОЮ МОЛОДДЮ.....	43
2.1. Інструментарій та процедура дослідження вербальної агресії.....	43
2.2. Інтерпретація та аналіз отриманих результатів.....	47
2.3. Тренінг щодо профілактики та зниження вербальної агресії в сучасної молоді.....	54
Висновки до другого розділу.....	66
ВИСНОВКИ.....	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	72
ДОДАТКИ .....	80

## ВСТУП

**Актуальність та розробленість теми дослідження.** Феномен агресії завжди привертав до себе увагу суспільства. Тому й не випадково, що перші спроби проаналізувати це явище, зрозуміти його причини здійснювалися ще в донауковий період, філософський період. Поява на початку ХХ століття двох потужних теоретико-методологічних напрямів – психоаналізу і біхевіоризму – зумовила два основні підходи до проблеми агресії: як до природженої властивості (вчення про „танатос” З. Фрейда) і як реакції на несприятливий зовнішній стимул (концепція „фрустрації – агресії” Д. Долларда і Н. Міллера) [2].

Актуальність цього феномена в наш час обумовлюється наступними факторами. По-перше, сама по собі агресія у молоді, в юнацькому віці вже є серйозною психолого-педагогічною проблемою, адже призводить до „екстремальних” явищ (кримінальна поведінка тощо). По-друге, різні її форми можуть призводити до цілої низки небезпечних наслідків, починаючи з академічної неуспішності й закінчуючи появою психологічних розладів. По-третє, явище агресії, яке було раніше проблемою переважно західних суспільств, в останні роки поширилось, на жаль, і в нашій країні.

Дослідники розділяють комплекс демографічних, індивідуально-психологічних та соціально-психологічних факторів, які прямо чи опосередковано впливають на появу та особливості проявів агресії. Слід зазначити, що переважна більшість цих факторів збігається з уже відомими факторами агресивної поведінки (насильство в сім’ї, вплив асоціальних субкультур однолітків, характерологічні особливості тощо).

Одним із основних чинників набуття особистістю підвищеної агресивності вважаються недоліки сімейного виховання, спостереження за моделями агресивної поведінки інших у реальному житті, на кіно- і телеекранах чи комп’ютерних іграх. Істотна роль у зародженні і формуванні готовності людини до агресії, а також у її реалізації відводиться і ситуативним

чинникам, таким як вплив кліматичних умов, температури навколишнього середовища, підвищений шум, велике скупчення людей, неприємний запах та тіснота у приміщенні, дискомфорт, зазіхання на особистий простір, вороже соціальне середовище, біль, виникнення стресової ситуації, очікування помсти за власні агресивні дії, вживання алкоголю, сексуальне збудження.

Як особистісні фактори, які зумовлюють підвищення рівня агресивності, розглядають: підвищену ворожість та подразливість, підвищений рівень тривожності та депресії, підвищену емоційну реактивність, негативну афективність, перевищену самооцінку, певні особливості мотиваційної сфери, низький рівень розвитку інтелекту, антисоціальну спрямованість особистості, заздрісність, схильність приписувати оточуючим агресивні наміри тощо.

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.

Агресія призводить до збільшення форм девіантної поведінки серед молоді (вандалізм, крадіжки, вживання алкоголю, наркотиків); погіршенню соціально-психологічного клімату в закладах освіти. Оскільки агресивна ситуація за своїми характеристиками є різновидом інтенсивної тривалої стресової ситуації, то вона має серйозні психологічні наслідки. Як жертви, так і самі агресори схильні до нервово-психічних розладів (різні розлади поведінки, депресії), що може призвести до скоєння кримінальних злочинів.

Вагомий внесок у вивчення сутності агресії та агресивної поведінки, було зроблено у зарубіжній літературі. Проблема агресивної поведінки стала об'єктом численних досліджень А. Адлера, А. Басса, Р. Берона, К. Лоренса, Д. Річардсона, Е. Уілсона, З. Фрейда, Е. Фромма. Також вивченням вищевказаних проблем займалися А. Бандура, Л. Виготський, Д. Ельконін, Т. Румянцева, І. Фурманов.

Спираючись на недостатню теоретичну та практичну вивченість і значущість проблеми, можемо стверджувати, що кваліфікаційна магістерська робота є актуальною.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити особливості прояву вербальної агресії сучасною молоддю.

Відповідно до мети були визначені **завдання дослідження**:

- 1) здійснити теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури щодо розкриття проблеми агресії;
- 2) виділити основні види та типи агресії;
- 3) розглянути особливості вербальній агресії;
- 4) обґрунтувати та експериментально дослідити особливості прояву вербальної агресії сучасною молоддю;
- 5) розробити тренінг щодо профілактики та зниження вербальної агресії серед молоді.

**Об'єкт дослідження** – вербальна агресія сучасної молоді.

**Предмет дослідження** – особливості прояву вербальної агресії сучасною молоддю.

**Методи досліджень** – у роботі для розв'язання поставлених завдань та забезпечення об'єктивності результатів був застосований комплекс методів дослідження. Теоретичні: метод аналітичного огляду й узагальнення наукової літератури з проблеми дослідження, констатуючий та формуючий експерименти, метод повздовжніх зрізів (лонгітюдний метод), кількісна та якісна обробка отриманих у процесі експерименту даних для визначення їх достовірності та надійності, методи математичної статистики (t-критерій Стьюдента для залежних вибірок). Експериментальні: психодіагностичні методи (тест на визначення інтегральних форм комунікативної агресивності В.В. Бойко, тест-опитувальник агресивності Л.Г.Почебут, опитувальник Томаса-Кілмена, тест-опитувальник агресивності Басса-Даркі).

**Експериментальна база дослідження:** у якості респондентів було залучено студентів Чорноморського національного університету імені Петра Могили.

Вибірку дослідження склали 50 студентів (38 дівчат, 12 хлопців), студентів 3-6 курсу, віком 18-23 роки.

**Теоретична та практична значущість.** Ми передбачаємо, що результати дослідження будуть корисними для психолого-педагогічної спільноти та запропонована корекційно-розвиваюча програма набуде практичної значимості у застосуванні щодо профілактики агресивної поведінки серед молоді.

Результати проведеного дослідження можуть бути використані: в системі професійної підготовки майбутніх психологів під час проведення виробничої практики; в системі психолого-педагогічної просвіти.

Висновки та результати експериментального дослідження можуть бути використані при укладанні навчально-педагогічних посібників для дисциплін «Вікова психологія та педагогічна психологія», «Психологія особистості», «Практична психологія». Отримані дані можуть використовуватися в роботі центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді.

**Апробація результатів дослідження:** матеріали дослідження презентовано та обговорено на: Міжнародній науково-практичній конференції: «Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості» (м. Запоріжжя, 11-12 грудня 2020 р.); Всеукраїнська науково-методична конференція: «Могилянські читання – 2021: Досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти» (2021, м. Миколаїв).

**Публікації.** Основні результати дослідження відображено в 3 публікаціях, з них: 1 стаття в науковому фаховому виданні України категорії Б, 2 статті у збірниках матеріалів конференцій.

**Структура та обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний текст



дослідження викладено на 94 сторінках комп'ютерного тексту, з них основного тексту – 70 сторінок. Список використаних джерел включає 80 найменування українських та зарубіжних авторів. Робота містить 8 таблиць та 1 рисунок.

# **РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ПРОБЛЕМИ ПРОЯВУ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ СУЧАСНОЮ МОЛОДДЮ**

## **1.1. Стан дослідження поняття агресії в сучасній психологічній літературі**

Проблема агресивної поведінки особистості вже майже півстоліття є об'єктом досліджень у різних гуманітарних науках (психології, біології, соціології, екології). Зміни в суспільстві, які викликали соціальні конфлікти, зростання насильства, поставили феномен агресії в центр уваги психології.

Те, що проблема агресивності особистості є однією з актуальних як у психологічній, так і в інших гуманітарних (соціологія, кримінологія) і природничих науках (медицина, біологія, фізіологія тощо), обумовило появу низки методологічних проблем. Основною з них є наявність різних визначень, теорій, моделей.

Різні аспекти дослідження феномену агресії та агресивної поведінки широко висвітлені в психолого-педагогічній літературі, але на сьогоднішній день немає єдиної класифікації причин агресивної поведінки.

Дослідження проблеми привело до висновку, що термін «агресія» є досить загальним і відноситься до дії або наміру, спрямованим на заподіяння шкоди іншій людині. Термін "агресивна поведінка" більш "вузький" і є формою реагування на різні фізично і морально несприятливі життєві ситуації. Форми реагування можна класифікувати в залежності від видів агресії.

Агресія – це поведінка, яка спричинює шкоду іншим людям. Агресія проявляється у побитті інших людей, у вербальних образах, погрозах, ворожих насмішках, жартах, а також містить непрямі форми фізичної та вербальної агресії (бойкот, ворожа міміка та жестикуляція) [13].

Агресія визначається як будь-яка поведінка, спрямована на заподіяння шкоди (Кассінов і Суходольський, 1995). Існують різні форми, включаючи фізичну, словесну і непрямую агресію. Фізична і словесна агресія-це легко спостережувана поведінка (Діджузеппе і Тафрат, 2004) [20].

Якщо гнів супроводжується агресією, негативні наслідки можуть призвести до фізичного збитку; можливі довгострокові наслідки включають труднощі з однолітками (Папа і Бірман, 1999), і зловживання психоактивними речовинами (Мосс і Кіріскі, 1995). Молодь, яка демонструє агресивну / деструктивну поведінку, має поганий терапевтичний прогноз (Tang et al., 2013)[65].

Згідно з дослідженням, проведеним в 2013 році, показники агресії в студентській вибірці склали 24,4% для вербального типу і 27,9% для фізичного типу (Tang et al., 2013) [65,с 20]. У 2000 році понад 400 000 молодих людей у віці 18-20 років отримали поранення в результаті насильницьких дій (центр хвороб і контролю, 2004). 4,4% студентів, які відвідують відділення невідкладної допомоги, зверталися за медичною допомогою з приводу травм, отриманих в результаті фізичної боротьби (Юсеф та ін., 1999).

Краще розуміння факторів, які ставлять молодь до ризику розвитку агресії в є необхідним для управління розробкою ефективних профілактичних заходів (Еліот і Толан, 1999; Фаррелл і Рейнольдс, 2007)[26].

Незважаючи на значний прогрес, досягнутий у розробці профілактичних програм, спрямованих на зниження агресії в молодшому віці, заходи, орієнтовані на молодь, в цілому дали більш скромні і менш послідовні результати (Проект по запобіганню насильства на декількох об'єктах, 2008). Більш того, часто виявляється, що вплив серед молоді відрізняється в різних групах, які розрізняються за рівнем ризику (Фаррелл та ін., 2011). Це підкреслює необхідність не тільки виявлення конкретних факторів, пов'язаних з агресією, які проявляються в молоді, але і виявлення закономірностей факторів для керівництва розробкою заходів, які краще відповідають конкретним потребам підгруп окремих осіб (Фаррелл і Камю, 2006) [27, 13с].

Для збору даних було розроблено анкету з самозвітами. Вона складається з широкого спектру соціальних, сімейних і інших факторів, які можуть бути факторами ризику агресії. Цими факторами є місце проживання (міське/сільське), освіта батьків (висока/середня/низька), відносини з батьками (хороші/справедливі/погані), соціальна атмосфера, що сприймається (хороша/справедлива/погана), структура сім'ї (розширена або нуклеарна сім'я), порядок народження, дохід сім'ї (високий/середній/низький), задоволеність зовнішнім виглядом (задоволений/справедливий/незадоволений), спорт, хобі, перегляд бойовиків, куріння, наркоманія студента та його сім'ї, сімейна історія психічних захворювань, особиста історія фізичного насильства та фізичного насильства між членами сім'ї (так/ні).

Шкала агресії та ворожості для студентів вона складається з чотирьох підшкал, що вимірюють фізичну агресію, вербальну агресію, ворожість та гнів. Кожна підшкала складалася з 14 пунктів. На кожне питання було дано відповідь за п'ятибальною шкалою Лайкерта (4 = трапляється дуже часто, 3 = трапляється часто, 2 = трапляється іноді, 1 = трапляється рідко і 0 = ніколи не трапляється). Високий бал вказує на більш високий рівень агресії, а низький бал вказує на більш низький рівень. Бали 56-43 вказують на рівень 1, 42-29 вказують на рівень 2, 28-15 вказують на рівень 3, а бали 14-0 вказують на рівень 4. Перший рівень-це найвищий бал, за ним слід другий по порядку, потім третій, а четвертий рівень-найнижчий; це відноситься до кожної з чотирьох підшкал. Було вибрано дві підкали, які вимірюють фізичну і вербальну агресію [26,с 12].

Пілотне дослідження було проведено на 20 студентах для оцінки застосовності збору даних і розташування елементів інструментів, а також для оцінки необхідного часу і здійсненності дослідження. Були внесені всі необхідні зміни. 20 студентів були виключені із загального числа.

Студентам було запропоновано уважно прочитати інструкції, в яких їм повідомлялося, що перевага віддається чесним відповідям і що їх відповіді будуть

використовуватися тільки для наукових досліджень. Дослідження було схвалено етичним комітетом.

Дані були зібрані, перевірені, введені та проаналізовані за допомогою SPSS (2007) та EPI-INFO [версія 6; відділ нагляду та епідеміології, центри управління епідеміологічною програмою з контролю та профілактики захворювань (CDC)] для обробки даних та статистичного аналізу. Дані були виражені у вигляді середнього±SD для кількісних змінних, а також у вигляді числа і відсотка для категоріальних змінних. Були виведені середні значення±SD і проведені наступні тести:  $\chi^2$ -тест і кореляційний тест Пірсона. Результати вважалися значущими, коли ймовірність становила менше 5% ( $p \leq 0,05$ ).

Вибірка цього дослідження складалася з 574 студентів у віці від 18 до 25 років. Вся вибірка складалася зі студентів чоловічої статі; 57,7% з них були молодші або рівні 19 років, а 42,3% були старше або рівні 19 років. 39,9% були з університетів, 36,4% - з коледжу і 23,7% - покинули навчання, з . 9,2% студентів були курцями, 9,8% зловживали психоактивними речовинами, 70% займалися спортом, 90,9% мали хобі, 79,8% дивилися бойовики, а 14,1 мали особисту історію фізичного насильства.

У таблиці 1.1 представлено соціально-демографічну характеристику студентської молоді.

*Таблиця 1.1.*

### Соціально-демографічна характеристика студентської молоді

SEX	N(%)(N=574)
-Male	312 (54.4)
-Female	262 (45.6)
Age	
<20	243 (42.3)
>20	331 (57.7)
Birth order	
-First	169 (29.4)
-Second	190 (33.1)
-Third	92(16.1)
-Greater than or equal to fourth	123 (21.4)

Продовження табл. 1.1.

Cigarette smoking	53(9.2)
Substance abuse	56(9.8)
Playing sports	402(70.0)
Having hobbies	522(90.9)
Watching action movies	458(79.8)
Personal history of physical abuse	81(14.1)

У табл. 1.2 показано, що 51,7% студентів проявили мінімальний ступінь фізичної агресії, 39,1% з них проявили легку ступінь фізичної агресії, 8,5% проявили помірну ступінь і 0,7% проявили важку ступінь фізичної агресії.

Таблиця 1.2.

**Поширеність агресії за ступенем тяжкості у досліджуваній вибірці**

SEX	N(%) (N=574)
-Male	312 (54.4)
-Female	262 (45.6)
Age	
<20	243 (42.3)
>20	331 (57.7)
Birth order	
-First	169 (29.4)
-Second	190 (33.1)
-Third	92(16.1)
-Greater than or equal to fourth	123 (21.4)
Cigarette smoking	53(9.2)
Substance abuse	56(9.8)
Playing sports	402(70.0)
Having hobbies	522(90.9)
Watching action movies	458(79.8)
Personal history of physical abuse	81(14.1)

Також було виявлено, що 51% студентів проявили мінімальний ступінь вербальної агресії, 40,5% з них проявили легку ступінь, 8,0% проявили помірну ступінь і 0,5% проявили важку ступінь вербальної агресії.

Дані по табл. 1.3 показують, що між вербальною і фізичною агресією спостерігалася позитивна кореляція ( $p < 0,001$ ).

Таблиця 1.3.

### Співвідношення фізичної та вербальної агресії

	Verbal aggression	
	R	L
Physical aggression	0.505	<0.001
P<0.05 is significant		

Дані по табл. 1.4. показують, що серед студентів спостерігалася статистично значуща позитивна кореляція між фізичною агресією і спортивною практикою та історією пропусків занять ( $P < 0,0$ ).

Таблиця 1.4.

### Співвідношення фізичної агресії та деяких факторів ризику

Variables	Physical aggression	
	R	L
Smoking	0.051	0.534
Substance abuse	-0.016	0.848
Sports	0.243	0.003
Hobbies	-0.05	0.539
Action movies	0.007	0.93
Personal history of physical abuse	0.096	0.238
Drug addiction of family member	-0.014	0.863
Physical abuse between family member	0.076	0.354
Family history of mental illness	-0.068	0.404

## Продовження табл. 1.4

History of dropping class	0.216	0.008
P<0.05 is significant		

У таб.1.5. представлено співвідношення вербальної агресії з деякими факторами ризику. Існувала статистично значуща позитивна кореляція між вербальною агресією та спортивною практикою та особистою історією фізичного насильства серед студентів ( $p<0,05$ ).

Таблиця 1.5.

## Співвідношення вербальної агресії з деякими факторами ризику

Variables	Verbal aggression	
	R	L
Smoking	-0.054	0.506
Substance abuse	-0.073	0.372
Sports	0.225	0.005
Hobbies	-0.097	0.233
Action movies	-0.086	0.290
Personal history of physical abuse	0.192	0.018
Drug addiction of family member	-0.143	0.078
Physical abuse between family member	0.135	0.098
Family history of mental illness	-0.156	0.054
History of dropping class	0.127	0.119
P<0.05 is significant		

У цьому дослідженні були оцінені показники агресивної поведінки серед студентів, і були оцінені фактори, які можуть піддати їх ризику розвитку цієї агресивної поведінки, щоб виміряти масштаби проблеми агресії серед студентів.

Результати показали, що 98,8% вибірки були фізично агресивні. Це також показує, що відсоток вербальної агресії склав 98,6%. 51,7% студентів проявили мінімальний ступінь фізичної агресії, 39,1% з них проявили легкий ступінь, 8,5%



проявили помірну ступінь і 0,7% проявили важку ступінь фізичної агресії. 51% вербально агресивних студентів проявили мінімальний ступінь агресії, 40,5% з них проявили легку ступінь, 8,0% проявили помірну ступінь і 0,5% проявили важку ступінь агресії.

Результати збігаються з результатами Потірніче і Еначе (2014). Коли студенти запитали, чи була агресія в їхній середній школі, 77% студентів, опитаних у теоретичній середній школі, вважали, що агресія була присутня в їхній школі. У технологічному вузі 78% опитаних учнів вважали, що в їхній школі присутня агресія [14].

Результати збігаються з результатами національного опитування, проведеного Юсефом та ін. (1999), який заявив, що про вчинення насильницьких нападів повідомили 51,0% хлопців і 20,9% дівчат. Була виявлена схожість результатів з Болдрі (2003), який виявив, що майже половина всіх хлопців і дівчат повідомили про різні види знущань і віктимізації за попередні 3 місяці [1].

Результати набагато вищі, ніж у дослідженні Танга. (2013); дослідження було частиною загальнонаціонального дослідження агресії серед молоді. Вони виявили, що 22,7% студентів були фізично агресивні, а 21,1% - словесно агресивні. Різні низькі результати можуть бути пояснені тим фактом, що китайська версія анкети про агресію Бусса та Уоррена була використана для оцінки агресії [11, с 13].

Було виявлено, що студенти чоловічої статі значно агресивніші фізично і вербально в порівнянні зі студентками. Цей висновок узгоджується з висновком Борроні та ін. (2014), які виявили, що учні чоловічої статі набрали в середньому значно більше балів у порівнянні зі студентками за всіма показниками психопатії та агресії. Наш висновок також узгоджується з висновками Tang et al. (2013), чие дослідження було частиною загальнонаціонального дослідження агресії. Вони виявили, що 400 (27,9%) студентів чоловічої статі і 260 (17,7%) студенток були фізично агресивні (всього 660 студентів; 22,7%), а 350 (24,4%) студентів чоловічої статі і 264 (17,9%) студентки були словесно агресивні (всього 614 студентів; 21,1%) [56, с 65].

Результати збігаються з результатами Черагі та Піскіна (2011), які провели дослідження для порівняння знущань з боку однолітків серед одногрупників. Вони виявили, що з точки зору статевих відмінностей дані показали, що студенти чоловічої статі були значно більш віктимізовані в порівнянні зі студентками в будь-якому вигляді віктимізації.

Також є схожість з висновками Шерера і Шерера (2011), Каррікера-Джаффе та ін. (2008), а також Скари та ін. (2008). Результати узгоджуються з дослідженням Прайса (2004), який показав, що хлопці частіше піддаються знущанням у порівнянні з дівчатами (8 проти 7%). Дослідження показують, що хлопці вдвічі частіше вдаються до фізичних та словесних знущань, а дівчата частіше використовують соціальну ізоляцію та ізоляцію як форму залякування. Це суперечить дослідженням Рігбі (2007) і Борнтрагера та ін. (2009), проведеним в Австралії; обидва показали, що дівчата піддавалися знущанням і також піддавалися більшій віктимізації в порівнянні з хлопцями в результаті соціальних/реляційних знущань/віктимізації. Ця відмінність можна віднести до різних культур [57, с118].

Студенти, які дивилися бойовики, були значно більш словесно агресивні в порівнянні з тими, хто їх не дивився. Це узгоджується з висновками Потірніче та ін. (2014), які показали, що агресія та насильство на телебаченні є фактором ризику агресії. Ми також згодні з Крахом і Меллером (2011), які виявили, що вплив насильства в засобах масової інформації був унікальним предиктором агресії, оцінюваної вчителями. Бушман і Хьюсман (2006) та Джентіле та ін. (2010) повідомили про значну зв'язок між впливом насильства в засобах масової інформації та фізичною агресією та агресією у відносинах [66].

Койн і Арчер (2005) виявили, що вплив насильства в засобах масової інформації негативно впливає на аудиторію, особливо на дітей та підлітків. Виявлена також схожість з висновками Хьюсмана та ін. (2003). Вони виявили, що вплив насильства в засобах масової інформації в дитинстві передбачав агресивну поведінку в подальшому житті як для чоловічої, так і для жіночої статі [7, с 52].

Було виявлено, що відсоток куріння збільшився з рівня 4 до 1 (від мінімального до серйозного) як при фізичній, так і при вербальній агресії, і це вказує на те, що існує зв'язок між курінням і агресією.

Люди повідомляють, що відчують себе "добре" під час куріння і відразу після припинення куріння, тобто куріння приносить їм задоволення. Відразу після куріння люди стають більш пильними, у них підвищується частота серцевих скорочень і кров'яний тиск. Для більшості людей ці речі не викликають у них агресії. Однак цілком можливо, що люди, схильні до агресії, можуть стати більш агресивними в результаті цих почуттів. За приємними відчуттями протягом декількох хвилин або годин слідує депресія і втома (відчуття втоми). В результаті люди знову вживають тютюн. Це стає "порочним колом", в якому люди вживають тютюн, щоб подолати депресію і втому, викликані вживанням тютюну. Незабаром людина стає "залежним" від тютюну. Найсильніша зв'язок між вживанням тютюну і агресивною поведінкою виникає, коли люди припиняють вживати тютюн і проходять абстиненцію. Протягом декількох годин після припинення куріння люди, як правило, відчують підвищений гнів, ворожість і агресію [65].

Було виявлено, що спортивні гравці мали більш високі показники агресії в порівнянні з не спортсменами. Це узгоджується з висновками Фільо та ін. (2005) і Лем'є та ін. (2004). Однак це суперечить висновкам Масуднії (2007) і Рахімізаде та ін. (2011). Рахімізаде та ін. (2011) провели дослідження в Ірані, щоб визначити різницю в агресії між чоловічою та жіночою статтю, а також між спортсменами та студентами, які не займаються спортом. Вони виявили, що найвищий рівень агресії відзначається у студентів-чоловіків, які не займаються спортом, а найнижчий рівень насильства - у студенток-спортсменок. Різні результати можуть бути пояснені різними інструментами та культурою.

Серед фізично і вербально агресивних студентів відсоток занять спортом збільшився з 4 до 1. Спостерігалася статистично значуща позитивна кореляція як між фізичною, так і словесною агресією і заняттями спортом, і це вказує на те, що існує зв'язок між заняттями спортом і агресією [9, с 20].

Цю асоціацію можна пояснити тим фактом, що заняття жорстокими видами спорту є способом вираження гніву і агресії серед підлітків.

Було виявлено, що студенти старше 20 років були значно більш фізично агресивними, ніж студенти віком до 20 років. Цей висновок відрізняється від результатів Каррікера-Джаффе та ін. (2008) і Фаррелла та ін. (2005), які повідомили, що фізична агресія досягла піку у віці від 19-20 років (вік їх вибірки варіюється від 17 до 22). Різниця в результатах може бути пояснена тим фактом, що вибірка Каррікера-Джаффе та ін. (2008) була переважно з сільських районів [62, с 113].

Студенти, що народилися другою дитиною, були значно більш агресивними в порівнянні з студентами інших порядків народження. Особистісні особливості студентів середнього віку визначаються їх сприйняттям свого становища в сімейній системі. Дослідження показують, що студенти середнього віку можуть піти в будь-якому випадку. Відомо, що студенти середнього віку або догоджають, або противляться. Вони можуть стати маніпулятивними або контролюючими [24].

Серед вербально агресивних студентів відсоток студентів, які мають особисту історію фізичного насильства, збільшився з рівня 4 до 1. Серед студентів спостерігалася статистично значуща позитивна кореляція між вербальною агресією та особистою історією фізичного насильства ( $p < 0,05$ ), і це вказує на те, що існує зв'язок між агресією та особистою історією фізичного насильства. У багатьох дослідженнях було задокументовано зв'язок між фізичним насильством у дитинстві та психічними розладами. Як незначне напад (тілесні покарання), так і більш серйозне фізичне насильство, в порівнянні з відсутністю покарання або жорстокого поводження, пов'язані з глибокою депресією, розладами, пов'язаними з вживанням психоактивних речовин, розладами поведінки та антисоціальними розладами [25].

Фізичне і сексуальне насильство в дитинстві, порка немовлят та інші форми тілесних покарань були пов'язані з фізичними бійками, насильством на побаченнях та іншими видами злочинної поведінки [26]

Ми виявили, що не було статистично значущої різниці ( $p > 0,05$ ) між студентами з фізичною або вербальною агресією і без неї щодо сімейних факторів ризику.

Несподівано у сильно фізично і словесно агресивних студентів склалася хороша сімейна атмосфера.

Ці висновки суперечать висновкам Лопеса та ін. (2008), які припустили, що позитивна сімейна обстановка, мабуть, є більш сильним захисним фактором для дівчаток у розвитку проблем поведінки в школі.

## 1.2 Характеристика різних типів агресії

Наш час характеризується наростанням агресії в суспільстві в цілому і для окремо взятої особистості. Підвищення інтенсивності проявів агресії спостерігається у всіх вікових категоріях. Хоча агресивна поведінка може мати позитивні функції, в більшості випадків характеризуються деструктивними наслідками як для людини, так і для його оточення. Вивчення агресивної поведінки неможливо без аналізу причин викликаючих її.

Одним з найбільш поширених є запропонована класифікація типів агресивної поведінки. Е. Фромм. Вчений розділив усі прояви агресивної поведінки на два основні типи: доброякісну і злоякісну агресію. Одним з найбільш поширених є запропонована класифікація типів агресивної поведінки за Е. Фроммом.

Вчений розділив усі прояви агресивної поведінки на два основні типи: доброякісну і злоякісну агресію. Доброякісна агресія на думку Е. Фромма – біологічно адаптована агресія як реакція на загрозу життєвим інтересам. Індивідуальна; вона вбудована в філогенію; вона притаманний як тваринам, так і людям; носить вибуховий характер і виникає спонтанно як реакція на загрозу і її наслідки – усунення або самої загрози, або її причин [79, с 19].

Злоякісна агресія має на меті – тільки задовольнити агресора (з метою заподіяння шкоди або фактичні агресивні дії. Злоякісна агресія властива тільки людям.

Берон Р., Річардсон виділили такі форми агресії та агресивних реакцій:

- Фізична агресія – використання фізичної сили проти іншої людини.
- Непряма агресія – спрямована через іншу людину або групу людей.
- Роздратованість – схильність до прояву негативних почуттів при найменшому збудженні (запальність, грубість).
- Негативізм – опозиційна манера в поведінці від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв і законів.
- образа – заздрість і ненависть до оточуючих за справжні і вигадані дії.
- Вербальна агресія – вираження негативних почуттів як через форму (крик, вереск), так і через словесні відповіді (погрози).

Усі форми агресивності мають одну спільну рису: вони викликані спробами контролювати ситуацію, впливати на неї з метою вдосконалення або себе, або свого оточення, включаючи близьких людей. Реакція у вигляді агресивної поведінки приводиться в дію вродженими і набутими механізмами, деякою внутрішньою мотивуючою силою.

За формою агресія поділяється на:

- Недеструктивна агресія, тобто стійка неворожа самозахисна поведінка, спрямована часто на досягнення поставленої мети.
- Ворожа деструктивність, тобто злостива, неприємна поведінка, що завдає болю оточуючим. Ненависть, розлюченість, бажання помсти теж можуть бути формою захисту, однак породжують багато особистісних проблем і примушують страждати оточуючих.

Не можна залишати поза увагою і ситуативні фактори, які теж певною мірою впливають на виникнення агресії:

- Оцінка іншими людьми. Було встановлено, що присутність інших людей вже сама по собі може або посилювати, або гальмувати агресію.
- Навмисність агресії. Існує точка зору, що для початку агресії нерідко буває достатньо знати, що інша людина має ворожі наміри, хоча безпосередньо акту агресії не було.

- Сприйняття агресії. Поширення відео- і телепрограм із сюжетами насильства роблять людину більш агресивною і жорстокою.
- Бажання помсти. Як уже зазначалося, часто агресія може виникнути як відповідна реакція на поведінку оточуючих, тобто як акт помсти за щось.

Слід також згадати й організаційні фактори, що впливають на появу агресивної поведінки в закладах освіти. Сюди належать такі особливості, як рівень уваги адміністрації закладу до проблеми насильства серед молоді, домінування суто навчальних цілей над проблемами особистісного розвитку людини, рівень розвитку системи супервізорства (західний аналог кураторства), при якій в студентське життя впроваджується норми, що толерантно ставляться до третирування або інших форм насильства.

Л.І. Божович виділив дві основні форми агресії: пряма фізична дія і словесна агресія (образа та залякування). С. Славін трохи доповнила класифікацію Л. І. Божовіча, запропонувавши такі форми: фізична атака (наприклад, удар, укуси); словесна атака (наприклад, крик, образа); порушення прав іншої людини (наприклад, взяти щось силою). С. Фешбек виділяє типи агресивної поведінки по відношенню до живих і неживих предметів. Ю.Н. Борисов ділить агресію на інструментальну і ворожу. Інструментальними він називає агресивні дії, які проводяться для досягнення певної мети. А ворожа агресія здійснюється для того, щоб заподіяти комусь біль і страждання. В. І. Журбін пропонує класифікувати прояви агресивної поведінки в залежності від ініціативи нападу: ініціативна агресія (агресор є винуватцем конфлікту) і оборонна (коли агресія є реакцією на агресію). Румянцева розділяє агресію на індивідуальну і соціально-групову [74, с 35].

У словнику практичного психолога і великої психологічної енциклопедії агресивна поведінка пропонується класифікуватись як: реактивна, ворожа і інструментальна.

Реактивна агресія є синонімом поняття «доброякісна агресія» Е. Фромма і являє собою агресивну дія у відповідь на насильство ззовні. Підрозділяється на афективну, імпульсивну і агресивно-експресивну поведінку.

Д. Ольшанський визначає афективну агресію як чисто емоційне явище, практично повністю позбавлене поведінкової складової. Цей вид агресії найбільш емоційно забарвлений і має сенс. Спалахи агресії зазвичай починаються (і закінчуються) раптово, іноді навіть без причини, можуть чергуватися зі спокійним, врівноваженим станом.

Експресивна агресія – булінго-агресивна поведінка, основна мета якого – показати свої потенційно агресивний намір, використовується для залякування опонентів.

Імпульсивна агресія частіше всього провокується якимось зовнішнім фактором, миттєво виникає і досить швидко згасає. Така агресія носить імпульсивний характер, виникаючи у вигляді своєрідних «припливів» і «відливів» агресивної поведінки.

Ворожа агресія – (синонім зляканої агресії по Е. Фроммом) передбачає наявність свідомого наміру нанести шкоду іншим.

Інструментальний тип агресії характеризується тим, що агресивні дії діють як засіб для досягнення мети.

По спрямованості агресії на об'єкт в психолого-педагогічній літературі розрізняють гетероагресія і аутоагресію:

Гетероагресія передбачає спрямованість агресивних дій на зовнішні об'єкти (як живі, так і неживі), а аутоагресія – на самого себе (може проявлятися в самоприниженні, самокатуванні, самозвинуваченнях та ін.) [75].

Різноманітність визначень поняття «агресія» є причиною різноманітності його класифікації. Таким чином, Й. Раншбург розглядає агресію в трьох вимірах: відповідно до морального змісту поведінки, згідно з агресією, що завдається іншому, відповідно до її характеру.

1. Агресію можна розділити за моральним змістом поведінки:

А. Соціальна агресія – деструктивна, що діє проти суспільства.

Б. Просоціальна агресія – служить інтересам особистості та суспільства.

2. За агресією, що завдається іншому:



А. Інструментальна агресія – агресія як засіб для задоволення якоїсь мети, здійснення якихось планів, намірів – індивід агресивний, коли таким чином можуть здійснюватися його плани, наміри, цілі.

Б. Афективна агресія – не має нічого спільного із задоволенням яких-небудь потреб; її єдиною метою є власне агресивна поведінка, заподіяння шкоди чи завдання болю кому-небудь – особа агресивна через внутрішні мотиви, агресивна поведінка не пов'язана з якимись іншими вигодами.

### 3. За своїм характером:

А. Наступ: внутрішньовидова агресія – наприклад, боротьба між самцями одного виду – цей тип включає первинну агресивність; міжвидова агресія – наприклад, полювання з метою отримання їжі.

Б. Оборона: агресія самця для відстоювання та захисту своєї території; агресія самки для захисту молодшого покоління; агресія в цілях самооборони.

### 3. Скорний, у свою чергу, розрізняє два типи агресії:

1. Фізична агресія – виявляється у побитті чи невербальному покаранні кого-небудь, у пошкодженні або знищенні державної чи приватної власності.

2. Словесна агресія – проявляється у прізвиськах, образах, натяках, твердженнях про невинуваті підозри або звинувачення, приниження певної людини та викликає у неї травмуючі почуття та/або невідповідне самосприйняття.

Цитований автор також представляє поділ агресії, прийнятий у психологічних науках; таким чином слід розрізняти фрустраційні, імітаційні (наслідувальні), інструментальні та патологічні агресії.

1. Фрустраційна агресія іноді виникає внаслідок блокування, накладеного на необхідність приналежності, що є наслідком емоційного відчужених батьків, їх надмірної суворості, а також застосування фізичних покарань; заборона, накладена на потребу соціального визнання через надто часті зауваження, вказівки на недоліки тощо; заборона, накладена на потребу самостійності, що є наслідком занадто багатьох заборон дорослих, надмірного обмеження незалежності дітей та підлітків. Гіпотеза фрустраційної агресії,

висунута Дж. Доллардом, стверджує, що «кожна фрустрація завжди призводить до певної форми агресії».

2. Імітаційна (наслідувальна) агресія – результат мимовільної імітації моделей агресивної поведінки, з якими людина стикається в оточенні; зразком для наслідування іноді є поведінка батьків, колег, сусідів, але це можуть бути також кінофільми, комп'ютерні ігри тощо.

3. Інструментальна агресія – її мотив можна знайти у визначених цілях певної дії – агресія відіграє роль інструменту для досягнення мети; її причина може бути в неправильно налаштованій ієрархії цінностей або у вірі у свою перевагу чи особливі привілеї (наприклад, хлопчик, що силою вилучає гроші у інших дітей, погрожує їм побиттям, і, у разі невиконання його вимог, втілює в життя свої погрози. Якщо ці дії кілька разів матимуть успіх, то такі реакції стануть закріпленими).

4. Патологічна агресія – за К. Дабровським, патологію, яка проявляється під агресією, можна виявити у:

- дітей з психомоторною гіперактивністю (невротичні діти);
- хворих на епілепсію – перед судомним нападом деякі діти проявляють підвищену емоційну збудливість, можуть бути злісними і неприємними;
- хворих на шизофренію – трапляються неконтрольовані конвульсії, такі люди нападають на оточуючих або руйнують різні предмети;
- хворих на олігофренію – у них спостерігається посилена психомоторна гіперактивність;
- хворих на психопатію – у таких людей відсутня емпатія, вони не можуть відчувати доброту та симпатію до інших людей [34, с 205].

Одним з складних для виявлення типів агресії є пасивна агресія, складна вона тим що деколи достатньо складно її не сплутати з манерою спілкування але ще складніше зрозуміти чому людина починає її несвідомо використовувати іноді навіть не помічаючи своєї поведінки.

Пасивно-агресивна поведінка характеризується зразком пасивної ворожості та уникненням прямого спілкування. Бездіяльність, коли деякі дії є соціально звичними, є типовою пасивно-агресивною стратегією (пізнє з'явлення функцій, мовчання, коли очікується відповідь). Подібна поведінка іноді протестує з боку оточуючих, викликаючи роздратування або розгубленість. Люди, які отримують пасивно-агресивну поведінку, можуть відчувати занепокоєння через розбіжність між тим, що вони сприймають, і тим, що говорить винний [76].

Пасивно-агресивна поведінка може бути вираженням труднощів у боротьбі зі своїми негативними емоціями. Це вчинок, якщо він випадковий і суттєво не заважає соціальній чи професійній функції, або стосункам; це поведінка, якщо вона використовується наполегливо. Щоб краще зрозуміти суть явища агресії, необхідно виявити причини її виникнення та розвитку. Існує безліч факторів, що викликають появу агресивної поведінки, і їх складно систематизувати.

За даними дослідників, на процес розподілу ролей в агресивній ситуації впливають такі фактори: а) самооцінка власної поведінки в ситуаціях агресії; б) соціальне прийняття або неприйняття (ролі); в) соціальний статус. Також було виявлено, що існують гендерні відмінності у розподілі ролей в даних ситуаціях (чоловіки частіше виступають у ролі агресора, вони більше схильні до проявів агресії фізичного типу, а дівчата – до вербальної та соціальної).

Останнім часом увагу дослідників привертає нова форма агресії – „кібертретирування” (cyberbullying). Під ним розуміють форму поведінки, яка полягає у розсиланні повідомлень агресивного та образливого характеру з використанням нових інформаційних та комунікаційних технологій (Інтернет, мобільний телефон). Іншими формами кібертретирування можуть бути дії, які мають „хакерський” характер і спрямовані на шкоду персональним комп'ютерам жертв (зламування та зміна пароллю, пошкодження персональних веб-сайтів тощо). Фактор фізичної сили, важливий у випадках звичайного (контактного) третирування, тут незначний; на перше місце виходять

інтелектуальні здібності й технічні вміння агресора і дозволяє агресорові зберегти свою анонімність і перетворити ситуацію переслідування на своєрідний „маскарад” [78].

Одним із найпоширених проявів агресивної поведінки є третирування інших людей. Головні риси феномена третирування - його систематичність, регулярний характер прояву – на відміну від окремого агресивного вчинку. По-друге, в основі відносин між жертвою та агресором лежить нерівність фізичних або соціальних можливостей (різниця в силі чи в соціальному статусі); інакше кажучи, це насильство сильної людини над слабкою, взаємовідносини переслідувача і жертви.

### **1.3. Вербальна агресія та особливості її прояву у сучасній молоді**

Вербальну агресію можна визначити як навмисно шкідливу поведінку, яка зазвичай є як неспровокованою, так і повторюваною. Це навмисне зловживання владою, таке як дражнення, знуцання або загроза, яка ініціюється однією або кількома особами з відносно великим статусом або владою (в силу їх чисельності або розміру) щодо жертви з дещо меншим статусом або владою[36].

Вербальна агресія схожа на залякування, за винятком того, що вона не включає фізичну агресію. Саме використання слів або жестів для заподіяння психологічної шкоди відрізняє вербальну агресію від фізичного залякування.

Багато хуліганів покладаються на словесні, соціальні та фізичні методи залякування та переслідування. Ці дії часто відбуваються на ігровому майданчику або в коридорах між класами, тому вони зазвичай не порушують заняття і тому рідко привертають увагу дорослих.

Іноді знуцання спостерігаються шкільним персоналом і батьками, але це може бути применшено, тому що багато хто вважає знуцання природною частиною дорослішання. Вербальна агресія також може іноді зменшуватися, тому що вона помилково сприймається як добродушне дражнення, яке

робиться в структурі групи однолітків. Деякі дорослі навіть розглядають словесну агресію і знущання як події, які допомагають дітям загартуватися в реальному світі [61, с 74].

Дослідники описують два типи знущань, які мають відношення до вербальної агресії: пряме або відкрите знущання і приховане або непряме знущання. Пряме або відкрите залякування полягає в тому, щоб відбирати речі, бити, штовхати і тд, а також лаятися, кричати і погрожувати. Приховане або непряме залякування складається з потайних дій, як правило, за участю інших осіб. Прихована агресія спрямована на заподіяння шкоди жертві без конфронтації. Дівчата, швидше за все, залучаються до прихованого або непрямого залякування, поширюючи чутки (що є прихованою або непрямую агресією). Прикладом такого типу непрямой агресії є знецінюючі висловлювання, написані в нотатках про учня з наміром заподіяти йому біль або посміятися над ним. Інші вербальні форми поведінки, такі як глузування, прокляття і загрози, краще підходять під категорію відкритої конфронтації.

Дослідження показують, що вербальна агресія та знущання можуть початися в дошкільному та ранньому початковому віці. Злочинці, як правило, стають рецидивістами, тому що їх словесна, а іноді і фізична агресія (наприклад, обзивательство або укуси і удари) призводить до того, що інші діти віддають бажані предмети (наприклад, іграшки) або тому, що дитина-кривдник насолоджується ефектом, виробленим словесною агресією на інших дітей. Наприклад, критика або дражнення злочинця можуть викликати у жертви сльози, а у оточуючих однолітків або дорослих - сміх. Цікаво, що діти, які протистоять такій словесній агресії або знущанням, контратакуючи таким же чином (дражнюючи, насміхаючись або проявляючи фізичну агресію), іноді самі стають хуліганами. У будь-якому випадку, одного разу розпочавшись, знущання, швидше за все, продовжаться, причому частота вербальної агресії і знущань досягне піку в середній школі/молодших класах середньої школи [2, с 67].

Діти, ідентифіковані як хулігани, часто мають труднощі у формуванні справжніх відносин, хоча деякі з них здаються відносно добре пристосованими. Хулігани також можуть бути вправні в організації подій, щоб звести до мінімуму викриття і провину, і у них може розвинутися звичка чинити опір прийняттю відповідальності за свої дії. Хлопчики частіше, ніж дівчата, схильні до більш серйозних форм насильства, таких як сексуальні домагання і жорстоке поводження з партнерами.

Словесне і емоційне насильство можуть використовуватися взаємозамінно для опису того, що відбувається, і це нормально. Навіщування ярликів на жорстоке поводження не так важливо, як визнання того, що відбувається насправді є жорстокою поведінкою. [77]

Словесні образи можуть починатися непомітно. Кривдник може здатися "запальним", але вибачається, втративши самовладання. Однак з часом бої можуть стати більш вибухонебезпечними. Кривдник може почати божеволіти з найменшого приводу.

Словесна образа (аб'юз) зустрічається в різних формах, але вона може бути узагальнена як використання мови та інших форм вербального спілкування для заподіяння психічного стресу. Вербальна агресія - це заснована на спілкуванні версія нанесення удару з наміром викликати бажану емоційну реакцію. Словесна образа також може приймати форму залякування, яке являє собою емоційне залякування, вчинене особою, яка сильніше жертви або має владу над нею. Цей психічний стрес може викликати емоційну реакцію страху, психологічного дискомфорту або психологічного болю

Словесна образа може приймати різні форми, за словами Патриції Еванс, автора словесно образливих відносин. Це може виглядати так:

- Вороже утримання - Кривдники можуть відмовлятися визнавати існування скривдженого протягом кількох годин, днів, іноді довше, що може призвести до того, що пережив відчуває себе ізольованим і відчайдушно потребує схвалення та визнання кривдника.

- Протидія. Коли кривдник намагається переконати скривдженого, що його почуття в чомусь неправильні, хоч би якими незначними вони не були. Дисконтування - Сказати потерпілому, що його емоції хибні, відмовити йому в праві просто відчувати те, що він відчуває.
- Жарт - Кривдник спробує використовувати фразу " Це був просто жарт!", щоб пом'якшити або скрити словесну образу.
- Блокування - Насильник взагалі заборонить вижив говорити, обірвавши його або звинувативши в тому, що він говорить позачергово.
- Звинувачування - Зловмисник буде звинувачувати постраждалого використовуючи тактику приниження, наприклад, сказати потерпілому, що він не може знайти друзів, тому що він погана людина, або з ним трапляються погані речі, тому що вони цього заслуговують.
- Засудження і критика. Подібно до звинувачення, кривдник буде несправедливо судити скривдженого , майже за все, використовуючи чіткі твердження: «Ви знаєте, що ніколи не досягнете успіху».
- Тривіалізація. Кривдник мінімізує досягнення постраждалого: «Це був не такий хороший обід».
- Підрив. - Кривдник обов'язково запитує постраждалого на кожному кроці: «Ви впевнені, що маєте рацію? Я сумніваюся, що ти такий».
- Загрози. Зловмисник буде використовувати погрози, щоб контролювати або захопити постраждалого через страх. «Якщо ви навіть подумаєте про те, щоб піти, ви пошкодуєте про це».
- Обзивання. Це може бути проявлено прямими образами гідності так і завуальовано, наприклад : «Ти такий тупий, коли справа доходить до грошей». Забування - Ще один спосіб нагадати жертві, що кривдник не цінує його або її, або навмисно, або ненавмисно забуваючи про те, що сказав вижив, або про зобов'язання, які повинен був виконати Кривдник.

- Наказування - це також може підпадати під сферу примусового контролю, коли насильник знущально розпоряджається своїм партнером.
- Заперечення. Зловмисник рідко, якщо взагалі колись вимагатиме права власності на будь-який зі своїх образливих рішень, заперечуючи свою провину.
- Образливий гнів. Крики, прості і зрозумілі. Ніхто не заслуговує на те, щоб на нього кричали.
- Словесні образи часто включають газлайт [79, с 200]

Газлайтинг змушує постраждалого сумніватися у всьому, що вони знають, на що розраховують кривдники. Зловмисники будуть використовувати фрази на кшталт «Цього не сталося» або «Ви роздуваєте це непропорційно», що призведе до того, що постраждалий ставить під сумнів їхні спогади і, зрештою, звинувачує себе. Це зручний спосіб для зловмисників уникнути відповідальності.

Газлайтити - значить змусити людину засумніватися в своєму почутті реальності. Це форма маніпуляції, яка зазвичай спостерігається в жорстоких відносинах. Це форма емоційного насильства, коли насильник знущається над жертвою з приводу її суджень або сприйняття реальності. Жертва, нарешті, починає сумніватися в їх достовірності. Токсичні люди зазвичай використовують цю техніку, щоб впливати і впливати на своїх друзів, членів сім'ї або навіть колег. Ефект газлайта - це поступовий процес, що відбувається поетапно.

Різні тактики газлайтингу включають:

- Брехня чи перебільшення брехні: зловмисники можуть відверто брехати жертві і дотримуватимуться цього, навіть якщо правда прямо протилежна. Вони ніколи не змінюють свої історії, а також нададуть докази, щоб виправдати свою брехню.



- Дискредитація жертви перед іншими: кривдники поширювали чутки та плітки про жертву іншим. Вони змушують інших повірити, що з жертвою щось не так, і психічний стан жертви неправильний. Тоді кривдник змусить вас думати, що інші поширюють чутки про психічну нестабільність жертви.
- Звинувачення в переслідуванні: коли жертва запитує газлайтера або кривдника про те, що вони зробили, газлайтер, як правило, змінює тему замість того, щоб відповідати на проблему. Вони навіть можуть вигадувати історії, щоб звинуватити свою жертву.
- Зведення до мінімуму думок і почуттів жертви: якщо жертва чує такі заяви, як «заспокойся», «ви надмірно реагуєте» або «чому ви такі чутливі?» тоді переконайтеся, що газлайтер намагається подолати жертву, тривіалізуючи емоції жертви.
- Перекладання провини на жертву: звинувачення жертви є загальною тактикою всіх газлайтерів. Газлайтери роблять жертву винною за всю свою погану поведінку.
- Заперечення правопорушень: вони заперечують будь-які протиправні дії, щоб уникнути відповідальності за свій невдалий вибір, який може призвести до розчарування та глибокого болю жертви.
- Використання жалісливих слів як зброї: газлайтери намагаються обдурити жертву добрими словами. Вони можуть використовувати речення на кшталт «ти знаєш, як сильно я тебе люблю» або «Я ніколи б навмисно не зробив тобі боляче», щоб підсилити свою маніпулятивну поведінку. Жертва думає, що все не так погано, і саме вона реагує надмірно. Це змушує жертву ще більше вірити своєму газлайтеру.
- Скручування та перебудова розмов: газлайтери є експертами в переформулюванні розмови на свою користь, що може змусити жертву засумніватися у своїй пам'яті, оскільки історії та спогади постійно розповідаються на користь газлайтерів [80].

Вербальна агресія зазвичай викликає ворожість у своєї мети, але в більшості експериментальних умов існують обмеження проти непрямой або пасивної агресії і насильства. Люди можуть реагувати на вербальну агресію вербальною агресією але сильне розчарування від образи необхідно, щоб викликати вербальну агресію в якості відповіді. Отже, відповідна словесна агресія або інші форми ескалації не є єдиним вибором. Вибір на користь відмови від ескалації, вихід із ситуації( якщо це можливо), раціоналізація мовчання або навіть деескалація конфлікту за допомогою повідомлення, призначеного для роззброєння антагоніста, - все це варіанти. Цей набір альтернатив частково пояснює очевидні розбіжності між результатами експериментальних досліджень і оглядовими дослідженнями вербальної агресії. В експериментальних умовах вербально агресивний спілльник зазвичай ображає, дразнить або іншим чином провокує ціль; потім вербальна відповідь цільі записується і кодується для агресії. Але страх ескалації конфлікту може перешкодити об'єкту вербальної агресії проти конфедерату [39].

Як правило, вербальна агресія посилюється негативними життєвими подіями і пригнічується позитивними життєвими подіями. Дослідження щодо посилення вербальної агресії були спрямовані на те, щоб з'ясувати, які стресори посилюють вербальну агресію. Стресори, що викликають вербальну агресію, включають тривожні життєві події (Чарльз і Мех, 1955; Дей і Хемблін, 1964), перегляд фільмів з насильством (Себастьян, Парк, Берковіц і Вест, 1978), наркотики (Хауард, 1958) і пошкодження головного мозку (Вондрачек, Хорвай і Штудент, 1964). Дослідження з придушення вербальної агресії в основному вивчали методи навчання (Гудвін і Махоні, 1975; Інфанте, Чендлер і Радд, 1989; Кендалл, Ней і Джефферс, 1975; Прествіч, 1969). Навчання аргументації, мабуть, є найбільш вивченим з цих втручань (Infante & Rancer, 1996).

Структура пастки ідентичності (Донохью) описує тему влади, пов'язану з дискурсом (що представляє систему індивідуалістичного впливу), яка діє паралельно темі приналежності (що представляє систему кооперативного

впливу). Структура передбачає, що категоризація інших (егоцентрична маркування) та представлення їх негативними символами (що відображають ворожість) призводить до вербального позиціонування, яке дегуманізує (вербальна агресія) і виражає тему влади, яка призводить до нападу на жертв.

І навпаки, підкреслення спільності (співпереживання) і підкреслення рівності (задоволення), як передбачається, призводять до вербального позиціонування, яке цінує різноманітність (вербальне співробітництво) в рамках теми приналежності, і це призводить до захисту жертв (співпраця). Структура роботи з обличчям Гоффмана (1955/1967), що охоплює ввічливість (Bull & Wells), відрізняє висловлювання за чужий рахунок (агресивні дії) від виправлення з відшкодуванням (спільні дії), де ці дві цілі додатково відрізняються від уникнення. Модель на малюнку 2 передбачає, що уникнення може дати тим, хто бере участь у інтенсивних діях, що загрожують особі, можливість "охолонутися", коли вони намагаються маневрувати, щоб повернутися від агресії до співпраці. Як припускають Булл і Уеллс, члени парламенту можуть використовувати пом'якшувальні прийоми, такі як евфемізми, квоти або гумор, в розпал питань прем'єр-міністра, щоб забезпечити дистанцію і уникнути сприйняття того, що їх мова "непарламентський".

Модель динаміки відносин (Тафоя і Гамільтон) передбачає, що в рамках індивідуалістичної системи впливу егоцентричне твердження влади (егоцентризм) має посилювати вербальну агресію, почасти за рахунок посилення ворожості; і навпаки, в рамках системи спільного впливу Емпатія повинна посилювати вербальне розраду і акти прихильності (співпраця), почасти за рахунок посилення родинних зв'язків (прихильності). Ікес та ін (ця проблема) дані показують аналогічну картину. Традиційна мораль (запрограмована турбота, яка може зійти за співчуття) зменшує використання грубих виразів. З іншого боку, самозахист (прояв егоцентризму) і інтенсивний негативний афект (ворожість) збільшують використання грубих виразів.

Є таке поняття як залякування. Залякування в даний час є одним з найбільш руйнівних онлайн-атак, через те, що, як безжально зловмисники іноді використовують невпевненість жертви, щоб завдати їй найбільшу психологічну травму і приниження. Залякування в Інтернеті зазвичай проявляється у надсиланні повідомлень із загрозами жертві або публікації фотографій та відео, що принижують жертву в соціальних мережах, або навіть створення підроблених веб-сайтів з інформацією, що принижує жертву. Наслідки кіберзапугивання часто призводять до сумного або навіть смертельного результату.

Кібербулінг або онлайн-знущання сягають своїм корінням у ті ж темні області людської психології, що і у випадку звичайного знущання, яке агресор вибирає як засіб поширення свого впливу або влади, ображаючи жертву (особливо якщо вона явно слабший і не може відповісти), тим самим підвищуючи її соціальний статус. Найчастіше кібербулери публікують свої образи анонімно, прикриваючись вигаданим ім'ям, але вони також можуть діяти під своїм власним ім'ям, часто, якщо жертва явно слабкіше і не становить загрози для агресора. Більшість кібербулерів здатні висловлюватися тільки в онлайн-просторі, в реальному житті у них не вистачить сміливості сказати таке в обличчя жертві [23].

Будь-яке принизливе, образливе або загрозливе повідомлення, відправлене в електронному вигляді, є кібербулінгом. Це також включає принизливі фотографії або відео, розміщені в соціальних мережах Facebook або YouTube без згоди жертви. Підроблені профілі в соціальних мережах або веб-сайти, створені для того, щоб зганьбити жертву, також відносяться до категорії кібербулінг. Хоча Інструменти та тактики, що використовуються кібербулерами, очевидні на перший погляд, найбільшою труднощами в боротьбі з кібербулінгом є визнання присоромлених або наляканих жертв того, що вони є жертвами кібербулерів.

На жаль, кібербулінг здається таким же невикорінним, як і сама підлість деяких людей. Не менш складною є спроба перешкодити агресору

опублікувати інформацію, що порочить жертву, будь то за допомогою поста в соціальній мережі, веб-сайту або відео, оскільки для того, щоб адміністратор ресурсу видалив цей контент, необхідно пройти неймовірно складну процедуру. Навіть якщо це вдасться, копії опублікованих матеріалів, швидше за все, вже існують, що робить практично неможливим повне і безповоротне видалення їх з мережі [8].

Залякування в Інтернеті використовується як узагальнюючий термін для опису багатьох різних видів онлайн-зловживань, включаючи, але не обмежуючись цим, домагання, домагання, атаки на репутацію та порнографію помсти [60].

Кібербулінг - злочинець використовує такі технології, як комп'ютери, консолі, мобільні телефони та/або будь-який інший пристрій з доступом в інтернет або соціальні мережі, для переслідування, переслідування або образи іншої людини шляхом підбурювання або участі в онлайн-кампаніях ненависті. Хоча більшість повідомлень у засобах масової інформації вказують на те, що залякування в Інтернеті є проблемою виключно для соціальних мереж, це також дуже проблематично в спільноті онлайн-ігор.

Жертви кібербулінгу часто не знають, хто стоїть за акаунтами, які знушаються над ними. Іноді жертва може підозрювати, хто такі хулігани, але не може це довести, тому що аккаунти троллінгу і знущань часто використовують важливе право кожного на анонімність – в інших випадках абсолютно незнайомі люди дізнаються про події кібербулінгу і впадають в "менталітет натовпу", сприяючи і посилюючи знущання, а не допомагаючи жертві. Кібербулінг не відноситься виключно до будь-якої конкретної демографічної групи-зараз кожен ризикує стати жертвою кібербулінгу в тій чи іншій мірі.

Існує безліч способів, якими хтось може стати жертвою або піддатися кіберзапугиванню при використанні технологій та Інтернету. Ось деякі поширені методи залякування в Інтернеті:

- Переслідування - коли хтось зазнає переслідувань в Інтернеті, він піддається ряду образливих повідомлень або спроб зв'язатися з ним з боку однієї людини або групи людей. Люди можуть бути переслідувані через соціальні мережі, а також через свій мобільний телефон (текстові повідомлення та дзвінки) та електронну пошту. Велика частина контактів, які отримує жертва, буде носити зловмисний або загрозовий характер.

- Доксинг - Доксинг-це коли людина або група людей поширюють особисту інформацію іншої людини, таку як його домашня адреса, номер мобільного телефону або місце роботи, в соціальних мережах або на публічних форумах без дозволу цієї людини на це. Дозування може викликати у жертви почуття крайньої тривоги, і це може вплинути на їх психічне здоров'я.

- Кіберсталкінг - подібно до переслідування, кіберсталкінг передбачає, що злочинець робить наполегливі зусилля, щоб встановити контакт з жертвою, однак це відрізняється від переслідування – найчастіше люди будуть кіберсталкінгувати іншу людину через глибокі почуття до цієї людини, будь то позитивні або негативні. Той, хто займається кіберзлочинністю, з більшою ймовірністю перенесе своє переслідування в офлайн-світ.

- Порнопомста, це коли відверті зображення сексуального характеру або компрометуючі зображення людини були поширені в соціальних мережах або розміщені на спеціальних сайтах порномести без їх дозволу на це. Зазвичай зображення такого роду публікує колишній партнер, який робить це з метою приниження і нанесення шкоди своїй репутації.

- Сватінг - це коли хтось дзвонить в службу екстреного реагування із заявами про небезпечні події, що відбуваються за певною адресою. Люди б'ють інших з наміром викликати паніку і страх, коли збройні підрозділи

реагування прибувають в їх будинок або на роботу. Прихлопування більш поширене в співтоваристві онлайн-ігор.

- Корпоративні атаки (ddos напади) - у корпоративному світі атаки можуть бути використані для надсилання великої кількості інформації на веб-сайт, щоб вимкнути веб-сайт і зробити його нефункціональним. Корпоративні атаки можуть вплинути на суспільну довіру, завдати шкоди репутації бізнесу і в деяких випадках привести до його краху.

- Взлом облікового запису – кібербулери можуть взломати облікові записи жертви в соціальних мережах і публікувати образливі або образливі повідомлення. Це може бути особливо згубно для брендів і громадських діячів.

- Підроблені акаунти - в соціальних мережах можуть бути створені з наміром завдати шкоди репутації людини або бренду. Це можна легко зробити, отримавши загальнодоступні зображення жертви і зробивши обліковий запис якомога більш автентичною.

- Слатшеймінг-це коли когось називають "повією" за те, що вони зробили раніше, або навіть просто за те, як вони одягаються. Цей вид залякування в інтернеті часто трапляється, коли хтось займається сексом з іншою людиною, і їхні зображення або розмови стають загальнодоступними. Це частіше зустрічається у молоді та підлітків, але будь-хто може стати жертвою того, що його присоромлять як повію [13].

Є багато причин, чому хтось може віддати перевагу залякуванню в Інтернеті іншої людини. Ось деякі з найбільш поширених причин:

Вони самі піддавалися кібербулінгу – хтось може вибрати залякування іншої людини, тому що вони самі пройшли через залякування. Вони можуть відчувати, що так поводитися з людьми нормально, або виявити, що це єдиний спосіб висловити свою власну біль [10].

Вписатися-якщо хтось бачить, як інша людина піддається кібербулінгу з боку групи людей, він може відчути, що, беручи участь, він" впишеться " або сам створить нову групу друзів.

Сімейне життя-у злочинця може бути важке сімейне життя, і він може перекласти свій гнів і розчарування на когось іншого. У більшості випадків це відбувається, коли кіберзлочинцям нема з ким поговорити про те, що вони переживають.

Влада-хтось може вдатися до кібербулінгу, щоб відчувати себе сильним і мати можливість контролювати ситуацію.

Ревнощі - є однією з найбільш поширених причин залякування в Інтернеті, особливо для підлітків та молоді. Дорослішання в підлітковому віці може бути важким часом, оскільки молоді люди відкривають себе, і вони можуть відчувати себе невпевнено з приводу своєї зовнішності. Оскільки вони відчувають себе невпевнено, вони можуть порівнювати себе зі своїми однолітками, що може призвести до залякування в Інтернеті та жорстокого поводження на основі заздрості.

Кібербулінг і відеоігри - за останні кілька років онлайн-ігри швидко розвивалися. Цей бум також призвів до зростання кількості онлайн-гравців, які повідомляють про токсичність і зловживання під час онлайн-ігор. Онлайн-геймери мають можливість спілкуватися з іншими користувачами за допомогою мікрофона для чату-це можна використовувати для заохочення командної роботи, налагодження дружніх відносин і поліпшення загального ігрового досвіду в цілому. Деякі гравці користуються перевагами цієї технології і використовують її для образи гравців за допомогою словесних образ або текстових повідомлень/повідомлень [68].

Статистика кібербулінгу і онлайн-зловживань різниться по всьому світу, Згідно с британським сайтом протидії кібербулінгу The Cybersmile Foundation, маємо наступні результати:

- 21% користувачів особисто піддавалися переслідуванням в Інтернеті.



- 35% всіх дорослих стикалися з тією чи іншою формою онлайн-домагань (2014).
- 62% дорослих користувачів кажуть, що люди, які піддаються переслідуванням або знущанням в Інтернеті, є серйозною проблемою.
- 70% жінок стверджують, що домагання в Інтернеті є серйозною проблемою.
- 54,5% всіх респондентів бачили найбільше зловживань у Facebook.
- 61,1% всіх респондентів жіночої статі бачили найбільше зловживань у Facebook.
- 35,7% респондентів бачили знущання в Інтернеті на релігійному ґрунті.
- Майже 40% всіх респондентів стикалися з знущаннями, переслідуваннями або жорстоким поведінням в Інтернеті.
- 29,6% респондентів у віці 25-34 років бачили гомофобні образи в Інтернеті.
- 31,5% респондентів у віці від 18 до 24 років бачили знущання в Інтернеті на релігійному ґрунті.
- 40,6% респондентів у віці від 18 до 24 років бачили расистські образи в Інтернеті.
- 55,1% всіх респондентів бачили найбільше онлайн-зловживань на Facebook.
- Більше 50% всіх опитаних в США (54,5%) і Великобританії (55,1%) вказали, що вони були свідками найбільшого числа зловживань в області цифрових технологій, що відбуваються на Facebook.
- Менше 20% всіх опитаних в США (18,3%) і Великобританії (19,1%) вказали, що вони бачили образи в Twitter.
- Тільки 7% людей як у США, так і у Великобританії бачили онлайн-насильство в Instagram.

У віковій групі від 18 до 24 років тільки 10% респондентів в США і 9,2% у Великобританії були свідками жорстокого поведіння в Snapchat.

Більше 50% всіх людей (вікова група 45-54 років), опитаних в США (57,4%) і Великобританії (56%), вказали, що найчастіше вони стикалися з онлайн-зловживаннями на Facebook. Це було 10-кратне збільшення тієї ж демографічної групи в порівнянні з Instagram [5].

### **Висновки до першого розділу**

Розглянуто види та типи прояву агресивної поведінки особистості сучасною молоддю. Агресія призводить до збільшення форм девіантної поведінки серед молоді (вандалізм, крадіжки, вживання алкоголю, наркотиків); погіршенню соціально-психологічного клімату в закладах освіти. Оскільки агресивна ситуація за своїми характеристиками є різновидом інтенсивної тривалої стресової ситуації, то вона має серйозні психологічні наслідки. Як жертви, так і самі агресори схильні до нервово-психічних розладів (різні розлади поведінки, депресії), що може призвести до скоєння кримінальних злочинів.

Агресивна поведінка може бути вираженням труднощів у боротьбі зі своїми негативними емоціями. Це вчинок, якщо він випадковий і суттєво не заважає соціальній чи професійній функції, або стосункам; це поведінка, якщо вона використовується наполегливо. Щоб краще зрозуміти суть явища агресії, необхідно виявити причини її виникнення та розвитку. Існує безліч факторів, що викликають появу агресивної поведінки, і їх складно систематизувати.

## **РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ СУЧАСНОЮ МОЛОДДЮ**

### **2.1. Інструментарій та процедура дослідження вербальної агресії**

Теоретичні аспекти дослідження вербальної агресії було розглянуто нами у першому розділі. В результаті проведеного аналізу було уточнено, що вербальна агресія схожа на залякування, за винятком того, що вона не включає фізичну агресію. Саме використання слів або жестів для заподіяння психологічної шкоди відрізняє вербальну агресію від фізичного залякування.

Дослідницько-експериментальна робота проводилася на базі Чорноморського національного університету імені Петра Могили. Вибірку дослідження склали 50 студентів (38 дівчат, 12 хлопців), студентів 3-6 курсу, віком 18-23 роки.

Метою нашого дослідження (експерименту) було експериментально дослідити особливості прояву вербальної агресії сучасною молоддю. Експериментальне дослідження складалося з двох частин: констатувального експерименту і проведення тренінгових занять.

З метою вирішення поставлених завдань використовувалася низка методів для забезпечення об'єктивності дослідження:

- метод психодіагностичного обстеження;
- метод констатувального експерименту;
- метод узагальнення отриманих результатів.

Аналіз літературних джерел і патентний пошук дозволив виділити кілька методичних підходів та звернути увагу на наступні методики дослідження даної проблеми:

- тест на визначення інтегральних форм комунікативної агресивності В.В. Бойко (див. Додаток А);
- опитувальник агресивності і ворожості Басса-Даркі (див. Додаток Б);
- тест-опитувальник агресивності Л.Г.Почебут (див. Додаток В);
- опитувальник Томаса-Кілмена (див. Додаток Г).

Тест на визначення інтегральних форм комунікативної агресивності В.В. Бойко. Опитувальник дозволяє вивести "індекс агресії" з урахуванням 11 параметрів, кожен з яких оцінюється окремо в інтервалі від 0 до 5 балів. За

кожну відповідь, що співпадає з ключем, нараховується 1 бал, чим вища відмітка, тим більше проявляється вимірювальний показник агресивності.

Виділяються наступні параметри: 1) спонтанність агресії, 2) неможливість гальмувати агресію, 3) невміння переключити агресію на діяльність або неживі предмети, 4) анонімна агресія, 5) провокація агресії, 6) схильність до відображеної агресії, 7) аутоагресія, 8) ритуалізація агресії, 9) схильність заражатися агресією натовпу, 10) задоволення від агресії, 11) розплата за агресію.

Тест агресивності (опитувальник Л.Г. Почебут). Агресивна поведінка за формою прояву поділяється на 5 шкал.

- Вербальна агресія (ВА) – людина вербально висловлює своє агресивне ставлення до іншої людини, використовує словесні образи.
- Фізична агресія (ФА) – людина виражає свою агресію стосовно іншої людини із застосуванням фізичної сили.
- Предметна агресія (ПА) – людина зриває свою агресію на оточуючих предметах.
- Емоційна агресія (ЕА) – у людини виникає емоційне відчуження при спілкуванні з іншою людиною, супроводжуване підозрілістю, ворожістю, неприязню або недобррозичливістю стосовно неї.
- Самоагресія (СА) – людина не знаходиться в мирі та злагоді сама з собою; у неї відсутні або ослаблені механізми психологічного захисту; вона виявляється беззахисною в агресивному середовищі.

Опитувальник агресивності і ворожості Басса-Даркі (адаптація А.К. Осницького). А. Бас та А. Даркі запропонували опитувальник для виявлення важливих, на їхній погляд, показників та форм агресивної поведінки особи. Автори визначили такі види агресивної поведінки:

- Використання фізичної сили щодо іншої особи – фізична агресія.

- Прояви негативних почуттів як через форму (сварка, крик, верещання), так і через зміст словесних звертань до інших осіб (погроза, прокляття, лайки) – вербальна агресія.
- Використовування обхідним шляхом спрямованих проти іншої особи пліток, жартів та прояви ненаправлених, неупорядкованих вибухів люті (крик, тупотіння ногами тощо) – непряма агресія.
- Опонуюча форма поведінки, спрямована зазвичай проти авторитету та керівництва, що може наростати від пасивного супротиву до активних дій проти вимог, правил, законів, – негативізм.
- Схильність до роздратування, готовність за найменшого збудження проявляти запальність, різкість, грубість – роздратування.
- Схильність до недовіри та обережного ставлення до людей, яка виходить з переконання, що оточуючі хочуть завдати цій людині шкоди, – підозрілість.
- Прояв заздрості та ненависті до оточуючих, що обумовлені відчуттям гніву, невдоволеністю кимось конкретно або всім світом за справжні або уявні страждання - образа.
- Ставлення та дії щодо себе та оточуючих, які виходять із можливого переконання самої особи в тому, що вона є поганою людиною, діє негарно: злісно, безсовісно, –автоагресія або відчуття провини. Для отримання даних щодо притаманних особі вказаних вище показників агресивної поведінки пропонується нижченаведений опитувальник.
- У роботі з агресивними клієнтами важливо враховувати деякі обставини.
- По-перше, опис, який міститься в інструкції, порівняно непогано відповідає ситуаціям, коли риса яскраво виражена (і все ж не завжди, тому що людина є складнішою навіть за найкращий тест); значно гірше – для проміжних та не яскраво виражених випадків, що трапляються значно частіше.

- По-друге, описуючи кожен окрему рису, варто враховувати вираженість у досліджуваного ще й інших рис.
- Таким чином, екстраверт з високими показниками нейротизму, скоріш за все, буде нестриманим, дратівливим, запальним, а інтроверт – схильним до самокопання, проявляти відчуття провини, тривалих переживань після невдачі.
- Делікатне питання – розбіжність думки досліджуваного про себе з результатами тесту. Воно може пояснюватися двома головними причинами. Перша – недостатньо кваліфікована інтерпретація; друга – невідповідність Я - концепції особи її реальним психологічним особливостям (це притаманно особам з агресивним стилем поведінки в сім'ї). В останньому випадку «провина» за «невідповідність» часто покладається на тест та психологію в цілому, до чого варто бути готовим.
- У будь-якому разі бажано не наполягати на інтерпретації категорично, а суто запропонувати її досліджуваному та вислухати його коментарі.

У процесі комунікативної взаємодії важливу роль відіграють такі особистісні характеристики, як агресивність та конфліктність. Вони впливають на комунікабельність особистості, визначаючи, тим самим, її спрямованість на компроміс чи на уникнення конфлікту, на співпрацю чи на пристосування до певних умов міжособистісного спілкування. Рівень прояву конфліктності та агресивності в спілкуванні для студентів-психологів має велике значення, адже, будуючи процес спілкування в професійній сфері, вони не повинні проявляти вербальну агресивність, а в разі виникнення конфліктів мають стати на шлях співпраці та компромісу.

Конфліктність у спілкуванні розглядається як запальність, дратівливість, висока готовність вступити в конфлікт, агресивно-захисний стиль поведінки. Основою конфліктності особистості виступає завищена самооцінка, яка не відповідає реальним можливостям людини, тенденція до

самоствердження за рахунок інших. Компонентами конфліктності в спілкуванні є:

- емоційний компонент (стан особистості в ситуації міжособистісної взаємодії, невміння керувати своїм емоційним станом у конфліктних ситуаціях);

- вольовий компонент (нездатність особистості усвідомлено мобілізувати власні сили та контролювати себе під час спілкування);

- пізнавальний компонент (включає рівень сприйняття провокаційних дій опонента, суб'єктивність, невміння аналізувати та прогнозувати ситуацію спілкування);

- мотиваційний компонент (показує стан внутрішніх спонукальних сил, які не сприяють адекватній поведінці в конфліктній ситуації та вирішенню конфліктної проблеми);

- психомоторний компонент (уміння володіти своїм тілом, керувати жестами та мімікою).

## **2.2. Інтерпретація та аналіз отриманих результатів**

Агресивність в спілкуванні інтерпретується як ворожість, як якість або риса особистості, спрямована на заподіяння проблем іншим людям. Агресивна комунікативна поведінка - це специфічна форма людської діяльності, що характеризується демонстрацією переваги в силі або використанні засобів спілкування над іншими людьми, яким суб'єкт намагається досадити [2, 34].

Ні конфлікти в спілкуванні, ні вербальна агресія не сприяють встановленню міжособистісних контактів і діловому спілкуванню на високому професійному рівні. Ці риси особистості не повинні проявлятися в процесі спілкування студентів-психологів, так як вони деструктивні і заважають виконанню професійної діяльності.

Для вивчення комунікативної агресивності у студентів була використана методика виявлення інтегральних форм комунікативної агресивності в.в. Бойко [4, 132-135].

Агресія в дорожньому русі вимірюється по одинадцяти шкалах: нездатність пригнічувати агресію, нездатність перемикати агресію, анонімна агресія, стимулююча агресія, аутоагресія, задоволення від агресії, схильність до зараження агресією натовпу і так далі.

В результаті проведеного дослідження було відзначено переважання високого рівня комунікативної агресії серед студентів контрольної групи- 32,32%, і середнього рівня серед студентів експериментальної групи. Результати показали, що високий рівень пов'язаний з радістю агресії, зі здатністю заражатися агресією натовпу і провокувати агресію У інших. Водночас 22,6% студентів експериментальної групи та 18,39% контрольної групи та 17,26% та 17,26% відповідно студентів експериментальної групи та контрольної групи. 16,3% вказують на низький потенціал агресії, що дозволяє студентам конструктивно спілкуватися, не проявляючи комунікативної агресивності. У той же час Значення підвищеної агресивності негативні, що становить 13,09% і 15,59%, що свідчить про слабку здатність сповільнюватися в конфліктних ситуаціях. Результати дослідження наведені в таблиці. 2.1.

#### Таблиця 2.1.

Порівняльні дані показників рівня сформованості у студентів інтегральних форм вербальної агресії (установчий експеримент) в експериментальній (Е) та контрольній групах (К)



№ з/п	Курс	Рівень сформованості (у %)									
		високий		підвищений		середній		низький		невисокий	
		е	к	е	к	е	к	е	к	е	к
1	3 курс	21	26	13,2	16,67	27,3	15,6	20	25	20	16,66
2	4 курс	8	39	15,39	11	22,06	9	31,4	20	23,07	20
3	5 курс	30,81	35,80	15,39	14,29	22,06	20,5	23,7	14,28	7,69	14,28
4	6 курс	33,32	28,58	8,5	21,43	32,03	20,5	16,6	14,28	18,3	14,28
5	Середнє	23,2	32,34	13,12	15,57	25,3	16,8	22,6	18,39	17,26	16,3

Щоб виявити особливості поведінки в конфліктних ситуаціях, ми вибрали "анкету Томаса Кілмана" [99, 132-135], яка дозволяє нам визначити напрямок конфліктної поведінки індивіда і типові форми поведінки в конфліктних ситуаціях. Методологія описує п'ять можливих варіантів поведінки людини і включає 30 пар питань, в яких респондентам пропонується вибрати найбільш типове судження для характеристики поведінки в наступних аспектах дослідження конфліктів: яка поведінка в конфліктних ситуаціях характерна для людей, яка з них більш продуктивно або руйнівна. Відповідно до цих двох методів розрізняють такі способи регулювання конфліктів: суперництво (конкуренція), адаптація, компроміс, уникнення, співпраця. Залежно від методу, конфлікт має негативний результат через запобігання конфліктам, в яких жодна зі сторін не досягає успіху; в таких формах поведінки, як конкуренція, адаптація або компроміс, один з учасників стає переможцем, а інший програє або програє, тому що вони йдуть на компроміс. І тільки в ситуації співпраці обидві сторони виграють. Це опитувальник описує кожне з п'яти можливих варіантів поведінки в конфліктних ситуаціях з 12 судженнями. У процесі дослідження учні повинні вибрати з подвійних висловлювань те, яке найкраще відповідає стилю їх поведінки в певних ситуаціях.

Аналіз результатів опитування студентів, які використовують цей метод на етапі опитування, показав, що переважна більшість опитаних у контрольній групі вибирають компроміс у конфліктній ситуації (37, 94%) і можуть погодитися з думкою людини або прийняти спільне рішення. У той же час 33, 55% респондентів в експериментальній групі вибирають співпрацю в якості стилю взаємодії в конфліктних ситуаціях. У той же час стиль адаптації вибирають 17, 27% і 13, 8% учнів експериментальної та контрольної груп, щоб адаптувати свої дії і поведінку до необхідних умов спілкування без урахування їх власних інтересів. Було встановлено, що учні також обирають стиль уникнення в конфліктних ситуаціях (20,7% – експериментальна група, 16,3% - контрольна група). Учні, які вибирають цей стиль, намагаються не спілкуватися з іншими людьми, особливо якщо спілкування може привести до конфліктів. Через таку поведінку учні часто уникають спілкування і залишаються

відстороненими від роботи та участі у громадській роботі. Результати діагностики представлені в таблиці. 2.

*Таблиця 2.2.*

**Порівняльні дані показників рівня сформованості у студентів особливостей поведінки в конфліктній ситуації (опитувальник Томаса-Кілменна) (констатуючий експеримент) в експериментальній (Е) і контрольній (К) групах**

№ з/п	Курс	Рівень сформованості (у %)							
		співпраця		приспосування		конфлікт		уникнення	
		е	к	е	к	е	к	е	к
1	3 курс	40	33,3	13,33	16,66	26,66	33,33	20	16,66
2	4 курс	30,76	30	23,07	10	23,07	40	23,07	20
3	5 курс	38,46	35,71	7,69	7,14	30,76	42,75	23,07	14,28
4	6 курс	25	28,57	25	21,42	33,33	35,71	16,66	14,28
5	Середнє	33,55	31,9	17,27	13,8	28,38	37,94	20,7	16,3

За результатами етапу постановки експерименту на початку експериментальної роботи між представниками контрольної та експериментальної груп немає істотних відмінностей в рівні сформованості комунікативних і організаційних навичок і мотивації в спілкуванні. Таким чином, комунікативні та організаційні навички сформовані у студентів контрольної групи та експериментальної групи на середньому рівні і складають 41,73% і 34,1% відповідно. Мотиваційні орієнтації в спілкуванні також сформовані на середньому рівні (54,58% і 44,46%). Рівень комунікативних і соціальних навичок був переважно низьким в обох групах: 41,82% для експериментальної групи і 38,27% для контрольної групи. Систематизація даних щодо рівня тренуваності комунікативної агресивності серед студентів показала, що у респондентів переважають середній (26,51% – експериментальна група) і високий рівень (32,32% – контрольна група). Також було зафіксовано рівень тренуваності поведінкових характеристик у конфліктній ситуації, яка спрямована на співпрацю серед студентів експериментальної групи (33,55%) та компроміс серед студентів контрольної групи (37,94%).

В цілому, згідно з результатами дослідження і даними математичної статистики, студенти характеризуються в першу чергу середнім рівнем сформованості комунікабельності особистості. Такі результати дослідження свідчать про недостатній розвиток товарищескості майбутніх педагогів і психологів, оскільки майбутні фахівці характеризуються в основному частковою характеристикою основних компонентів товарищескості.

На першому етапі дослідження було встановлено, що рівень комунікабельності студентів не відповідав сучасним вимогам навчально-виховної системи. Узагальнення результатів теоретичного та аналітичного етапів і постановка дослідження показали гостру необхідність активізації формування комунікабельності особистості студентів-психологів в ході комунікативної підготовки в ЗВО.

Результати тесту на визначення форми агресивності (опитувальник Л.Г. Почебута) показані на схемі, наведеній на рис. 2.1.

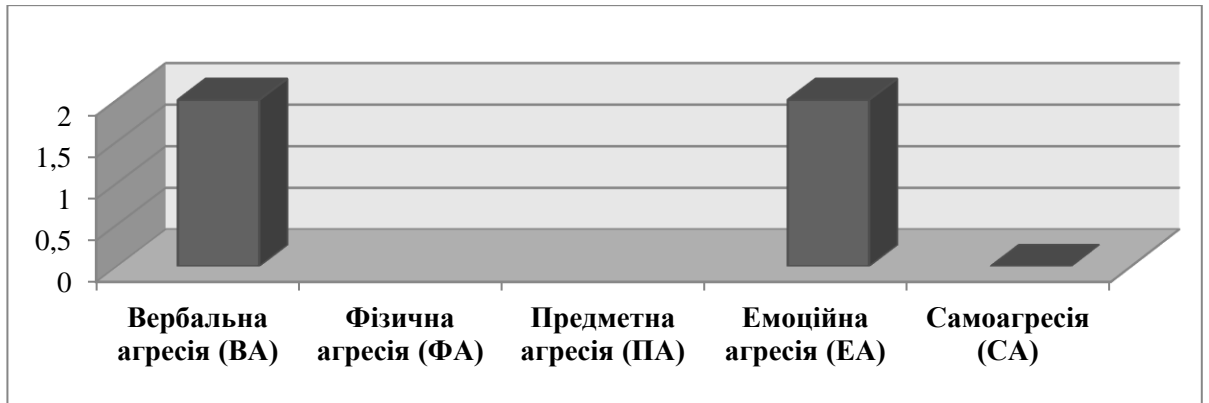


Рис. 2.1. діаграма результатів іспиту студентів чоловічої статі для визначення форми агресивності

Згідно з наведеними вище результатами, учні схильні до вербальної агресії (ва) і емоційної агресії (ЕА).

Таким чином, провівши експериментальну роботу, можна зробити висновок, що гіпотеза повністю підтвердилася, за допомогою програми навчання вдалося домогтися ефективного результату, рівень агресивності значно знизився як у чоловіків, так і у жінок.

Визначаючи зміст формує фази експериментальної роботи, ми спробували організувати її таким чином, щоб впливати на мотиваційну, когнітивну, пізнавальну, перцептивну, емоційно-вольову сфери особистості і сприяти розвитку комунікабельності особистості. Таким чином, в експериментальній групі проводився тренінг "запобігання вербальній агресії особистості" з метою розвитку важливих навичок, знань, навичок і професійних навичок спілкування з майбутніми фахівцями. Він передбачав використання теоретичних видів роботи (лекції, групові дискусії, дебати) і практики (вправи, аналіз конкретних психологічних і педагогічних ситуацій, ділові та рольові ігри, різні психотехнічні вправи), індивідуальних і групових форм комунікативного навчання.

Спостереження за освітнім процесом показало, що подолання фактів комунікативної незапланованості і нетовариськості, виявлених в ході

навчання, є одним з напрямків, в яких оновлюється комунікативний потенціал окремої людини і, в кінцевому рахунку, всієї студентської групи.

Результати опитування майбутніх психологів після формуючого експерименту показали ефективність і дієвість розробленої програми комунікативної підготовки студентів до майбутнього професійного спілкування, вибрані форми і засоби, вибрані психолого-педагогічні умови формування комунікативних навичок і можливість їх поступового впровадження в рамках майбутньої професійної діяльності.

В учнів контрольної групи суттєвих змін не було. Порівняльні дані середніх показників ступеня сформованості інтегральних форм вербальної агресії в учнів представлені в таблиці 3.

*Таблиця 2.3.*

**Порівняльні дані середніх показників рівня сформованості у студентів інтегральних форм вербальної агресії в експериментальній (Е) і контрольній (К) групах до та після проведення експерименту**

№ з/п	Курс	Рівень сформованості (у %)									
		високий		підвищений		середній		низький		невисокий	
		е	к	е	к	е	к	е	к	е	к
1	До експерименту	22,94	32,32	13,09	15,59	26,51	17,3 7	22,6	18,59	17,26	16,3
2	Після експерименту	7,59	25,17	13,36	19,87	18,77	21,6 6	33,9 7	15,89	26,27	17,37

Загалом, якісні і кількісні зміни, що відбулися в комунікативній сфері студентів унаслідок проведеної роботи, говорять про те, що ефективність формування комунікабельності студентів може підвищитись, якщо її розвивати цілеспрямовано засобами практичної психології.

### **2.3. Тренінг на профілактику та зниження вербальної агресії в сучасній молоді**

Відповідно до отриманих результатів на наступному етапі нашого дослідження була розроблена коригуюча програма і програма розвитку у вигляді тренувальних вправ.

Навчання розраховане на 20 годин. - протягом 1,5-2 годин. протягом 7 тижнів. Метою цієї коригуючої програми і розвитку є: профілактика і зниження вербальної агресії у сучасної молоді, вивільнення негативних емоцій.

Завдання:

- \* Зниження агресивності в учнів;
- \* Допоможіть знайти спільну мову зі своїми однокласниками;
- \* Обговоріть разом, Що таке "словесна агресія" і які у вас якості.

Необхідні матеріали: кольоровий папір, ручки, фліпчард, маркери, карти завдань, документ.

### **Вправа 1. Час введення: 5 хвилин**

Мета: підвищити самооцінку, отримати підтримку групи.

Хід вправи: всі встають в коло, ви виходите в центр, називаєте своє ім'я і те, що їм подобається або що може бути добре. У відповідь Всі кажуть: "у тебе все добре виходить!" і піднімають великий палець вгору.

### **Вправа 2. Час "пов'язки": 2 хвилини**

Мета: визначити обізнаність студентів про цей предмет.

Хід виконання вправи: ви повинні позначати асоціації словом "агресія". Всі асоціації реєструються, після чого тренер їх читає і подає інформаційне повідомлення.

Знак сили ? Чи зарезервована сильна людина чи ні?

### **Інформаційне повідомлення: "агресія, агресія" час: 5 хвилин**

Мета: розкрити поняття "агресія", "агресія"

Агресія-це індивідуальна або колективна поведінка або дії, спрямовані на нанесення фізичної або психічної шкоди або навіть знищення іншої людини або групи. Агресивність супроводжується:

- \* недостатня самооцінка (низька або висока),

- \* Неадекватне переслідування, яке не відповідає здібностям підлітка;
- \* підвищена емоційна напруга і занепокоєння;
- \* різна ступінь неадекватності уявлень підлітків про своє місце в сім'ї, про ставлення до них своїх однолітків,
- \* низька підготовка комунікативних навичок тощо.
- \* Агресія підлітків не пов'язана безпосередньо з порушенням встановлених правил і норм і відокремлена від антигромадської поведінки

Основними формами агресивної поведінки є:

- \* фізична агресія, тобто застосування фізичного насильства щодо іншої людини;
- \* Негативізм, спрямований проти управління і встановлених правил;
- \* Недовіра, тобто недовіра до людей, засноване на переконанні, що вони мають намір заподіяти шкоду;
- \* словесна агресія, тобто вираження своїх почуттів через конфлікт, образу, Приниження;
- \* самонагресія-агресія, спрямована проти самого себе.

Агресивна поведінка підлітків з'являється як засіб:

- \* Задоволення потреб у спілкуванні;
- \* Самовираження і самоствердження;
- \* Реакція на неблагополучну домашню обстановку і жорстоке поводження з батьками;
- \* досягнення значущої мети.
- \* У підлітковому віці агресивна поведінка є свого роду захисним механізмом.

З огляду на всі фактори, що беруть участь у розвитку агресивної поведінки підлітків, можна запобігти або обмежити прояв форм агресії.

Коли ви маєте справу з агресивними підлітками, вам потрібно проявити велику стриманість і терпіння і пам'ятати, що маленькі скандалисти, які тероризують інших, самі страждають від власної впертості, гніву, дратівливості. Почуття провини, порушення психічної рівноваги і

незадоволеність не зникають у агресивних людей, навіть якщо їм вдається перекласти свої негативні емоції на когось. Цим людям необхідно дати зрозуміти, що дорослий (вчитель, батько, психолог) є їх союзником у вирішенні внутрішніх проблем.

Агресивні підлітки повинні стежити за тим, щоб їх любили, і їх дії псує враження від них, а також не приносять їм полегшення [36].

Агресивність - це риса характеру, яка виражається у ворожому ставленні людини до інших, тварин і навколишнього світу. Агресивні дії і відносини людини - це ті, які ворожі в даний момент часу, не викликані об'єктивними причинами і не можуть бути виправдані нинішніми обставинами

Агресія - це будь-яка поведінка, яка містить загрозу або завдає шкоди іншим. Наше життя сповнене агресивності: (наведіть свої власні приклади).

- Згадайте, як старшокласник зустрічає на шкільному подвір'ї молодшого учня і просить у нього грошей. (Ви коли-небудь бачили це раніше)

- Чи була така ситуація? Діти переміщують портфель нового учня з одного столу на інший в класі, не даючи йому можливості мати власне робоче місце і подружитися з ким-небудь з дітей.

- Герой фільму спалює стікаюче кров'ю тіло жертви.

\* Скажіть, що завжди є словесна агресія.

\* Говоріть про богохульство. чи це агресія? Які?

\* Чи повинно суспільство діяти ? Які?

### **Вправа 3."символічне представлення емоцій" - час: 15 хв.**

Вправу слід виконувати в групах. Вам потрібно заздалегідь підготувати картки з написаними на них іменами різних почуттів. Це можуть бути: образа, смуток, радість, здивування, радість, гнів, страх, сором, гнів, співчуття.

По-перше, студенти повинні отримати картки із зарахуваннями. Діти дізнаються написи, але не показують їх іншим. Потім тренер просить дітей згадати ситуації, в яких вони відчували такі почуття. Після цього діти повинні продемонструвати отримане почуття у вигляді пам'ятника або невеликої пантоміми (деяким дітям легше висловити почуття за допомогою малюнка).



Завдання інших дітей-вгадати" пам'ятник " того почуття, яке вони бачать. Під час гри ви повинні переконатися, що всі діти можуть виразити себе.

Після завершення цієї гри учні повинні сидіти в колі. Тренер просить учасників пояснити, як вони розуміють слова, написані на картках; що означають ці почуття; в яких ситуаціях вони можуть виникнути; чи можуть вони розповісти випадок зі свого життя, якщо у них були схожі почуття.

Якщо між дітьми йде дискусія, не зупиняйтеся.

#### **Вправа 4."скарбничка чайових" - час: 5 хв.**

Мета: навчитися позбавлятися від негативних емоцій.

Хід вправи: ми об'єднуємо учасників в 3 групи і пропонуємо розробити рекомендації щодо позбавлення від агресії. Введення кращих практик. Документ" поради щодо позбавлення від агресії " надається кожному учаснику. Що можна зробити, спілкуючись зі словесно агресивною людиною, щоб пом'якшити агресивний потяг?

1. постарайтеся усно домовитися з розсердженою людиною. Не переривайте їх, не дозволяйте їм висловлювати свої побоювання, навіть якщо вони помилкові або не мають сенсу. Погодьтеся з вашими претензіями, навіть якщо ви в це не вірите.

2. Варіанти пропозиції. Перенаправте їх і запропонуйте можливі рішення: "ось що ми можемо зробити..."Пам'ятайте, що ці варіанти не обов'язково доступні для реальних варіантів. Ви просто намагаєтесь розсіювати небезпечно сфокусований лазерний промінь гніву, поширюючи його по більшій області з декількома варіантами.

3. Визначте проблему. У більшості випадків вони не є реальною проблемою. Ви просто людина, з якою ви стикаєтесь. Виявлення проблеми може відвернути ваш гнів від вас і допомогти розрядити ситуацію або зменшити ваше напруження до такої міри, що воно більше не буде небезпечним. Якщо Ваш лютий лазерний промінь націлений на вас, спробуйте направити його перехрестя в інше місце. Навіть тимчасова втрата цілі може знизити рівень адреналіну в крові.

4. Емпатія. Дайте їм знати, що ви відчуваєте до них жалість і розумієте, що у вас проблеми. Скажіть їм, що ця проблема також турбує вас особисто і що ви дійсно на їхньому боці, навіть якщо це не так. Це додасть ситуації більш людський і особистий аспект, який може запобігти спалаху насильства.

5. Використовуйте загальний підхід: "давайте спробуємо вирішити цю проблему разом", "можливо, нам доведеться поглянути на неї трохи по-іншому". Усна позиція на його боці може допомогти відвернути від вас агресію і, сподіваюся, розрядити її, змусивши зловмисника повірити, що він не самотній в цій області.

### **Вправа. Піти, щоб залишитися (20 хвилин)**

Дуже часто, особливо на початку тренування, учасники демонструють ведучому своє небажання працювати в групі. Вони поведуться так, ніби їм набагато приємніше в будь-якому іншому місці, ніж в цій кімнаті зі своїми колегами та начальством.

У таких ситуаціях можна вдатися до простого приймання. Попросіть своїх учнів уявити, що вони знаходяться в будь-якому іншому місці, яке їм подобається. Звідти вони " повернуться " відпочившими, і ви зможете продовжувати працювати.

Скажіть їм:

1. Сядьте і закрийте очі. Зробіть три глибоких видихів. Згадайте час, коли ви пережили стан повного задоволення. Згадайте, як ви себе почували. Як просуватися вперед? Як ви дихаєте? Чи є якась поза, відповідна цьому стану? Прийміть цю позу і зробіть три глибоких вдихів і видихніть, представляючи своє дихання як три величезні хвилі, на гребені яких ви знаходитесь, які ведуть вас глибоко в ваш внутрішній світ. Тепер у своїх фантазіях вирушайте туди, де ви відчуваєте себе найкраще, де немає проблем, напруженості та всього, що Вам подобається. Це може бути місце, яке ви знаєте, або місце, яке існує лише у вашій уяві. Коли Ви там,

подивіться навколо: які кольори навколо, які форми мають навколишні речі, гарячі тут або холодні, як ви тут дихаєте? Які звуки Ви чуєте, щоб взяти себе в руки? Ви хочете ходити, сидіти або лежати в цьому місці? Вам сподобалося щось робити тут або ви просто насолоджуєтеся атмосферою цього місця? Спробуйте всі варіанти, які пропонує вам це місце (1 хвилина). Раптово ви помічаєте подарунок, що лежить на видному місці. Це подарунок для вас. Підійдіть до нього, доторкніться до нього, подивіться з усіх боків. Дослідіть його, подумайте про те, що ви можете з ним зробити. Знайдіть час, щоб помиритися з ним, полюбити його (1 хвилина). Якщо ви вже готові повернутися, тричі вдихніть і видихніть і попрощайтеся зі своїм місцем, пам'ятайте про це, щоб завжди було легко повернутися сюди. Зберігайте враження подарунка.

2. Попросіть учасників розповісти, куди вони пішли і як вони знайшли свій подарунок. Ці історії зміцнюють довіру між членами групи й роблять наступні кроки спільної роботи більш цікавими та продуктивними. Вправа. Анкета (10 хвилин) У чому секрет успіху групи або згуртованої команди? На це питання можна коротко відповісти: чи відчувають члени групи або команди необхідність? І щоб відчути це, ви повинні спочатку відчути свою потребу і відповідальність перед групою.

Тому я раджу вам починати кожну сесію з групи, по черзі опитуючи учасників, під час яких вони будуть говорити:

- \* що ви відчуваєте зараз, \* яких успіхів ви досягли в житті,
- \* що сталося у Вашому житті з часів останнього класу,
- \* які ваші думки або досвід, які ви переглянули й відобразили за цей час,
- \* які побажання є для цієї професії.

У дуже великих групах таке опитування може зайняти дуже багато часу, тому має сенс проводити його в групі, чисельність якої становить не більше

двадцяти шести осіб. Якщо група більше, то необхідно розділити її на підгрупи. Щоб врахувати настрій учасників, ви можете запросити їх заповнити символічну анкету. Просто запитайте: "з яким настроєм ви починаєте це заняття? Якби вам запропонували вибрати час відповідно до вашого настрою, ви б вибрали?» Питання можуть бути:

- \* Рослина?
- \* Якого кольору?
- \* Що таке ґрунт?
- \* Суд?
- \* Транспортний засіб?
- \* Який час року?
- \* Яка назва книги?

### **Вправа «Оле Нелі» (10 хвилин)**

Ця вправа спрямована на те, щоб допомогти учасникам розслабитися і посміятися, воно особливо підходить для занять в невеликих групах.

Якщо робота виконується великими групами, їх необхідно розділити на підгрупи по шість-вісім осіб. Щоб створити необхідну атмосферу, розкажіть таку історію: Це древній Кавказький ритуал. Вождь племені зник. Щовечора його одноплемінники збираються, сидять біля багаття і ставлять собі питання, чи не бачив хто-небудь Оле Неле Нішикова. Найголовніше, що жоден член племені не повинен сміятися, тому що зникнення вождя - страшна катастрофа»

1. Учасники сидять у колі. Виберіть кого-небудь, щоб почати гру. Він повинен повернутися до свого сусіда направо і сказати: Ти не бачив ОЛЕ Нелі Нішикова? При цих словах ви навіть не можете посміхнутися своїми губами, не кажучи вже про те, щоб розсміятися.

2. Правий сусід відповідає фразою: шкода, але я його не бачив. Я запитаю свого сусіда (сусіда)

3. Він задає те ж питання правому сусідові, не посміхаючись і не сміючись. Але водночас він може додати щось своє, щоб змусити інших учасників сміятися.

4. Той, хто посміхається або сміється, буде виключений з гри.

### **Вправа «Очищення» (5 хвилин)**

Це відмінний спосіб позбутися від проблем і проблем повсякденного життя. Вправу найкраще виконувати на початку заняття, щоб члени групи, поговоривши про свої проблеми, на деякий час забули про них і повністю зосередилися на роботі.

1. Учасники об'єднані удвох. У кожного є хвилинка, щоб поговорити зі своїм партнером про свої проблеми, проблеми, думки, почуття і радість – про все, що він прийшов в клас.

2. Поки один партнер говорить, другий не перериває його і не висловлює свої почуття з приводу того, що було сказано. Протягом двох хвилин партнери змінюють свої ролі.

3. Коли групи закінчують обговорювати все, що їх турбувало, вони підійдуть до лідерів, в руках яких буде кошик для їх «проблем і негативу». 4. Якщо всі проблеми «є " в кошику, запросіть учасників повернути їх в кінці класу, якщо вони, звичайно, захочуть.

### **Вправа «Пляшка» (30 хвилин)**

Ця вправа розвиває навички спілкування, необхідні для виконання інших вправ. Він заснований на старій грі для дітей. Матеріали: порожня скляна пляшка.

1. Вся група сидить в колі, в центрі кола ведучий ставить підготовлену пляшку.

2. Один з учасників (хто б не був) йде в центр кола, де знаходиться пляшка, і оголошує завдання: "той, на кого зараз спрямована пляшка, повинен

розповісти нам, чим він особливо пишається". Потім він перевертає пляшку і чекає, поки вона зупиниться і покаже кому-небудь. Учасник, на якого направлено горлечко пляшки, повинен виконати завдання. Потім він виходить в центр кола, дає своє завдання, повертає пляшку і т. д.

3. Просувайте завдання, які полегшують і поглиблюють знання між учасниками. Наведіть кілька прикладів: Що б не показувала пляшка а:\* сказати, яким було його перше враження про мене (тобто той, хто запитує);\* скажіть, чи добровільно він прийшов сюди або хтось послав його;\* вкажіть, чи заважає член групи його присутності;\* вкажіть, чи готовий він як і раніше брати участь в таких заходах.

4. Завдання можуть містити не тільки прохання щось сказати, але і показати. Наприклад, ви можете запитати учасника:

- \* перетинайте кімнату, як сліпий;
- \* уявіть людину, яку знають багато людей;
- \* зробіть масаж спини своєму лівому сусідові;
- \* підморгування одному з учасників з посмішкою довіри тощо.

### **Вправа «Бомбити джерела сили» (5 хвилин)**

Групи підтримки корисні, коли ви працюєте з вираженням своїх почуттів. Відповідні заходи-важливий спосіб підтримати ваші почуття. Корисна вправа для цієї мети називається "бомбардування джерел сили". У кожної людини по черзі є хвилинка, щоб швидко назвати свої джерела сили й ресурсів. Кожен член групи дякує попереднього учасника і говорить про свої "джерела сили". Суть завдання полягає в тому, щоб поділитися своїми ресурсами та підтримати дружній настрій команди й атмосферу подяки.

### **Вправа «Пік досвіду» (10 хвилин)**

Ця робота допоможе вам інтегрувати позитивні та радісні відчуття. Кожен член групи записує якомога більше кращих вражень. Просунутий досвід-це моменти найвищого щастя і радості.

Це найщасливіші моменти в її житті. Запишіть лише кілька ключових слів для кожного експерименту, наприклад: «час сходу сонця на березі». Розділіть групу на підгрупи по два-три людини, і нехай всі поділяться своїм піковим досвідом.

Наведіть приклади експериментів, наприклад, «на природі, з моїми батьками, з моїми однокласниками і т.д».

### **Вправа. «Споглядання внутрішньої дитини» (20 хвилин)**

По-перше, уявіть себе на березі поруч з великим спокійним озером, відчуйте сонячне світло, що ллється на вас зверху, зверніть увагу на легкий вітерець, який освіжає вас, відчуйте запахи та звуки навколо вас. Що ти відчуваєш всередині? Про що ви думаєте?

Тепер розслабтеся ще більше й уявіть спокій цього озера... тих, хто хлюпається на вас, через вас і всередині вас... Що ти зараз відчуваєш?.. Почни відчувати цей спокій, це озеро. Відчуйте, як відчуття чогось хорошого наповнює все ваше тіло, повністю розслабтеся, розкриваючи потоки доброти та ніжності, які проходять через вас... Тепер згадайте той час, коли ви були дитиною у віці до десяти років. Намалюйте себе дитиною (учасники малюють себе дитиною) - 5 хвилин.

Подивися на цю дитину. Зверніть увагу, у що вона одягнений. Подивіться в очі цій дитині та пошліть в них любов... Простягніть руки, візьміть руки дитину у свої та почніть танцювати, кружляючи й кружляючи з цією дитиною. Прислухайтесь до сміху дитини. Прислухайтесь до теплоти зустрічі з цією дитиною... Притягніть дитину до себе та обійміть його так міцно, як ніколи раніше. Цілуйте один одного так, як ви завжди хотіли, щоб ваші батьки цілували вас... Пам'ятайте, що це ваш «внутрішня дитина», з якою вам більше не потрібно розлучатися... Не забувайте пам'ятати про свою внутрішню дитину, час від часу радуйте її.

### **Вправа «Кульки заспокоєння» час: 10 хвилин**

Мета: навчитися бути в стані спокою.

Хід виконання вправи: розділіть студентів на 2 команди. Кожен, своєю чергою, сідає на кулі й повинен сидіти на них 5 хвилин, щоб м'яч не тріснув.

Загальний час: 5 хвилин

Ми просимо учасників проаналізувати свої очікування і висловитися поперемінно, чи виправдалися вони (повністю, частково), не виправдалися або виявилися невідповідними. Чому ви навчилися за цей час і чи будете ви використовувати ці знання в житті?

### **Висновки до другого розділу**

У нашому дослідженні взяли участь студенти 3-6 курсів спеціальності психологія. Діагностика проводилася за допомогою таких методик: тест на визначення інтегральних форм комунікативної агресивності В.В. Бойко; опитувальник агресивності і ворожості Басса-Даркі; тест-опитувальник агресивності Л.Г.Почебут; опитувальник Томаса-Кілмена.

За результатами констатуючого етапу експерименту на початок дослідно-експериментальної роботи між представниками контрольної та експериментальної груп не виявлено суттєвих розбіжностей щодо рівня сформованості комунікативних та організаторських здібностей та мотиваційної спрямованості в спілкуванні. Так, комунікативні та організаторські здібності сформовані в студентів контрольної та експериментальної груп на середньому рівні і становлять 41,73% та 34,1% відповідно. Мотиваційні орієнтації в спілкуванні також сформовані на середньому рівні (54,58% та 44,46%). Рівень комунікативної та соціальної компетентності виявився переважно низьким у студентів обох груп: 41,82% – експериментальна група та 38,27% – контрольна група. Систематизація даних стосовно рівня сформованості в студентів комунікативної агресивності дозволила констатувати, що в опитаних домінує середній (26,51% – експериментальна група) та високий рівень (32,32% – контрольна група). Також зафіксований рівень сформованості особливостей поведінки в



конфліктній ситуації, яка спрямована на співпрацю в студентів експериментальної групи (33,55%) та на компроміс у студентів контрольної групи (37,94%). Було проведено тренінг на зниження та профілактику вербальної агресії сучасної молоді.

## ВИСНОВКИ

Дана робота була присвячена вивченню проявів вербальної агресії сучасною молоддю. Відповідно до завдань дослідження, ми можемо сформулювати наступні висновки.

1. Здійснено теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури щодо розкриття проблеми агресії. Агресія – це поведінка, яка спричинює шкоду іншим людям. Агресія проявляється у побитті інших людей, у вербальних образах, погрозах, ворожих насмішках, жартах, а також містить непрямі форми фізичної та вербальної агресії (бойкот, ворожа міміка та жестикуляція).

Одним із основних чинників набуття особистістю підвищеної агресивності вважаються недоліки сімейного виховання, спостереження за моделями агресивної поведінки інших у реальному житті, на кіно- і телеекранах чи комп'ютерних іграх. Істотна роль у зародженні і формуванні готовності людини до агресії, а також у її реалізації відводиться і ситуативним чинникам, таким як вплив кліматичних умов, температури навколишнього середовища, підвищений шум, велике скупчення людей, неприємний запах та тіснота у приміщенні, дискомфорт, зазіхання на особистий простір, вороже соціальне середовище, біль, виникнення стресової ситуації, очікування помсти за власні агресивні дії, вживання алкоголю, сексуальне збудження.

Як особистісні фактори, які зумовлюють підвищення рівня агресивності, розглядають: підвищену ворожість та подразливість, підвищений рівень тривожності та депресії, підвищену емоційну реактивність, негативну афективність, перевищену самооцінку, певні особливості мотиваційної сфери, низький рівень розвитку інтелекту, антисоціальну спрямованість особистості, заздрісність, схильність приписувати оточуючим агресивні наміри тощо.

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.

2. Було виділено основні види та типи агресії. Зокрема, є такі види агресії, як фізична агресія - використання фізичної сили проти іншої людини, непряма агресія - спрямована через іншу людину або групу людей, роздратованість - схильність до прояву негативних почуттів при найменшому збудженні (запальність, грубість), негативізм - опозиційна манера в поведінці від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв і законів, образа - заздрість і ненависть до оточуючих за справжні і вигадані дії, вербальна агресія - вираження негативних почуттів як через форму (крик, вереск), так і через словесні відповіді (погрози).

Усі форми агресивності мають одну спільну рису: вони викликані спробами контролювати ситуацію, впливати на неї з метою вдосконалення або себе, або свого оточення, включаючи близьких людей. Реакція у вигляді агресивної поведінки приводиться в дію вродженими і набутими механізмами, деякою внутрішньою мотивуючою силою. До форм агресії належать: 1. Недеструктивна агресія, тобто стійка неворожа самозахисна поведінка, спрямована часто на досягнення поставленої мети. 2. Ворожа деструктивність, тобто злостива, неприємна поведінка, що завдає болю оточуючим. Ненависть, розлюченість, бажання помсти теж можуть бути формою захисту, однак породжують багато особистісних проблем і примушують страждати оточуючих.

Не можна залишати поза увагою і ситуативні фактори, які теж певною мірою виливаються на виникнення агресії. Оцінка іншими людьми. Було встановлено, що присутність інших людей вже сама по собі може або посилювати, або гальмувати агресію. Навмисність агресії. Існує точка зору, що для початку агресії нерідко буває достатньо знати, що інша людина має ворожі наміри, хоча безпосередньо акту агресії не було. Сприйняття агресії. Поширення відео- і телепрограм із сюжетами насильства роблять людину більш агресивною і жорстокою. Бажання помсти. Як уже зазначалося, часто агресія може виникнути як відповідна реакція на поведінку оточуючих, тобто як акт помсти за щось.

Слід також згадати й організаційні фактори, що впливають на появу агресивної поведінки в закладах освіти. Сюди належать такі особливості, як рівень уваги адміністрації закладу до проблеми насильства серед молоді, домінування суто навчальних цілей над проблемами особистісного розвитку людини, рівень розвитку системи супервізорства (західний аналог кураторства), при якій в студентське життя впроваджується норми, що толерантно ставляться до третирування або інших форм насильства.

3. Розглянуто особливості вербальної агресії. Вербальну агресію можна визначити як навмисно шкідливу поведінку, яка зазвичай є як неспровокованою, так і повторюваною. Це навмисне зловживання владою, таке як дражнення, знуцання або загроза, яка ініціюється однією або кількома особами з відносно великим статусом або владою (в силу їх чисельності або розміру) щодо жертви з дещо меншим статусом або владою.

Вербальна агресія схожа на залякування, за винятком того, що вона не включає фізичну агресію. Саме використання слів або жестів для заподіяння психологічної шкоди відрізняє вербальну агресію від фізичного залякування.

Дослідження показують, що вербальна агресія та знуцання можуть початися в дошкільному та ранньому початковому віці. Злочинці, як правило, стають рецидивістами, тому що їх словесна, а іноді і фізична агресія (наприклад, обзивательство або укуси і удари) призводить до того, що інші

діти віддають бажані предмети (наприклад, іграшки) або тому, що дитина-кривдник насолоджується ефектом, виробленим словесною агресією на інших дітей. Наприклад, критика або дражнення злочинця можуть викликати у жертви сльози, а у оточуючих однолітків або дорослих - сміх. Цікаво, що діти, які протистоять такій словесній агресії або знущанням, контратакуючи таким же чином (дражнюючи, наспіваючись або проявляючи фізичну агресію), іноді самі стають хуліганями. У будь-якому випадку, одного разу розпочавшись, знущання, швидше за все, продовжаться, причому частота вербальної агресії і знущань досягне піку в середній школі/молодших класах середньої школи.

4. Експериментально досліджено особливості прояву вербальної агресії у сучасної молоді. У нашому дослідженні взяли участь студенти 3-6 курсів спеціальності психологія. Діагностика проводилася за допомогою таких методик: тест на визначення інтегральних форм комунікативної агресивності В.В. Бойко; опитувальник агресивності і ворожості Басса-Даркі; тест-опитувальник агресивності Л.Г.Почебут; опитувальник Томаса-Кілмена. За результатами констатуючого етапу експерименту на початок дослідно-експериментальної роботи між представниками контрольної та експериментальної груп не виявлено суттєвих розбіжностей щодо рівня сформованості комунікативних та організаторських здібностей та мотиваційної спрямованості в спілкуванні. Так, комунікативні та організаторські здібності сформовані в студентів контрольної та експериментальної груп на середньому рівні і становлять 41,73% та 34,1% відповідно. Мотиваційні орієнтації в спілкуванні також сформовані на середньому рівні (54,58% та 44,46%). Рівень комунікативної та соціальної компетентності виявився переважно низьким у студентів обох груп: 41,82% – експериментальна група та 38,27% – контрольна група. Систематизація даних стосовно рівня сформованості в студентів комунікативної агресивності дозволила констатувати, що в опитаних домінує середній (26,51% – експериментальна група) та високий рівень (32,32% – контрольна група). Також зафіксований рівень сформованості особливостей поведінки в

конфліктній ситуації, яка спрямована на співпрацю в студентів експериментальної групи (33,55%) та на компроміс у студентів контрольної групи (37,94%).

5. Розроблено тренінг щодо профілактики та зниження вербальної агресії серед молоді. Мета тренінгу: зниження вербальної агресії, розвиток комунікативних навичок, емпатійності та емоційної стійкості, впевненості в собі, доброзичливого ставлення один до одного, а також взаєморозуміння.

Тренінг мотивує студентів до самовдосконалення, рефлексії та комунікативної компетентності. Завдання тренінгу:

- Формування сприятливого психологічного клімату
- Поліпшення взаємодії між учасниками групи
- Розвиток емпатії учасників групи
- Підвищення комунікативних навичок
- Підвищення настрою та поповнення ресурсу.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Abdelsameea A (2009). Aggression and hostility scale of adolescents. 2nd ed. Anglo Egyptian Press. ISBN 977-200-386-4.
2. Afifi TO, Enns MW, Cox BJ, Asmundson GJ, Stein MB, Sareen J (2008). Population attributable fractions of psychiatric disorder and suicide ideation and attempts associated with adverse childhood experiences. Am J Public Health 98:946–952.
3. Aggression in Youth [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.uofmhealth.org/health-library/abp2631>
4. Al-Rodhan, Nayef R.F., Sustainable History and the Dignity of Man: A Philosophy of History and Civilisational Triumph, Berlin, LIT, 2009
5. Andrea L. The Psychology of Criminal and Antisocial Behavior / L. Andrea, L. Robyn., 2017.)

6. Archer, J. (1976). "The organization of aggression and fear in vertebrates". In Bateson, P.P.G.; Klopfer, P.H. (eds.). *Perspectives in Ethology* (Vol.2). New York, NY: Plenum. pp. 231–298.
7. Baldry AC (2003). Bullying in schools and exposure to domestic violence. *Child Abuse Negl* 27:713–732.
8. Borntrager C, Davis JL, Bernstein A, Gorman H (2009). A cross-national perspective on bullying. *Child Youth Care Forum* 38:121–134.
9. Borroni S, Somma A, Andershed H, Maffei C, Fossati A (2014). Psychopathy dimensions, traits. *Pers Individ Dif* 66:200–204
10. Borroni S, Somma A, Andershed H, Maffei C, Fossati A (2014). Psychopathy dimensions, Big Five traits, and dispositional aggression in adolescence: issues of gender consistency. *Pers Individ Dif* 66:199–203.
11. Bushman BJ, Huesmann LR (2006). Short-term and long-term effects of violent media on aggression in children and adults. *Arch Pediatr Adolesc Med* 160:348–352.
12. Bushman BJ, Huesmann LR (2006). Short-term and long-term effects of violent media on aggression in children and adults. *Arch Pediatr Adolesc Med* 160:348–352.
13. Caldwell, 1999) (Caldwell K (1999). Does smoking make people aggressive? Faculty of Neurosciences, University of New Mexico. Area of Science. Mad Sci Network, Webadmin @www.madsci.org
14. Center of Disease and Control (2004): Youth violence facts. [Электронный ресурс]. – 30. – Режим доступа до ресурсу: <http://www.cdc.gov/ncipc/factsheets/yvfacts.htm>.
15. Cheraghi A, Piskin M (2011). A comparison of peer bullying among high school students in Iran and Turkey. *Procedia Soc Behav Sci* 15:2510–2520
16. Coie, J.D. & Dodge, K.A. (1997). Aggression and antisocial behavior. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds). *Handbook of Child Psychology, Vol. 3: Social, emotional and personality development*

17. Cotterell J (2007). *Social networks in youth and adolescence*. 2nd ed. London: Routledge.
18. Coyne SM, Archer J (2005). The relationship between indirect and physical aggression on television and in real life. *Soc Dev* 14:324–338.
19. DeBono, Amber; Muraven, Mark (1 November 2014). "Rejection perceptions: feeling disrespected leads to greater aggression than feeling disliked". *Journal of Experimental Social Psychology*.
20. DiGiuseppe R, Tafrate RC (2004). *Anger disorders scale: manual*. Toronto, ON: Multi Health Systems.
21. DiGiuseppe R, Tafrate RC (2007). *Understanding anger disorders*. New York, NY: Oxford University Press.
22. Dollard, J.; Doob, L.W.; Miller, N.E.; Mowrer, O.H.; Sears, R.R. (1939). *Frustration and Aggression*. New Haven, CT: Yale University Press.
23. Duke NN, Pettingell SL, McMorris BJ, Borowsky IW (2010). Adolescent violence perpetration: associations with multiple types of adverse childhood experiences. *Pediatrics* 125:e778–e786.
24. E.O. Wilson, *On Human Nature* (Harvard, 1978) pp.101–107.
25. Elliot D, Tolan PH (1999). Youth, violence prevention, intervention and social policy: an overview. In: Flannery D, Hoff R editors. *Youth violence: prevention, intervention and social policy*. Washington, DC: American Psychiatric Press Inc. 3–46.
26. Farrell AD, Henry DB, Bettencourt A (2011). Methodological challenges examining subgroup differences: examples from universal school-based youth violence prevention trials. *Prev Sci* 14:121–133.
27. Farrell AD, Reynolds VM (2007). Violent behavior and the science of prevention. In: Flannery D, Vazonsyi A, Waldman I, editors. *Cambridge handbook of violent behavior*. New York, NY: Cambridge University Press. 766–786.
28. Farrell AD, Sullivan T, Pepler DJ, Craig WM (2005). Aggressive girls on troubled trajectories: a developmental perspective. In: Pepler DJ, Madsen KC,

- Webster C, Levene KS editors. The development and treatment of girlhood aggression. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum. 3–28.
29. Farrington DP (1998). Predictors, causes and correlates of male youth violence. In: Tonry M, Moore MH, editors. Youth violence. Vol. 111. Chicago, IL: University of Chicago Press. 421–475.
30. Fekkes M, Pijpers FIM, Verloove-Vanhorick SP (2005): Bullying: who does what, when and where? Involvement of children, teachers and parents in bullying behavior. *Health Educ Res* 20:81–91.
31. Filho MGB, Riberioand LCS, Garcia FG (2005). Comparison of personality characteristics between high-level Brazilian athletes and nonathletes. *Rev Bras Med Esporte* 11:114–118
32. Gentile DA, Mathieson LC, Crick NR (2010). Media violence associations with the form and function of aggression among elementary school children. *Soc Dev* 9:1–18.
33. Gianini RJ, Litvoc J, Neto JE (1999): Physical violence and social class. *Rev Saude Publica* 33:180–186.
34. Henry DB, Farrell AD, Schoeny ME, Tolan BH, Dymnicki AB (2011). Influence of school-level variables on aggression and associated attitudes of middle school students. *J Sch Psychol* 49:481–503.
35. Huesmann LR, Moisc-Titus J, Podolski C, Eron LD (2003). Longitudinal relations between children's exposure to TV violence and their aggressive and violent behaviour in young adulthood: 1977-1992. *Dev Psychol* 39:201–221.
36. Karriker-Jaffe KJ, Foshee VA, Ennett ST, Suchindran C (2008). The development of aggression during adolescence: sex differences in trajectories of physical and social aggression among youth in rural areas. *J Abnorm Child Psychol* 36:1227–1236
37. Kassinove H, Sukhodolsky DG (1995). Anger disorders: basic science and practice issues. In: Kassinove H editor. Anger disorders: definition, diagnosis, and treatment. Washington, DC: Taylor and Francis. 1–26.



38. Keyes KM, Eaton NR, Krueger RF, McLaughlin KA, Wall MM, Grant BF, Hasin DS (2012). Child maltreatment and the structure of common psychiatric disorders. *Br J Psychiatry* 200:107–115.
39. Kinsey, Michael (2019-09-12). "6 Tips to Crush Passive Aggressive Behavior". *Mindsplain*. Retrieved 2020-11-21.
40. Krahé B, Möller I (2011). Links between self-reported media violence exposure and teacher ratings of aggression and prosocial behavior among German adolescents. *J Adolesc* 34:279–287.
41. Kupersmidt JB, Coie JD (1990). Preadolescents peer status, aggression, and school adjustment as predictors of externalizing problems in adolescence. *Child Dev* 61:1350–1362.
42. Larsen H, Overbook G, Vermulst AA, Granic I, Engels RCME (2010). Initiation and continuation of best friends and adolescents' school consumption: do self esteem and self-control functions as moderators? *Int J Behav Dev* 34:406–416.
43. Leakey, R., & Lewin, R. (1978). *People of the lake*. New York: Anchor Press/Doubleday.
44. Lemieux P, McKelvie SJ, Stout D (2004). Self-reported hostile aggression in contact athletes, no contact athletes and non-athletes. *Online J Sport Psychol* 4: 2002 December.
45. López EE, Pérez SM, Ochoa GM, Ruiz DM (2008). Adolescent aggression: effects of gender and family and school environments. *J Adolesc* 31:433–450.
46. Maremmani I., Avella M.T., Novi M., Bacciardi S., Maremmani A.G.I. Aggressive Behavior and Substance Use Disorder: The Heroin Use Disorder as a Case Study. *Addict. Disord. Treat.* 2020;19(3):161-173. doi:10.1097/ADT.0000000000000199
47. Masoudnia I (2007). The effect of aggression on marital sports participation. *J Olympic*. 3:55–66.
48. McCord J (1996). Family as crucible for violence: comment on Gorman-Smith et al. (1996). *J Fam Psychol* 10:147–152.

49. Moss HB, Kirisci L (1995). Aggressivity in adolescents alcohol abusers: relationship with conduct disorder. *Alcohol Clin Exp Res* 19:642–646.
50. Multisite Violence Prevention Project (2008). The Multisite Violence Prevention Project: impact of a universal school-based violence prevention program on social-cognitive outcomes. *Prev Sci* 9:231–244.
51. Nagin DS, Poyarsky G, Farrington DP (1997). Adolescent mothers and the criminal behavior of their children: *Law and Society Review. Neuroscience* 31:137–162.
52. Nolan, P. (2007) Capitalism and freedom: the contradictory character of globalisation From page 2. Anthem Studies in Development and Globalization, Anthem Press
53. Paus, T. 'Mapping Brain Development' in *Developmental Origins of Aggression*, 2005, The Guilford Press.
54. Petterson RD, Bailey WC (1989). Murder and capital punishment in the evolving context of post-furman era. *Soc Forces* 66:774–807.
55. Pope AW, Bierman KL (1999). Predicting adolescents peer problems and antisocial activities: the relative roles of aggression and dysregulation. *Dev Psychol* 35:335–346.
56. Potirniche N, Enache RG (2014). Local perception of aggression by high school students. *Procedia Soc Behav Sci* 127:464–468.
57. Potirniche N, Enache RG (2014). Social perception of aggression by high school students. *Procedia Soc Behav Sci* 127:464–468.
58. Rahimizadeh M, Arabnarmi B, Mizany M, Shahbazi M, Kaviri bidgoli Z (2011). Determining the difference of aggression in male and female, athlete and non-athlete students. *Procedia Soc Behav Sci* 30:2264–2267.
59. Ramírez, J.M.; Andreu, J.M. (2006). "Aggression, and some related psychological constructs (anger, hostility, and impulsivity) Some comments from a research project". *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 30 (3): 276–91.

60. Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology / Lefler, Hartung., 2017.)
61. Salmon C (2003). Birth order and relationships: family, friends, and sexual partners. *Hum Nat* 14:73–88.)
62. Sherer PP, Sherer M (2011). Violence among high school students: cultural perspectives. *Int J Intercult Rel* 35:865–889
63. Sherer PP, Sherer M (2011). Violence among middle school: cultural perspectives. *Int J Intercult Rel* 35:867–880.
64. Sugaya L, Hasin DS, Olfson M, Lin K, Grant BF, Blanco C (2012). Child physical abuse and adult mental health: a national study. *J Trauma Stress* 25:384–392.
65. Tang J, Ma Y, Guo Y, Ahmed NI, Yu Y, Wang J. (2013). Association of Aggression and non-suicidal self injury: a school-based sample of adolescents. *PLoS One* 8:e78149
66. United Nations Children’s Fund (UNICEF) (2011). *The state of the world’s children 2011: adolescence an age of opportunity*. New York, NY: UNICEF
67. Veenema, Alexa H.; Neumann, Inga D. (2007). "Neurobiological Mechanisms of Aggression and Stress Coping: A Comparative Study in Mouse and Rat Selection Lines". *Brain, Behavior and Evolution*. 70 (4): 274–85.
68. What Does It Mean to Gaslight Someone? [Электронный ресурс] – Режим доступа до ресурсу: <https://www.wellandgood.com/misuse-gaslighting>
69. World Health Organization (2002). *World report on violence and health. Summary*. ISBN 9241545623/NLM classification HV6625. Geneva: World Health Organization
70. Youssef RM, Attia MS, Kamel ML (1999). Violence schoolchildren in Alexandria. *East Mediterr Health J* 5:282–298.
71. Ганс Селье. *Stress Without Distress* / Ганс Селье, 1974.

- 72.Опитувальник Басса-Даркі – виявлення форм агресивних і ворожих реакцій. Світ психології. 2020. Режим доступу до ресурсу: <http://www.psy-world.info/oprosnik-bassa-darki>.
- 73.Протидія кібербулінгу [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.cybersmile.org/advice-help>.)
- 74.Психология человеческой агрессивности: Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. Мн.: Харвест, 1999. – 656 с.
- 75.Розвивальні та корекційні заняття психолога. Упоряд. Т.Гончаренко. К.: Ред.загальнопед. газ., 2016. 120 с.
- 76.Румянцева Т.Г. Понятие агрессивности в современной зарубежной психологии // Вопросы психологии. – 2008. – № 1. – С. 81-87.
- 77.Синявський В.В. Психологічний словник. 2017. Режим доступу до ресурсу: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O\\_Serhieienkova\\_IL](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O_Serhieienkova_IL).
- 78.Статистика кібербулінгу [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.cybersmile.org/advice-help/category/social-networks>.)
- 79.Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. – М.: АСТ, 2009. – 637 с.
- 80.Фурманов І.О. Агресія і насильство: діагностика, профілактика та корекція. 2017. Режим доступу до ресурсу: <https://scholar.google.com/citations?user=akacvHcAAAAJ&hl=ru>.

## ДОДАТКИ

*Додаток А*

### **ВИЗНАЧЕННЯ ІНТЕГРАЛЬНИХ ФОРМ КОМУНІКАТИВНОЇ АГРЕСИВНОСТІ (В.В.Бойко)**

Призначення. Відмінністю даної методики є не тільки доступність, але й широта й інтегральність діагностичного діапазону. Вона дозволяє визначити не тільки тонкі форми прояву агресивності, але і потребу в ній, і ступінь агресивного зараження, і здатність до гальмування, і способи переключення агресивності. Інструкція. У бланку для відповідей поруч з номером судження поставте свої відповіді – “так” або “ні”.

Питання:

1. Часом я зненацька “вибухаю” злістю, гнівом.
2. Якщо я бачу, що моє роздратування або злість передається іншим, то звичайно відразу беру себе в руки.

3. Щоб позбутися від злості, що накопичилася я вигадав собі особливий ритуал: періодично б'ю подушку, боксую в стінку, бігаю навколо будинку і т.п.
4. На роботі звичайно стримуюся, а вдома буваю невитриманим.
5. Іноді я розумію, що викликаю в когось злість, роздратування, але мені важко змінити свою поведінку чи я не хочу цього робити.
6. Якщо мені говорять грубощі, я, як правило, стримуюся від різких слів.
7. Іноді я чесно зізнаюся собі: я погана людина.
8. Варто мені розлютиться, як я домагаюся свого від оточуючих.
9. Нерідко я виявляюся втягнутим в якесь протиборче угруповання.
10. Час від часу мене немовби тягне посваритися з ким-небудь.
11. Я часто розплачуюся за свою різкість чи брутальність.
12. Часто будь-яка дрібниця виводить мене із себе.
13. Розлютившись, я можу вдарити кого-небудь (дитину, партнера і т.п.).
14. Відчуваючи напад гніву, я можу випустити пар на неживих предметах (б'ю кулаком по столу, що-небудь ламаю, б'ю посуд).
15. Я дозволяю собі злість чи гнів там, де мене ніхто не знає.
16. Я думаю, що мій характер – не подарунок.
17. Якщо хто-небудь з колег погано відгукнеться про мене, я викажу йому усе, що думаю про нього.
18. Бувають хвилини, коли я ненавиджу чи зневажаю себе.
19. Щоб змусити себе зробити щось важке чи складне, мені іноді треба себе гарненько розлютити.
20. Бувало так, що я виявлявся членом негарної компанії (угруповання).
21. Зазвичай, коли я посварюся з ким-небудь, мені стає легше.
22. Деякі люди ображені на мене за мою різкість чи злість.
23. Коли я дуже втомлююся, то легко можу розлютитися, вийти із себе.
24. Моя злість звичайно швидко проходить, якщо той, хто її викликав, перепрошує або визнає свою неправоту.

25. Мені вдається угамувати роздратування та інші напружені стани в активному відпочинку – у спорті, туризмі, культурних заходах.
26. Буває, що я з'ясовую стосунки з продавцем чи клерком на підвищених тонах.
27. У мене гострий язик – палець в рот не клади.
28. Я зазвичай легко “заводжуся”, коли натрапляю на брутальність, агресивність або злість оточуючих.
29. В багатьох випадках те погане, що трапилося зі мною в житті, я напевно заслужив.
30. Злість найчастіше допомагає мені в житті.
31. Я часто лаюся в чергах. 32. Іноді мені говорять, що я злюся, але я цього не помічаю.
33. Відчування злості чи гніву явно шкодить моєму здоров'ю.
34. Іноді я починаю злитися ні з того ні з сього.
35. Якщо я розлючуся, то найчастіше мені це проходить майже миттєво.
36. Щоб заспокоїти нервову систему, я часто спеціально починаю займатися якоюсь справою (читання, телевізор, господарські турботи, професійна робота).
37. У транспорті чи в магазині я буваю більш агресивний, ніж на роботі.
38. Я людина різка або дуже категорична.
39. Якщо хто-небудь злісно пожартує зі мною, я швидше за все поставлю його на місце.
40. Я часто злюся на себе через який-небудь привід.
41. При спілкуванні вдома я часто спеціально надаю своєму обличчю суворого виразу.
42. Якби знадобилося піти на барикади, я б пішов.
43. Звичайно моя злість дає мені імпульс активності.
44. Буває, я декілька днів переживаю наслідки того, що не зміг стриматися від злості.
45. Бувають моменти, коли мені здається, що я всіх ненавиджу.

46. Коли я відчуваю напад злості чи агресії, то часто йду кудинебудь, щоб нікого не бачити і не чути.

47. Я часто заспокоююся тоді, коли зриваю зло на речах кривдника.

48. Іноді в транспортній штовханині чи в черзі я буваю настільки агресивним, що потім незручно себе почуваю.

49. Мене часто неможливо вмовити, я часто буваю впертим, неслухняним.

50. Я легко знаходжу спільну мову з людьми, які провокують грубощі чи злість.

51. Якщо Бог колись покарає мене за мої гріхи, то це буде справедливо.

52. Щоб вплинути на оточуючих, я часто лише зображую гнів чи злість, проте сильно не переживаю, не відчуваю цих почуттів.

53. Я взяв би участь в стихійному мітингу протесту, щоб відстоювати разом з усіма свої нагальні інтереси.

54. Після вибуху роздратування, злоби я зазвичай добре себе почуваю деякий час.

55. Моя роздратованість негативно позначається на відносинах з близькими чи друзями.

Обробка даних дозволяє визначити “індекс агресії”, врахувавши 11 параметрів, кожний з яких оцінюється окремо в інтервалі від нуля до 5 балів. За кожен відповідь, що відповідає ключу, нараховується один бал; чим вища оцінка, тим більше виявляє себе показник агресивності, що вимірюється.

Спонтанність агресії: +1, +12, +34, +45

Нездатність гальмувати агресію: -2, +13, -24, -35, -46

Невміння переносити агресію на діяльність чи неживі об'єкти: -3, -14, -25, -36, -47

Анонімна агресія: +4, +15, +26, +37, +48

Провокація агресії у оточуючих: +5, +16, +27, +38, +49

Схильність до відбитої агресії: -6, +17, +28, +39, -50

Аутоагресія: +7, +18, +29, +40, +51



Ритуалізація агресії: +8, +19, +30, +41, +52

Схильність заражатися агресією натовпу: +9, +20, +31, +42, +53

Задоволення від агресії: +10, +21, +32, +43, +54

Розплата за агресію: +11, +22, +33, +44, +55

#### Інтерпретація даних

Відсутність або дуже низький рівень агресії (від 0 до 8 балів) зазвичай свідчить про нещирість відповідей респондента, про його прагнення відповідати соціальній нормі. Такі показники зустрічаються у людей із пониженою самокритичністю й завищеними претензіями. Невисокий рівень агресії (9-20 балів) відмічається у більшості опитуваних. Він зазвичай буває обумовлений спонтанною агресією і пов'язаний з невмінням переносити агресію на діяльність і неживі об'єкти (в цьому, можливо, не має потреби). Середній рівень агресії (21-30 балів) зазвичай виражається в спонтанності, деякій анонімності й слабкій здатності до гальмування. Підвищений рівень агресії (від 31 до 40 балів). До атрибутів, що характерні для її середнього рівня, як правило, додаються показники розплати, провокації. Дуже високий рівень агресії (41 і більше балів) пов'язаний з отриманням насолоди від агресії, перехопленням агресії натовпу, провокуванням агресії у оточуючих.

*Додаток Б*

### **МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ АГРЕСИВНОСТІ**

**А. БАССА І А. ДАРКІ**

Інструкція: поставте «+» біля тих положень, з якими ви згодні, «-» – біля тих, з якими ви не згодні.

#### **ПИТАННЯ**

1. Часом я не можу впоратися з бажанням заподіяти шкоду іншому.
2. Іноді я пліткую про людей, яких не люблю.
3. Я легко дратуюся, але швидко заспокоююсь.
4. Якщо мене не попросять по-хорошому, я не виконую прохання.
5. Я не завжди отримую те, що мені належить.
6. Я знаю, що люди говорять про мене за моєю спиною.

7. Якщо я не схвалюю друзів, я даю їм це відчуття.
8. Якщо мені траплялося обдурити кого-небудь, я відчував болісне каяття совісті.
9. Мені здається, що я не здатний вдарити людину.
10. Я ніколи не дратуюся настільки, щоб кидатися предметами.
11. Я завжди потураю чужим недолікам.
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, мені хочеться порушити його.
13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами.
14. Я тримаюся насторожено з людьми, які ставляться до мене більш дружньо, ніж я очікував.
15. Я часто буваю не згоден з людьми.
16. Іноді мені на розум приходять думки, яких я соромлюся.
17. Якщо хто-небудь першим вдарить мене, я не відповім.
18. Коли я дратуюся, я гримаю дверима.
19. Я набагато більш дратівливий, ніж здається.
20. Якщо хто-небудь корчить з себе начальника, я завжди роблю йому наперекір.
21. Мене трохи засмучує моя доля.
22. Я думаю, що багато людей не люблять мене.
23. Я не можу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.
24. Люди, що ухиляються від роботи, повинні відчувати почуття провини.
25. Той, хто ображає мене або мою сім'ю, напрошується на бійку.
26. Я не здатний на грубі жарти.
27. Мене охоплює лють, коли з мене насміхаються.
28. Коли люди корчать з себе начальників, я роблю все, щоб вони не зазнавалися.
29. Майже кожного тижня я бачу кого-небудь, хто мені не подобається.
30. Досить багато людей заздять мені.
31. Я вимагаю, щоб люди поважали мої права.
32. Мене пригнічує, що я мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, які постійно виводять вас, заслуговують, щоб їх клацнули по носі.
34. Від злості я іноді буваю похмурим.
35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я того заслуговую, я не засмучуюсь.
36. Якщо хтось виводить мене з себе, я не звертаю уваги.
37. Хоча я не показую цього, іноді мене гризе заздрість.
38. Іноді мені здається, що наді мною сміються.
39. Навіть якщо я злюся, я не вдаюся до «сильних виразів».

40. Мені хочеться, щоб мої погрішності були пробачені.
41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хтось вдарить мене.
42. Коли виходить не по-моєму, я іноді ображаюся.
43. Іноді люди дратують мене своєю присутністю.
44. Немає людей, яких би я по-справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: «Ніколи не довіряй чужинцям».
46. Якщо хтось дратує мене, я готовий сказати все, що про нього думаю.
47. Я роблю багато такого, про що згодом шкодую.
48. Якщо я розлючуся, я можу вдарити кого-небудь.
49. З 5 років я ніколи не виявляв спалахів гніву.
50. Я часто відчуваю себе, як порохова бочка, яка готова вибухнути.
51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко ладнати.
52. Я завжди думаю про те, які таємні причини змушують людей робити щонебудь приємне для мене.
53. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь.
54. Невдачі засмучують мене.
55. Я б'юся не рідше і не частіше, ніж інші.
56. Я не можу згадати випадки, коли я був настільки злий, що хапав ліпшу під руку річ і ламав її.
57. Іноді я відчуваю, що готовий першим почати бійку.
58. Іноді я відчуваю, що життя зі мною несправедливе.
59. Раніше я думав, що більшість людей говорить правду, але тепер я в це не вірю.
60. Я лаюся тільки зі злості.
61. Коли я вчиняю неправильно, мене мучить совість.
62. Якщо для захисту своїх прав мені треба застосовувати фізичну силу, я застосовую її.
63. Іноді я висловлюю свій гнів в тому, що стукаю по столу кулаком.
64. Я буваю грубуватий по відношенню до людей, які мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, які хотіли б мені нашкодити.
66. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо вона того заслуговує.
67. Я часто думаю, що живу неправильно.
68. Я знаю людей, які здатні довести мене до бійки.
69. Я не засмучуюсь через дрібниці.
70. Мені рідко приходить в голову, що люди намагаються розлютити або образити мене.

71. Я часто просто погрожую людям, хоча і не збираюся приводити погрози у виконання.

72. Останнім часом я став занудою.

73. У суперечці я часто підвищую голос.

74. Я намагаюся приховувати погане ставлення до людей.

75. Я краще погоджуся з чим-небудь, ніж стану сперечатися.

#### Обробка результатів тесту

Шкала	Прямі твердження	Зворотні твердження	Коефіцієнт
Фізична агресія	1, 25, 33, 48, 55, 62, 68	9, 17, 41	10
Непряма агресія	2, 18, 34, 42, 56, 63	10, 26, 49	11
Роздратування	3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72	11, 35, 69	9
Негативізм	4, 12, 20, 23, 36		20
Образа	5, 13, 21, 29, 37, 51, 58	44	12
Підозрілість	6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59	65, 70	10
Вербальна агресія	7, 15, 28, 31, 46, 53, 60, 71, 73	39, 66, 74, 75	7
Почуття провини	8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67		11

Сума балів, помножена на спеціальний коефіцієнт дозволяє отримати зручні для зіставлення за різними шкалами показники [ ].

*Додаток В*

#### ТЕСТ-ОПИТУВАЛЬНИК АГРЕСИВНОСТІ ( Л.Г.Почебут )

**Інструкція.** Вам необхідно однозначно («так» чи «ні») оцінити 40 наведених нижче тверджень.

1. Під час суперечки я часто підвищую голос.
2. Якщо мене хтось дратує, я можу сказати йому все, що я про нього думаю.
3. Якщо мені необхідно буде вдатися до фізичної сили для захисту своїх прав, я, не роздумуючи, зроблю це.
4. Коли я зустрічаю неприємну мені людину, я можу дозволити собі непомітно вщипнути або штовхнути її.

5. Захопившись суперечкою з іншою людиною, я можу стукнути кулаком по столу, щоб привернути до себе увагу або довести свою правоту.
6. Я постійно відчуваю, що інші не поважають мої права.
7. Згадуючи минуле, часом мені буває прикро за себе.
8. Хоча я і не подаю виду, іноді мене гризе заздрість.
9. Якщо я не схвалюю поведінку своїх знайомих, то я прямо кажу їм про це.
10. У сильному гніві я вживаю міцні вирази, лихословлю.
11. Якщо хтось підніме на мене руку, я намагатимусь вдарити його першим.
12. Я буваю настільки розлючений, що шпурляю різні предмети.
13. У мене часто виникає потреба переставити в квартирі меблі або повністю змінити їх.
14. У спілкуванні з людьми я часто відчуваю себе «пороховою бочкою», яка постійно готова вибухнути.
15. Часом у мене з'являється бажання зло пожартувати над іншою людиною.
16. Коли я сердитий, то зазвичай похмурий.
17. У розмові з людиною я намагаюся її уважно вислухати, не перебиваючи.
18. У молодості у мене часто «свербіли кулаки», і я завжди був готовий пустити їх у хід.
19. Якщо я знаю, що людина навмисно мене штовхнула, то справа може дійти до бійки.
20. Творчий безлад на моєму робочому столі дозволяє мені ефективно працювати.
21. Я пам'ятаю, що бував настільки сердитим, що хапав усе, що потрапляло під руку, і ламав.
22. Іноді люди дратують мене тільки однією своєю присутністю.
23. Я часто дивуюся, які приховані причини змушують іншу людину робити мені що-небудь хороше.
24. Якщо мене образять, у мене зникає бажання розмовляти з ким би то не було.
25. Іноді я умисно кажу гидоти про людину, яку не люблю.

26. Коли я розлючений, я викрикую найбрутальнішу лайку.
27. У дитинстві я уникав битися.
28. Я знаю, з якої причини і коли можна кого-небудь вдарити.
29. Коли я розлючений, то можу грюкнути дверима.
30. Мені здається, що оточуючі люди мене не люблять.
31. Я постійно ділюся з іншими людьми своїми почуттями і переживаннями.
32. Дуже часто своїми словами і діями я сам собі завдаю шкоди.
33. Коли люди кричать на мене, я відповідаю тим самим.
34. Якщо хтось вдарить мене першим, я у відповідь вдарю його.
35. Мене дратує, коли предмети лежать не на своєму місці.
36. Якщо мені не вдається полагодити предмет, що зламався або порвався, то я в гніві ламаю або рву його остаточно.
37. Інші люди мені завжди здаються більш процвітаючими.
38. Коли я думаю про дуже неприємну мені людину, я можу дійти збудження від бажання заподіяти їй зла.
39. Іноді мені здається, що доля зіграла зі мною злий жарт.
40. Якщо хто-небудь поводить себе зі мною не так, як слід, я дуже засмучуюсь з цього приводу

<b>Вербальна</b>	1, 2, 9, 10, 25, 26, 33	17
<b>Фізична</b>	3, 4, 11, 18, 19, 28, 34	27
<b>Предметна</b>	5, 12, 13, 21, 29, 35, 36	20
<b>Емоційна</b>	6, 14, 15, 22, 30, 37, 38	23
<b>Самоагресія</b>	7, 8, 16, 24, 32, 39, 40	31

**Математична обробка:** спочатку сумуються бали по кожній з п'яти шкал. Якщо сума балів вище 5, це означає високий ступінь агресивності й низький ступінь адаптивності по шкалі. Сума балів від 3 до 4 – середній

ступінь. Сума балів 0–2 означає низький ступінь агресивності й високий ступінь адаптивності. Потім сумуються бали по всіх шкалах: 25 балів і більше – високий ступінь агресивності людини. Від 11 до 24 балів – середній ступінь. Сума балів від 0 до 10 – низький ступінь агресивності.

*Додаток Г*

### **ОПИТУВАЛЬНИК Томаса-Кілмена**

В опитувальнику наведено 5 можливих варіантів поведінки в конфліктній ситуації, які згруповані у 30 пар. З кожної пари оберіть те судження, яке Ви вважаєте найхарактернішим для своєї поведінки.

1. а) Іноді я надаю можливість іншим узяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання.  
б) Перш ніж обговорювати те, у чому ми не дійшли згоди, я намагаюся звернути увагу на те, із чим ми обидва погоджуємося.
- 2.а) Я намагаюся знайти компромісне рішення.  
б) Я намагаюся владнати справу з урахуванням інтересів іншого і власних.
- 3.а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.  
б) Я намагаюся заспокоїти іншого і здебільшого зберегти наші стосунки.
- 4.а) Я намагаюся знайти компромісне рішення.  
б) Іноді я жертвую власними інтересами заради інтересів іншої людини.
- 5.а) Налагоджуючи спірну ситуацію, я повсякчас намагаюся знайти підтримку в іншого.  
б) Я намагаюся зробити все, щоб уникнути напруження.
- 6.а) Я намагаюся уникнути прикроців.  
б) Я намагаюся досягти свого.

- 7.a) Я намагаюся відкласти розв'язання спірного питання, щоб згодом зробити це остаточно.
- б) Я вважаю за можливе поступитися одним, щоб досягти іншого.
- 8.a) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.
- б) Я насамперед намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й питання.
- 9.a) Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.
- б) Я докладаю всіх зусиль, щоб досягти свого.
- 10.a) Я наполегливо прагну досягти свого.
- б) Я намагаюся знайти компромісне рішення.
- 11.a) Насамперед я намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й питання.
- б) Я намагаюся заспокоїти іншого й здебільшого зберегти наші стосунки.
- 12.a) Я завжди уникаю позиції, що може викликати суперечки.
- б) Я даю можливість іншому мати свою думку, якщо він також іде мені назустріч.
- 13.a) Я пропоную серединну позицію.
- б) Я наполягаю, щоб усе було зроблено по-моєму.
- 14.a) Я повідомляю іншому свою думку й запитую про його погляди.
- б) Я намагаюся довести іншому логіку й переваги моїх поглядів.
- 15.a) Я намагаюся заспокоїти іншого й здебільшого зберегти наші стосунки.
- б) Я намагаюся зробити все необхідне, щоб уникнути напруженості.
- 16.a) Я намагаюся не зачепити почуттів іншого.
- б) Я намагаюся переконати іншого в перевазі моєї позиції.
- 17.a) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.
- б) Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості.
- 18.a) Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.



б) Я даю можливість іншому мати свою думку, якщо він також іде мені назустріч.

**19.а)** Передусім я намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й спірні питання.

б) Я намагаюся відкласти рішення спірного питання, щоб згодом розв'язати його остаточно.

**20.а)** Я намагаюся негайно подолати наші розбіжності.

б) Я намагаюся знайти найкраще поєднання вигод і втрат для нас обох.

**21.а)** Під час переговорів я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

б) Я завжди схильюся до прямого обговорення проблеми.

**22.а)** Я намагаюся знайти серединну позицію між моєю думкою та думкою іншої людини.

б) Я відстоюю свої бажання.

**23.а)** Як правило, я турбуюся про те, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

б) Іноді я надаю можливість іншим узяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання.

**24.а)** Якщо позиція іншого видається мені важливою, я намагатимуся йти назустріч його бажанням.

б) Я намагаюся переконати іншого дійти компромісу.

**25.а)** Я намагаюся довести іншому логіку й переваги моїх поглядів.

б) Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

**26.а)** Я пропоную серединну позицію.

б) Я майже завжди стурбований тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

**27.а)** Зазвичай я уникаю позиції, що може викликати суперечки.

б) Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.

**28.а)** Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.

б) Налагоджуючи ситуацію, я намагаюся знайти підтримку в іншого.

**29.а)** Я пропоную серединну позицію.

б) Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

**30.а) Я намагаюся не зачіпати почуттів іншого.**

б) Я завжди дотримуюся такої позиції в спірному питанні, щоб досягти успіху.

### **Опрацювання результатів**

Кількість балів, яку Ви набрали за кожною шкалою, визначає тенденції дотримання відповідної поведінки в конфліктних ситуаціях. Бали підраховуються за наведеним далі ключем.

Ключ до відповідей

### **Інтерпретація результатів**

- Стиль поведінки, що має найбільше кількісне значення, вважається домінуючим. Можливі випадки, коли людина у конфліктних ситуаціях використовує різні стилі поведінки, що є найкориснішими.
- Стиль суперництва (конкуренції). Прагнення досягти задоволення власних інтересів, незважаючи на інтереси інших. Активність дій та вольових зусиль. Орієнтація на власні ідеали та здібності. Авторитарність, яка спрацьовує в ситуаціях, коли потрібно швидко ухвалити рішення; якщо людина, яка приймає рішення,— досвідчений керівник; якщо ситуація є критичною або інші люди розгубилися, комусь потрібно зрештою прийняти рішення.
- Стиль співпраці. Активна участь у розв'язанні конфлікту з відстоюванням як своїх інтересів, так і інтересів партнерів. Спільне обговорення проблем та потреб сторін спрацьовує в ситуаціях, де рішення є важливим для обох сторін; якщо стосунки з партнерами довготривалі й корисні; якщо є час і можливість попрацювати над подальшим розв'язанням складної ситуації; якщо бажання обох сторін збігаються; якщо між партнерами є статусна рівновага.
- Стиль компромісу. Здатність поступитися своїми інтересами з обох сторін, що беруть участь у конфлікті. Прагнення прийняти рішення, що задовольняє обидві сторони, спрацьовує в ситуаціях, якщо ці сторони мають однакову владу, але протилежні інтереси; якщо необхідно виграти час і Вас задовольняє

часткове рішення; якщо рішення потрібно прийняти швидко, тому що це найбільш економний і ефективний шлях; інші підходи до розв'язання проблеми видаються неефективними; є бажання зберегти стосунки з протилежною стороною.

- **Стиль уникнення.** Відсутність прагнення до кооперації. Пасивність у відстоюванні своїх прав через неважливість для Вас розв'язання проблеми або у безвиході. Перенесення відповідальності за розв'язання проблеми на інших спрацьовує в ситуаціях, коли напруженість конфлікту досить висока і необхідно її послабити; якщо рішення настільки незначні, що не слід витрачати сили на їхню зміну; якщо потрібно виграти час на збирання доказів і підтримку іншого рішення; якщо виникає відчуття, що інші мають більше шансів на розв'язання проблеми.
- **Стиль пристосування.** Здатність діяти спільно з партнером заради його інтересів. Прагнення до гармонії у стосунках, комфортності обох сторін спрацьовує в ситуаціях, коли необхідно зберегти мирні стосунки з партнерами; якщо наслідок конфлікту важливіший для партнерів, ніж для Вас; якщо у Вас замало влади або шансів на перемогу; якщо важливішими є інтереси партнера, а не власні; якщо Ви вважаєте, що для партнера таке рішення буде певним уроком, навіть якщо воно неправильне.