

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра Практичної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

бакалавра

на тему

«Особливості прояву конфліктності та
агресивності у особистості»
(тема кваліфікаційної роботи)

Виконав: студент _4_ курсу, групи ЗМП-ПС21
спеціальності : 053 Психологія
(код і найменування спеціальності)

_____/ Євгенія БРЕДЕ
(підпис) (ім'я та прізвище)

Керівник _____/ Ангеліна ШКУРКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Рецензент _____/ Юлія БІЛОЦЕРКІВСЬКА
(підпис) (ім'я та прізвище)

«До захисту допущено»

В.о. завідувачка кафедри _____/ Наталія КУЧЕРЕНКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Секретар ЕК _____/ Маргарита МИХАЛЕНКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Харків – 2025 рік

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»

Кафедра практичної психології

Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма Практична психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. завідувача кафедри

_____ Н.С.КУЧЕРЕНКО
(підпис)

«___» _____ 2025р.

**З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ**

_____ Бредє Євгенія Ігорівна _____

(прізвище, ім'я, по батькові студента)

1. Тема «Особливості прояву конфліктності та агресивності у особистості»

керівник роботи Шкурко А.В.,ст.викл.

затверджені наказом по університету від 10.04.2025 №4801-5/923

2. Строк подання студентом роботи 28.05.2025

3. Перелік питань, які потрібно розробити:

1) Провести теоретичний аналіз.

2) Провести емпіричний аналіз.

3) Провести кореляційний аналіз.

4) Сформулювати психокорекційну програму та надати рекомендації.

4. План роботи

№ з/п	Назви етапів роботи
1	Робота з літературними джерелами, складання бібліографії з теми, написання теоретичної частини роботи.
2	Підбір психодіагностичних методик та проведення дослідження.
3	Математико-статистична обробка даних дослідження. Опис експериментальних даних дослідження.
4	Оформлення висновків та рекомендацій.
5	Підготовка та подання дипломної роботи до захисту (здача дипломної роботи керівникові на перевірку; виправлення зроблених зауважень; здача остаточного варіанта дипломної роботи; отримання відгуку та рецензії; підготовка виступу).

5.Дата видачі завдання 11.04.2025

Студент

(підпис)

_____Є.І.Бреде_____

(ініціали, прізвище)

Керівник роботи

(підпис)

_____А.В.Шкурко_____

(ініціали, прізвище)

РЕФЕРАТ

Випускна дипломна робота містить: 53 сторінок, 4 таблиць, 20 використаних літературних джерел.

Об'єкт дослідження – конфліктність та агресивність як психологічні характеристики особистості.

Предмет дослідження – особливості прояву конфліктності та агресивності у представників молоді (наприклад, студентської або підліткової вибірки).

Метою роботи є виявлення та аналіз особливостей прояву конфліктності та агресивності у особистості, а також визначення взаємозв'язку між цими якостями.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові підходи до визначення понять конфліктності та агресивності.
2. Дослідити фактори, що впливають на їхній розвиток та прояв.
3. Провести емпіричне дослідження рівня конфліктності та агресивності серед вибраної вибірки.
4. Встановити кореляційний зв'язок між рівнями конфліктності та агресивності.
5. Запропонувати психокорекційні заходи для зниження їх прояву.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання результатів для профілактики агресивної та конфліктної поведінки у молодіжному середовищі, а також для розробки програм психологічного супроводу.

Ключові слова: конфліктність, агресивність, вирішення конфліктів.

ABSTRACT

The final thesis contains: 53 pages, 4 tables, 20 references.

The object of the study is conflict and aggression as psychological characteristics of a personality.

The subject of the study is the peculiarities of conflict and aggression in young people (for example, students or adolescents).

The purpose of the study is to identify and analyze the peculiarities of conflict and aggression in a personality, as well as to determine the relationship between these qualities.

Research objectives:

1. To analyze scientific approaches to the definition of the concepts of conflict and aggression.
2. To study the factors that influence their development and manifestation.
3. To conduct an empirical study of the level of conflict and aggression among the selected sample.
4. To establish a correlation between the levels of conflict and aggression.
5. To propose psychocorrectional measures to reduce their manifestation.

The practical significance of the work is the possibility of using the results for the prevention of aggressive and conflict behavior in the youth environment, as well as for the development of psychological support programs.

Keywords: conflict, aggression, conflict resolution.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ	
КОНФЛІКТНОСТІ ТА АГРЕСИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	9
1.1. Поняття конфліктності: підходи та класифікації.....	9
1.2. Агресивність як психологічна характеристика особистості.....	13
1.3. Причини та фактори, що впливають на прояв конфліктної та агресивної поведінки.....	18
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1	26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФЛІКТНОСТІ ТА	
АГРЕСИВНОСТІ У ОСОБИСТОСТІ.....	28
2.1. Організація та методи дослідження.....	28
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	31
2.3. Психокорекційні підходи до зниження рівня конфліктності та агресивності.....	41
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2	47
ВИСНОВКИ.....	49
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	52

ВСТУП

У сучасному суспільстві, яке характеризується швидкими темпами змін, інформаційним перенасиченням та соціальною напругою, спостерігається зростання кількості міжособистісних конфліктів, проявів агресії та девіантної поведінки. Особливо актуально це питання постає у молодіжному середовищі, де формуються базові засади соціальної взаємодії, моральні орієнтири та стиль поведінки.

Конфліктність та агресивність — це одні з ключових психологічних характеристик особистості, які суттєво впливають на її здатність до адаптації, емоційного самоконтролю, взаємодії з оточенням. Вони можуть бути як ситуативними реакціями на зовнішні подразники, так і стійкими особистісними рисами. Нерозуміння власних агресивних імпульсів чи схильності до конфліктної поведінки часто призводить до емоційного вигорання, деструктивних соціальних зв'язків, професійної неуспішності та навіть кримінальних проявів.

Науковий інтерес до проблеми конфліктності й агресивності зумовлений необхідністю пошуку ефективних психодіагностичних інструментів, розробки методів раннього виявлення таких проявів та побудови програм психокорекції, спрямованих на гармонізацію особистості. Вивчення цих явищ дозволяє глибше розуміти механізми психологічного захисту, емоційної регуляції, соціальної поведінки.

Таким чином, дослідження конфліктності та агресивності у контексті психологічних особливостей особистості є не лише теоретично важливим, але й має високу практичну значущість для педагогів, психологів, соціальних працівників та інших фахівців, що працюють з людьми.

Об'єкт дослідження — конфліктність та агресивність як психологічні характеристики особистості.

Предмет дослідження — особливості прояву конфліктності та агресивності у представників молоді (наприклад, студентської або підліткової вибірки).

Метою роботи є виявлення та аналіз особливостей прояву конфліктності та агресивності у особистості, а також визначення взаємозв'язку між цими якостями.

Для досягнення поставленої мети у дослідженні використовувалися такі методи:

1. Методика «Діагностика рівня конфліктності особистості» (О.В. Андреева) – дозволяє оцінити ступінь схильності людини до конфліктних ситуацій, виявити стійкі риси поведінки, що сприяють або, навпаки, запобігають конфліктам.
2. Опитувальник Басса-Даркі для вимірювання рівня агресивності – класичний психодіагностичний інструмент, який дозволяє диференційовано оцінити рівні фізичної, вербальної, непрямой агресії, а також рівень ворожості.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові підходи до визначення понять конфліктності та агресивності.
2. Дослідити фактори, що впливають на їхній розвиток та прояв.
3. Провести емпіричне дослідження рівня конфліктності та агресивності серед вибраної вибірки.
4. Встановити кореляційний зв'язок між рівнями конфліктності та агресивності.
5. Запропонувати психокорекційні заходи для зниження їх прояву.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання результатів для профілактики агресивної та конфліктної поведінки у молодіжному середовищі, а також для розробки програм психологічного супроводу.

База дослідження: ДНЗ «Регіональний центр професійної освіти будівельних технологій» Харківської області

Характеристика вибірки: 30 осіб.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФЛІКТНОСТІ ТА АГРЕСИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Поняття конфліктності: підходи та класифікації

Конфліктність — одна з основних характеристик особистості, що відображає її схильність до виникнення та участі у конфліктних ситуаціях. У психології цей термін розглядається як стійка індивідуальна риса, яка виявляється у готовності особи вступати в суперечності, відстоювати власні позиції навіть за рахунок гармонії міжособистісних стосунків.

Психологічні підходи до визначення конфліктності:

1. Психоаналітичний підхід

У рамках психоаналітичної теорії, заснованої З. Фрейдом, конфліктність трактується як внутрішній конфлікт між трьома основними структурами психіки: Ід (первинні бажання), Его (усвідомлене «Я») та Супер-Его (моральні норми). Конфлікти виникають через суперечності між цими інстанціями, коли, наприклад, несвідомі бажання Ід стикаються з моральними заборонами Супер-Его.

Такі внутрішні суперечності можуть неусвідомлено впливати на поведінку людини, провокуючи зовнішню конфліктність — агресивність, роздратування, емоційну нестабільність у взаємодії з оточенням. У цьому підході конфліктна поведінка є проявом глибших внутрішніх проблем, які не завжди усвідомлюються особистістю.

К. Г. Юнг розглядав конфлікти як необхідний етап індивідуації — процесу особистісного розвитку через зіткнення з «тіньовими» аспектами своєї психіки.

2. Біхевіористичний підхід

Біхевіористи, такі як Дж. Вотсон і Б. Скіннер, розглядали конфліктність виключно як зовнішню поведінкову реакцію, що формується під впливом зовнішнього середовища. Конфліктна поведінка, з цієї точки зору, виникає

внаслідок фрустрації — ситуації, коли індивід не може досягти бажаного результату.

Біхевіористичний підхід також підкреслює роль підкріплення: якщо конфліктна поведінка одного разу була підкріплена позитивним результатом (наприклад, людина домоглася свого шляхом агресії), вона з великою ймовірністю буде повторюватися.

Таким чином, конфліктність трактується як набута поведінкова стратегія, яка може бути змінена через навчання або зміну умов підкріплення.

3. Гуманістичний підхід

Гуманістична психологія, представлена К. Роджерсом і А. Маслоу, розглядає конфлікти не як патологію, а як умову особистісного зростання. Конфлікт виникає тоді, коли спостерігається розрив між реальним «Я» (уявлення особистості про себе) і ідеальним «Я» (уявлення про те, якою вона хоче бути).

Цей підхід акцентує увагу на усвідомленні себе, пошуку сенсу життя, самоактуалізації. Конфліктність тут сприймається як виклик для розвитку, і її подолання розглядається як важливий етап формування зрілої особистості. Замість уникнення конфліктів гуманістичний підхід закликає до відкритого діалогу та емпатії як способу вирішення протиріч.

4. Когнітивний підхід

У рамках когнітивного підходу (Ж. Піаже, Л. Виготський, А. Бек), конфліктність розглядається через призму мислення, переконань, інтерпретацій ситуацій. Людина вступає у конфлікт, коли вона по-різному тлумачить ситуацію або дію іншої особи, порівняно з очікуваннями.

Ключовим поняттям є когнітивний дисонанс — стан внутрішньої напруги, що виникає в результаті суперечності між переконаннями, знаннями або діями. Уникнення або подолання цієї напруги може призводити як до змін у мисленні, так і до конфліктної поведінки.

Когнітивний підхід пропонує психотерапевтичні методи, що спрямовані на зміну мислення (наприклад, когнітивно-поведінкову терапію), що може ефективно зменшити рівень конфліктності.

Ці підходи демонструють багатогранність поняття конфліктності: від несвідомих внутрішніх процесів до поведінкових стратегій і мисленнєвих установок. Комплексне розуміння природи конфліктності дозволяє не лише глибше досліджувати це явище, а й розробляти ефективні методи психокорекції.

Дослідження конфліктності тісно пов'язане з вивченням індивідуально-психологічних особливостей людини. Серед ключових факторів, що впливають на схильність до конфліктної поведінки, можна виділити:

- **Темперамент:** дослідження показують, що холеричний тип темпераменту частіше виявляє імпульсивність, емоційність, що сприяє швидкому виникненню конфліктних ситуацій. Сангвініки, як правило, здатні врівноважено реагувати на напружені обставини, тоді як меланхоліки можуть уникати конфліктів, проте переживати їх внутрішньо.
- **Стиль спілкування:** авторитарний або агресивний стиль часто призводить до ескалації конфліктів, тоді як демократичний чи партнерський — сприяє конструктивному вирішенню суперечностей.
- **Самооцінка:** нестабільна або занижена самооцінка часто стає підґрунтям конфліктності. Люди з високим рівнем тривожності можуть сприймати нейтральні ситуації як загрозливі, реагуючи відповідно агресивно або захисно.

Також важливим є соціальний досвід індивіда: негативний досвід у сім'ї, школі, професійному середовищі може сформувати у людини модель конфліктного реагування як єдино можливої стратегії. У таких випадках конфліктність може закріплюватися як стереотип поведінки.

Сучасні дослідники звертають увагу й на гендерні відмінності у проявах конфліктності: жінки частіше демонструють приховану або пасивну форму конфліктної поведінки, тоді як чоловіки схильні до відкритої конфронтації. Таким чином, конфліктність — багатогранне поняття, що залежить як від внутрішніх особистісних чинників, так і від зовнішнього соціального контексту. Її вивчення є необхідним для глибшого розуміння міжособистісної взаємодії, особливо в умовах сучасного соціального напруження.

Окрім класичних підходів, сучасна психологічна наука розглядає конфліктність як багаторівневий феномен, що поєднує в собі як внутрішньоособистісні, так і міжособистісні аспекти. Значна увага приділяється аналізу соціокультурних впливів, які формують уявлення людини про допустимість або неприйнятність конфліктної поведінки. Так, в індивідуалістичних культурах відстоювання власної думки часто вважається нормальним, навіть бажаним, тоді як у колективістських — така поведінка може трактуватись як порушення гармонії.

Варто також зазначити роль соціального навчання у формуванні конфліктності. Через спостереження за моделями поведінки інших (особливо значущих дорослих, батьків, вчителів) індивід засвоює певні форми реагування на конфліктні ситуації. Якщо дитина часто бачить агресивні способи вирішення суперечностей, вона з великою ймовірністю копіює таку модель у дорослому віці. Цей механізм є центральним у теорії соціального навчання А. Бандури.

З точки зору інтеракціоністського підходу, конфліктність розглядається як продукт взаємодії особистості з соціальним середовищем. Важливим чинником є не лише психологічні якості індивіда, а й особливості його комунікативних навичок, соціального статусу, ролі в колективі. Тобто, одна і та ж людина може бути конфліктною в одному середовищі й абсолютно адаптивною — в іншому.

Крім того, останнім часом посилюється інтерес до нейропсихологічних аспектів конфліктності. Дослідження показують, що підвищена конфліктність може бути пов'язана з особливостями функціонування лобних часток мозку, які відповідають за контроль імпульсів, прийняття рішень, здатність до емпатії.

Таким чином, сучасна психологія розглядає конфліктність як складне, багатофакторне явище, що формується під впливом біологічних, психологічних і соціальних чинників. Комплексний аналіз цього поняття дозволяє не лише точніше діагностувати рівень конфліктності особистості, але й визначати ефективні підходи до її корекції та розвитку конструктивних форм поведінки.

1.2. Агресивність як психологічна характеристика особистості

Агресивність — це складна, багатовимірна характеристика особистості, яка відображає її схильність до проявів ворожості, нанесення шкоди іншим або до порушення соціальних норм у міжособистісних стосунках. У психології агресивність розглядається як властивість особистості, що проявляється у повторюваних діях чи реакціях, пов'язаних з агресією.

Агресія, у свою чергу, трактується як поведінкова форма, спрямована на заподіяння шкоди іншій людині (фізичної, моральної, емоційної) або об'єкту, незалежно від того, чи ця дія є свідомою, імпульсивною, чи захисною.

Психологічні підходи до розуміння агресивності:

1. Психоаналітичний підхід (З. Фрейд)

Зигмунд Фрейд вважав агресію природженим інстинктом, який є невід'ємною частиною людської психіки. Агресивні імпульси, згідно з його теорією, походять від інстинкту Танатосу — потягу до смерті, саморуйнування і деструкції. Він знаходиться у постійному конфлікті з життєвим інстинктом — Еросом, що спрямований на збереження, любов та творчість.

У психіці людини ці потяги взаємодіють і породжують внутрішнє напруження. Якщо індивід не має можливості конструктивно виразити свої почуття або сублімувати їх у творчість чи соціальну діяльність, агресивна енергія вивільняється через ворожі або деструктивні дії. Агресія, за Фрейдом, є неминучою частиною внутрішнього конфлікту і способом розрядки емоційного тиску.

2. Фрустраційно-агресивна теорія (Дж. Доллард, Н. Міллер)

Цей підхід базується на твердженні, що фрустрація — ситуація, в якій особа не може досягти поставленої мети або потреби — автоматично викликає агресивну реакцію. Наприклад, коли дитина стикається з заборонаю або невдачею, вона може реагувати криком, штовханням або іншими проявами агресії.

Однак подальші дослідження уточнили, що агресія виникає не у кожному випадку фрустрації, а тоді, коли особа сприймає ситуацію як несправедливу або образливу. Це означає, що важливу роль відіграють інтерпретації події, а не лише сама подія.

Цей підхід дав поштовх до розуміння агресивності як емоційно забарвленої реакції на перешкоди, яка може варіюватися за формою та інтенсивністю.

3. Біхевіористичний підхід

Біхевіористи (зокрема Б. Ф. Скіннер) пояснюють агресивну поведінку як результат навчання. Вони вважають, що індивід не народжується агресивним, а засвоює агресивні реакції, спостерігаючи за іншими або отримуючи підкріплення (нагороду, увагу, досягнення цілей).

Наприклад, дитина, яка добивається іграшки за допомогою крику або бійки, і при цьому отримує бажане, закріплює агресивну поведінку як ефективну стратегію. Вона буде використовувати її знову в подібних ситуаціях.

З цього випливає, що агресивність можна змінити або "перенавчити", застосовуючи інші форми підкріплення та моделювання позитивної поведінки.

4. Когнітивно-біхевіоральний підхід

Цей підхід (А. Бек, Д. Елліс) інтегрує елементи когнітивної та поведінкової психології. Він стверджує, що агресивна поведінка є результатом певних когнітивних процесів, тобто — думок, переконань і схем інтерпретації.

Наприклад, людина, яка звикла вважати, що "всі навколо хочуть мене принизити", з більшою ймовірністю буде реагувати агресивно навіть на нейтральні слова або вчинки. Така хибна інтерпретація реальності часто поєднується з низьким рівнем емпатії та імпульсивністю.

Корекція агресивної поведінки у рамках цього підходу передбачає роботу з мисленням, розвиток здатності до самоспостереження, аналізу власних реакцій, а також тренування навичок конструктивного вирішення конфліктів.

5. Гуманістичний підхід

У гуманістичній психології (К. Роджерс, А. Маслоу) агресивність не вважається вродженим злом, а вторинною реакцією на пригнічення або фрустрацію базових потреб: у безпеці, любові, самореалізації, повазі.

Коли людина довго відчуває відчуження, знецінення, соціальну ізоляцію, вона може почати поводитися агресивно, щоб захистити власне «Я» або заявити про себе. З точки зору гуманістів, агресивність — це сигнал про внутрішню дисгармонію, який вимагає не покарання, а розуміння і підтримки.

Цей підхід робить акцент на емпатії, прийнятті особистості та створенні умов, у яких агресивна поведінка стає непотрібною.

Такий багатогранний погляд на агресивність дозволяє розробити комплексні підходи до її профілактики та корекції, враховуючи особистісні, когнітивні, емоційні й соціальні чинники.

Сучасна психологічна наука визнає, що агресивність може проявлятися у різних формах, які відрізняються як за інтенсивністю, так і за напрямом впливу. Один з найпоширеніших класифікаторів агресивної поведінки — опитувальник Басса-Даркі, який виділяє кілька основних типів агресії:

- Фізична агресія — пряме застосування сили з метою завдання фізичної шкоди іншій людині чи об'єкту. Це найвідчутніша форма агресії, яка проявляється у вигляді бійок, штовхань, ушкоджень.
- Вербальна агресія — виявляється у формі словесних нападів, принижень, лайки, підвищеного тону, звинувачень. Часто виконує функцію психологічного тиску або самозахисту.
- Непряма агресія — передбачає опосередковану дію через третіх осіб або інші засоби. Сюди відносяться: поширення чуток, іронія, сарказм, навмисне ігнорування, демонстративна холодність, а також пасивно-агресивна поведінка.
- Іритація (дратівливість) — легка збудливість, нетерпимість, підвищена реакція на незначні подразники. Людина з високим рівнем іритації швидко виходить із себе навіть через дрібниці.

- Негативізм — навмисне протидіяння або відмова від виконання дій, які вимагаються ззовні, навіть якщо вони об'єктивно доцільні. Часто проявляється як форма протесту.
- Підозрілість — схильність інтерпретувати вчинки інших як злісні або загрозові. Людина з такою формою агресії постійно очікує агресії від інших і діє на випередження.
- Почуття ворожості — стабільні негативні переконання про навколишніх, недовіра, озлобленість, упередженість. Ворожість формується як система установок і може не проявлятися у відкритій поведінці, але суттєво впливає на міжособистісні стосунки.

Агресивна поведінка формується під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників — як вроджених, так і набутих:

- Біологічні чинники:
 - Генетична схильність до підвищеної збудливості чи імпульсивності.
 - Рівень гормонів: високий тестостерон часто асоціюється з домінантністю та агресивною поведінкою, а кортизол — з рівнем стресу.
 - Порушення у роботі мозку (лобові долі, амігдала), які відповідають за контроль емоцій і саморегуляцію.
- Сімейне середовище:
 - Стиль виховання: жорстке, авторитарне або, навпаки, гіперопікунське ставлення батьків.
 - Свідома чи несвідома демонстрація агресивних моделей поведінки в родині.
 - Емоційне занедбання, насильство, брак уваги та підтримки в дитинстві.
- Соціальне оточення:
 - Вплив медіа: ігри, фільми та інтернет-контент із високим рівнем насильства.
 - Груповий тиск, булінг, дискримінація.

- Культурні й соціальні стереотипи щодо сили, влади, способів відстоювання власної думки.
- Особистісні риси:
 - Високий рівень тривожності, низька стресостійкість.
 - Імпульсивність, емоційна нестабільність.
 - Занижена або надто висока самооцінка.

Таким чином, агресивність — це не лише результат ситуатійного подразника, а й стійка особистісна характеристика, яка формується під впливом як біологічних, так і соціально-психологічних чинників. Усвідомлення багатофакторної природи агресії дозволяє більш ефективно здійснювати її профілактику, діагностику і корекцію в індивідуальній та груповій роботі.

Важливим аспектом розуміння агресивності є її вплив на соціальну адаптацію особистості. Агресивні люди часто стикаються з труднощами в налагодженні тривалих та конструктивних соціальних зв'язків. Їхнє оточення може сприймати їх як небезпечних, непередбачуваних або емоційно нестабільних, що призводить до ізоляції, відчуження, відсутності підтримки в критичні моменти.

Водночас агресивність не завжди є деструктивною. У помірних проявах вона може виступати як адаптивна функція, що дозволяє відстояти свої права, захистити себе або близьких, подолати несправедливість. Така агресивність частіше називається асертивністю — впевненим, але не руйнівним способом поведінки. Відмінність полягає в тому, що асертивна поведінка поважає і власні, і чужі кордони, тоді як агресивна — часто їх порушує.

Агресивність може проявлятися по-різному на різних етапах розвитку особистості:

- У дитячому віці агресія часто носить імпульсивний характер і є засобом вираження емоцій при відсутності навичок самоконтролю.
- У підлітковому віці агресивність може бути засобом самоствердження, протесту проти авторитетів або реакцією на внутрішні суперечності.

- У дорослих агресивна поведінка частіше є результатом накопиченого стресу, фрустрації або наслідком неадаптивних стратегій вирішення проблем.

Вікові відмінності необхідно враховувати при діагностиці та психокорекції агресивної поведінки, а також при розробці превентивних програм у навчальних закладах та соціальних службах.

У сучасній практиці зменшення рівня агресивності серед молоді здійснюється шляхом впровадження психопрофілактичних програм, які включають:

- розвиток емоційного інтелекту та емпатії;
- навчання ефективним стратегіям вирішення конфліктів;
- формування навичок саморегуляції та стресостійкості;
- використання арт-терапевтичних технік (малювання, музика, драма);
- групові тренінги асертивності та ненасильницької комунікації.

Агресивність — це багатогранна характеристика особистості, яка формується під впливом як вроджених, так і набутих чинників. Її розуміння та своєчасне виявлення дозволяє не лише запобігти деструктивним формам поведінки, а й сприяє розвитку емоційної зрілості, відповідальності та психологічної безпеки в суспільстві.

1.3. Причини та фактори, що впливають на прояв конфліктної та агресивної поведінки

Конфліктна та агресивна поведінка особистості є результатом взаємодії низки внутрішніх і зовнішніх чинників. Їхній прояв залежить від індивідуальних психологічних особливостей, соціального досвіду, стилю виховання, культурних норм, а також ситуативного контексту. Аналіз цих факторів дозволяє краще зрозуміти механізми формування деструктивної поведінки та розробити ефективні підходи до її корекції.

Біологічна основа поведінки людини відіграє важливу роль у формуванні її схильності до агресивних або конфліктних реакцій. Ряд досліджень у нейропсихології, генетиці та нейробіології підтверджують, що деякі фізіологічні особливості організму можуть підвищувати ризик деструктивної поведінки.

Дослідження у сфері поведінкової генетики свідчать про існування вроджених відмінностей у рівні збудливості нервової системи, які впливають на емоційні реакції особистості. Люди з низьким порогом збудження швидше та інтенсивніше реагують на подразники, що може сприяти виникненню конфліктних ситуацій.

Також деякі гени, пов'язані з рівнем серотоніну або дофаміну, можуть впливати на імпульсивність, толерантність до стресу, схильність до ризикованої поведінки. Наприклад, варіації гена MAOA (так званий «ген воїна») асоціюються з підвищеною агресивністю в умовах несприятливого соціального середовища.

Генетична схильність не є фатальним вироком — вона лише створює передумови, які можуть реалізуватись або залишитись неактивними залежно від виховання, соціального оточення та життєвого досвіду.

Агресивність і конфліктність тісно пов'язані з роботою лобових часток кори головного мозку, які відповідають за:

- самоконтроль;
- прийняття рішень;
- планування поведінки;
- емоційну регуляцію.

Пошкодження або гіпофункція цієї ділянки можуть призвести до зниження гальмівних механізмів, підвищеної імпульсивності, труднощів у регуляції гніву. Люди з такими особливостями частіше реагують агресивно на фрустрацію або незгоду.

Крім того, амігдала, яка відіграє ключову роль у сприйнятті загрози, також може бути гіперчутливою. Це може сприяти перебільшенню небезпеки у звичайних ситуаціях і відповідно — викликати захисну або нападницьку реакцію.

Гормональний фон безпосередньо впливає на емоційний стан і поведінкові реакції людини. До основних гормонів, пов'язаних з агресивністю, належать:

- Тестостерон — чоловічий статевий гормон, рівень якого асоціюється з домінантністю, впевненістю, а в деяких випадках — з агресивною поведінкою. Підвищений рівень тестостерону може знижувати чутливість до соціальних санкцій і сприяти ризикованій поведінці.
- Адреналін — гормон стресу, який активується при небезпеці або емоційному збудженні. Він мобілізує організм до дії, але також може провокувати імпульсивні й неконтрольовані реакції.
- Кортизол — ще один стресовий гормон, який при хронічно високому рівні впливає на когнітивну функцію та емоційну стабільність. Хоча короточасне підвищення кортизолу сприяє концентрації, його надлишок пов'язаний з тривожністю, дратівливістю, схильністю до вибухів гніву.

Таким чином, біологічні чинники не є самодостатніми причинами агресивної чи конфліктної поведінки, але створюють фізіологічний фон, на якому соціальне середовище, досвід і особистісні особливості реалізують або стримують потенціал до агресії.

Психологічні чинники відіграють одну з центральних ролей у формуванні конфліктної та агресивної поведінки. Вони охоплюють індивідуально-психологічні особливості особистості, які визначають, як саме людина реагує на зовнішні подразники, міжособистісні ситуації та стресові обставини.

Темперамент — це вроджений тип нервової діяльності, який визначає динаміку психічних процесів: швидкість, силу, рівновагу реакцій. У контексті агресивної та конфліктної поведінки найбільш значущим є холеричний тип темпераменту, що характеризується:

- швидкою збудливістю;
- імпульсивністю;
- високою емоційною реактивністю;
- схильністю до різких змін настрою.

Люди з холеричним темпераментом часто реагують емоційно й без попереднього аналізу ситуації, що створює умови для конфліктів. У той же час, вони швидко відходять і не завжди усвідомлюють вплив своїх слів чи дій на інших.

Сангвініки, завдяки гнучкості, зазвичай менш конфліктні, а флегматики — мають високий рівень самоконтролю. Меланхоліки схильні до внутрішньої агресії (самозвинувачення, тривожність), хоча рідше проявляють її зовні.

Самоконтроль — це здатність керувати своїми емоціями, думками, поведінкою у відповідності до соціальних норм та внутрішніх цінностей. Люди з низьким рівнем самоконтролю зазвичай:

- швидко втрачають терпіння;
- мають складнощі з регуляцією гніву;
- не вміють ефективно стримувати імпульсивні реакції.

Недостатній розвиток емоційного інтелекту також сприяє деструктивній поведінці. Особи, які не розпізнають власні емоції або не вміють з ними працювати, часто несвідомо «вивільняють» напругу через агресію або конфліктні дії.

Навички саморегуляції можуть бути розвинені через спеціальні психологічні тренінги, вправи усвідомлення (mindfulness), розвиток навичок комунікації й емпатії.

Фрустрація — це стан психічної напруги, що виникає у ситуації перешкоджання досягненню бажаної мети чи задоволенню важливої потреби. У контексті агресії важливими є такі потреби:

- у визнанні й повазі;
- у безпеці;
- у любові, підтримці;
- у самореалізації.

Коли ці потреби систематично ігноруються або блокуються, у людини може накопичуватись внутрішня напруга, що зрештою виливається у гнів, дратівливість, агресивні випадки чи конфлікти.

Фрустрація може бути викликана не лише зовнішніми чинниками (наприклад, несправедливістю), а й внутрішніми — надмірними очікуваннями до себе або до інших, внутрішніми конфліктами, завищеними стандартами.

Таким чином, психологічні чинники формують індивідуальний стиль реагування на труднощі. Їхня взаємодія з біологічними та соціальними впливами створює унікальну картину поведінки кожної людини. Саме тому ефективна профілактика агресивності та конфліктності повинна базуватись на глибокому розумінні внутрішнього світу особистості.

Індивідуальні риси характеру значною мірою впливають на те, як людина реагує на труднощі, взаємодіє з оточенням та долає конфліктні ситуації. Деякі особистісні якості безпосередньо пов'язані з підвищеним рівнем агресивності та конфліктності, зокрема:

Імпульсивність — це тенденція діяти під впливом емоційного імпульсу без достатнього аналізу ситуації та можливих наслідків. Імпульсивна особа швидко приймає рішення, часто емоційно забарвлені, і не завжди контролює свою поведінку.

У конфліктній ситуації така людина схильна:

- різко реагувати на зауваження;
- не стримувати емоцій (крик, образи, жестикулювання);
- «вибухати» навіть у дрібних суперечках.

Імпульсивність особливо небезпечна у поєднанні з низьким рівнем самоконтролю або фрустраційною нетерпимістю, коли людина не здатна пережити відстрочку у задоволенні своїх бажань.

Занижена самооцінка часто формує підвищену чутливість до зовнішніх оцінок, навіть якщо вони є нейтральними або конструктивними. Людина з таким типом самооцінки:

- часто сприймає зауваження як напад;
- схильна до самозахисту або самозвинувачень;
- може уникати спілкування або, навпаки, реагувати агресивно з метою самоствердження.

Гіперзавищене «Я» або нарцисичні риси особистості, навпаки, створюють переконання у власній непомильності. Людина вважає, що інші зобов'язані її підтримувати, визнавати її перевагу. У разі критики або протистояння така особа схильна до:

- пониження співрозмовника;
- емоційної агресії;
- спроб домінувати у спілкуванні будь-якою ціною.

Таким чином, і занижена, і завищена самооцінка можуть бути джерелом внутрішньої нестабільності, яка трансформується у конфліктну або агресивну поведінку.

Емпатія — це здатність відчувати, розуміти та враховувати емоційний стан іншої людини. Вона є ключовим елементом ефективної комунікації та запобігання конфліктам.

Люди з низьким рівнем емпатії:

- не помічають, коли їхні дії або слова ранять інших;
- не враховують емоційних потреб оточення;
- іноді навмисно ігнорують почуття інших або знецінюють їх.

Відсутність емпатії часто призводить до егоцентризму в поведінці, що сприяє зневазі, агресії, небажанню йти на компроміс.

Таким чином, певні особистісні риси є факторами ризику для формування агресивної або конфліктної поведінки. Водночас ці характеристики не є незмінними — вони піддаються корекції через психологічне консультування, розвиток емоційного інтелекту, саморефлексію та тренінгові методи.

Соціальне середовище значною мірою впливає на формування моделей поведінки, включно з агресивною та конфліктною. Саме через взаємодію з оточенням — у родині, школі, колективі — дитина або молода особа засвоює певні соціальні ролі, норми, способи вирішення конфліктів.

Родина — перше соціальне середовище, де дитина навчається емоційного реагування та комунікації. Якщо у сім'ї:

- домінує авторитарний стиль виховання, де всі рішення приймаються силою чи тиском;
- застосовується фізичне чи психологічне насильство як форма контролю;
- відсутня емоційна підтримка, а потреби дитини ігноруються — це призводить до формування агресивного або оборонного стилю поведінки. У таких умовах дитина може сприймати агресію як допустимий або навіть єдино можливий спосіб вирішення проблем.

Батьки, які самі не вміють регулювати власні емоції або взаємодіють через критику, покарання та приниження, формують у дитини почуття ворожості, підвищену тривожність, занижену самооцінку, що надалі провокує агресивність.

Поведінка дорослих у сім'ї є потужним джерелом навчання через спостереження. Згідно з теорією соціального навчання А. Бандури, діти схильні копіювати моделі поведінки, які вони регулярно спостерігають:

- Якщо в родині конфлікти вирішуються через крик, звинувачення, фізичні покарання — дитина запам'ятовує це як норму.
- Якщо батьки постійно конфліктують між собою, не дотримуються меж або маніпулюють один одним — ці схеми часто переносяться на майбутні стосунки дитини з однолітками чи партнерами.

Водночас приклад конструктивної поведінки дорослих (повага, діалог, компроміс, емпатія) є захисним фактором, що сприяє розвитку емоційної стабільності та соціальної адаптованості дитини.

Позадомашнє соціальне середовище, зокрема школа чи університет, також має значний вплив на розвиток агресивності. Тут основними ризиками є:

- Булінг (цькування) — систематичне приниження або ізоляція однієї особи групою. Жертва булінгу може згодом стати агресором або соціально відчуженим.
- Конкуренція без підтримки — постійна оцінка, порівняння, акцент на досягненнях без урахування індивідуальних особливостей викликає стрес, образ, роздратування.

- Відсутність психологічної підтримки — брак довіри до вчителів, куратора чи психолога змушує студентів і школярів накопичувати емоції, які зрештою виливаються у деструктивну поведінку.

Сприятливе освітнє середовище, де присутні довірливі стосунки, відкритість, прийняття, здатне значно знизити рівень конфліктності та агресивності, навіть якщо інші чинники були несприятливими.

Таким чином, соціальні чинники — як у родині, так і у навчальному середовищі — виступають ключовими тригерами або стримуючими факторами розвитку агресивної поведінки. Рання діагностика негативних моделей взаємодії та створення позитивного емоційного клімату є основою профілактики конфліктності у підлітків та молоді.

Агресивна та конфліктна поведінка особистості формується не лише під впливом сім'ї чи психологічних особливостей, але й значною мірою — через ширший культурний та соціальний контекст, у якому зростає і функціонує людина. Ці чинники часто мають непрямий вплив, закріплюючи певні моделі поведінки як прийнятні або очікувані.

Кожна культура має свої уявлення про допустимість або неприйнятність агресії. У деяких суспільствах прояв жорсткості, прямої, непоступливості може розглядатися як прояв сили, лідерства, вміння «стояти за себе».

- Наприклад, у культурах з індивідуалістичним ухилом (де наголошується на самовираженні, конкуренції) конфліктність часто вважається цілком нормальною частиною взаємодії.
- У колективістських культурах (де важливі злагода, групова гармонія) навпаки — відкриті конфлікти засуджуються, але через це частіше виникає прихована агресія або пасивно-агресивна поведінка.

Таким чином, культура формує не тільки нормативні рамки, а й очікувану соціальну реакцію на агресивну поведінку, що або стимулює, або гальмує її розвиток.

Стереотипи — це спрощені й часто упереджені уявлення про певні соціальні групи. Вони формують очікування, які накладаються на індивіда та

можуть провокувати відкриту або приховану конфліктність. Найбільш впливовими є:

- Гендерні стереотипи: наприклад, очікування, що чоловіки повинні бути домінантними, наполегливими, сильними, часто виправдовують прояви агресії як «нормальні» для чоловіка. У той же час жінки, які демонструють схожу поведінку, можуть стикатися з осудом або соціальною ізоляцією.
- Стигматизація та дискримінація: упереджене ставлення до представників етнічних, сексуальних чи соціально маргіналізованих груп може викликати відповідну реакцію у вигляді агресії або оборонного конфлікту.
- Соціальна нерівність: відчуття несправедливості, обмежених можливостей, виключення з соціальних благ створює емоційний фон для опору, обурення, протестних або агресивних дій.

Медіа є потужним соціальним інструментом, який активно формує уявлення про прийнятні форми поведінки. Особливо вразливими до впливу медіа є діти та підлітки, які ще не мають достатнього досвіду критичного мислення.

- Перегляд фільмів, ігор, серіалів із надмірною жорстокістю призводить до десенсибілізації — зниження чутливості до насильства.
- Позитивне зображення агресора як героя, що досягає мети, формує помилкову установку на ефективність агресії як життєвої стратегії.
- У соціальних мережах агресія часто проявляється у формі кібербулінгу, тролінгу або публічного приниження, що також нормалізує деструктивну поведінку.

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

У першому розділі було здійснено теоретичний аналіз понять конфліктності та агресивності як психологічних характеристик особистості. На основі вивчення наукових джерел можна зробити наступні узагальнення:

1. Конфліктність є складним психологічним утворенням, яке відображає схильність особистості до вступу у протиріччя, суперечності та конфлікти. Вона може мати як ситуативний, так і стійкий характер і тісно пов'язана з особистісними установками, стилем комунікації та емоційною регуляцією.
2. Агресивність — це індивідуальна схильність до поведінки, спрямованої на нанесення шкоди іншим (фізичної, психологічної чи соціальної). Вона проявляється у різних формах: від фізичної та вербальної агресії до пасивно-агресивних і непрямих дій.
3. Обидва феномени розглядаються з різних психологічних позицій — психоаналітичної, біхевіористичної, гуманістичної, когнітивної — що дозволяє комплексно охопити внутрішні механізми їх виникнення та зовнішні прояви.
4. Причини та фактори, що сприяють виникненню конфліктної та агресивної поведінки, мають багаторівневий характер. До них належать:
 - біологічні чинники (генетика, гормональний фон, нейропсихологічні особливості),
 - психологічні особливості (тип темпераменту, імпульсивність, самооцінка, емпатія),
 - соціальне середовище (родина, школа, модель поведінки дорослих),
 - культурно-соціальні умови (нормативні установки, стереотипи, медіа-вплив).
5. Теоретичний аналіз показав, що конфліктність і агресивність часто мають спільне підґрунтя, але не є тотожними явищами. Їх поєднання в одній особистості може свідчити про підвищений ризик соціальної дезадаптації та потребує цілеспрямованої психодіагностики й корекції.

Таким чином, комплексне розуміння конфліктності та агресивності як інтегрованих характеристик особистості створює наукову основу для подальшого емпіричного дослідження цих феноменів та розробки психокорекційних програм.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОНФЛІКТНОСТІ ТА АГРЕСИВНОСТІ У ОСОБИСТОСТІ

2.1. Організація та методи дослідження

Методики які використовувались для дослідження:

1. Методика «Діагностика рівня конфліктності особистості» (О.В. Андрєєва)

Методика була створена з урахуванням сучасних уявлень про конфліктність як багатовимірну характеристику особистості, що охоплює як інтраперсональні, так і інтерперсональні аспекти. О.В. Андрєєва розглядала конфліктність не як патологію, а як індикатор динаміки психічних процесів, який у певних умовах може мати як деструктивну, так і адаптивну функцію. Тому методика дозволяє не лише оцінити схильність до конфліктної поведінки, а й зрозуміти її джерела — внутрішні або зовнішні.

Опитувальник має достатній рівень надійності та валідності. Згідно з дослідженнями автора, коефіцієнт внутрішньої узгодженості (α -Кронбаха) становить понад 0.78, що свідчить про високу внутрішню послідовність шкал. Методика також має підтверджену конкурентну валідність, адже корелює з іншими інструментами для діагностики емоційної напруги, міжособистісних конфліктів та рівня агресивності.

Методика може застосовуватись:

- у груповій формі — під час дослідження навчальних груп, колективів;
- у індивідуальній формі — для роботи психолога з окремою особою (наприклад, підлітком, студентом, співробітником);
- у профорієнтаційній та психокорекційній діяльності — для виявлення осіб із підвищеним ризиком конфліктної поведінки.

Час виконання — приблизно 10–15 хвилин, що дозволяє ефективно включати опитувальник у комплексне психодіагностичне обстеження.

Результати можуть бути проаналізовані як кількісно, так і якісно. Кількісна оцінка (сумарний бал) дає змогу визначити рівень конфліктності загалом та по окремих шкалах. Якісний аналіз дозволяє побачити, які саме аспекти взаємодії є «вразливими» для особистості:

- емоційна нестабільність,
- складнощі з самоконтролем,
- труднощі адаптації до колективу,
- високий рівень реактивності.

Інтерпретація результатів має проводитись з урахуванням контексту особистості: віку, соціального статусу, рівня тривожності, а також поточного психоемоційного стану.

Методика має широке практичне застосування у психологічній, педагогічній та соціальній роботі. Вона дозволяє:

- виявити потенційно конфліктних осіб на етапі відбору (наприклад, у професіях «людина-людина»);
- попередити розвиток деструктивної поведінки в учнівському або студентському середовищі;
- використовувати результати як основу для індивідуального психоконсультування або групових тренінгів з розвитку емоційної регуляції;
- досліджувати зв'язок між конфліктністю та іншими особистісними характеристиками, наприклад, агресивністю, тривожністю, самооцінкою.

Методика О.В. Андрєєвої є ефективним та валідним інструментом для всебічного вивчення конфліктності особистості. Вона забезпечує глибоке розуміння динаміки міжособистісної взаємодії, дозволяє здійснювати профілактичну та корекційну роботу, а також слугує основою для подальших досліджень у сфері соціальної та особистісної психології.

2.Опитувальник Басса-Даркі для вимірювання рівня агресивності

Діагностика різних форм агресивності та ворожості як стійких особистісних характеристик. Методика дозволяє не лише оцінити загальний

рівень агресивності, але й визначити структуру агресивної поведінки, тобто її конкретні прояви.

Опитувальник був розроблений А. Басом і А. Даркі на основі теоретичних уявлень про багатовимірність агресії. Він ґрунтується на моделі, яка розділяє агресивність на окремі компоненти: як поведінкові, так і емоційно-когнітивні.

Методика складається з 75 тверджень, до яких респондент має відповісти «так» або «ні». Кожне твердження відповідає одній із восьми шкал, що відображають різні види агресії або ворожості.

Шкали опитувальника:

1. Фізична агресія — схильність до застосування фізичної сили проти інших.
2. Вербальна агресія — агресивні висловлювання, лайка, крики.
3. Непряма агресія — обхідні, приховані прояви (плітки, сарказм).
4. Негативізм — протест, опозиційність, схильність до опору вимогам.
5. Роздратування (іритація) — емоційна нестриманість, запальність.
6. Підозрілість — насторожене ставлення до людей, схильність до інтерпретації дій інших як ворожих.
7. Образа — чутливість до критики, схильність до збереження емоційної болі.
8. Чуттєва ворожість (почуття ворожості) — глибокі негативні установки, злість, недовіра.

Процедура проведення:

- Відповіді обробляються шляхом підрахунку балів за кожною шкалою (відповідність «так» чи «ні» ключовим твердженням).
- За результатами можна визначити рівень кожного типу агресивності: низький, середній або високий.
- Можна також обчислити загальний індекс агресивності (сума балів усіх шкал).

Інтерпретація результатів:

- Низький рівень: особа не схильна до агресивної поведінки, переважає емоційна стабільність.

- Середній рівень: агресія проявляється ситуативно, здебільшого контрольована.
- Високий рівень: стійка тенденція до ворожої, деструктивної поведінки, потребує глибокої психологічної діагностики.

Особливу увагу слід звертати на поєднання високих показників за шкалами підозрілості, фізичної агресії та іритації — це сигнал про емоційну нестабільність і потенційні труднощі у міжособистісному спілкуванні.

Переваги методики:

- Висока валідність і надійність (перевірено в численних культурних контекстах).
- Доступність у застосуванні.
- Можливість детального аналізу структури агресії.
- Може бути використаний у шкільній, студентській, професійній і клінічній практиці.

Опитувальник Басса-Даркі є одним із найефективніших і найпоширеніших методів вимірювання агресивності. Він дозволяє не лише виявити рівень агресії, але й зрозуміти її природу, спрямованість і динаміку проявів, що надзвичайно важливо у психодіагностичній та корекційній практиці.

2.2. Аналіз результатів дослідження

Спочатку розглянемо результати за методикою «Діагностика рівня конфліктності особистості» (О.В. Андрєєва).

Таблиця 2.1.

Рівень загальної конфліктності

Рівень конфліктності	Кількість осіб	Відсоток (%)
Низький	7	23,3%
Середній	16	53,3%
Високий	7	23,3%

Понад половина учасників дослідження (16 осіб) продемонстрували середній рівень конфліктності, що є типовим для адаптивної особистості, яка в цілому вміє взаємодіяти з оточенням, але може проявляти конфліктну поведінку за певних умов.

До таких умов, як правило, належать:

- ситуації фрустрації (неможливість досягти мети, несправедливість);
- емоційне перевантаження, втома, стрес;
- порушення особистісних кордонів або приниження гідності;
- конкурентне середовище, в якому особа відчуває потребу відстояти себе.

Середній рівень конфліктності зазвичай не становить загрози для нормального соціального функціонування, однак він потребує уваги з боку психолога у разі зростання емоційної нестабільності або накопичення напруги. Такі особи можуть мати труднощі в конструктивному вирішенні конфліктів, схильні до пасивно-агресивної поведінки, але при наявності соціальної підтримки здатні ефективно адаптуватись.

Сім респондентів (23,3%) продемонстрували високий рівень конфліктності, що вказує на стійку схильність до конфліктної поведінки як особистісну рису. У таких осіб конфліктність не є реакцією на зовнішній подразник, а є частиною звичного стилю взаємодії з оточенням.

Основні характеристики, притаманні цій групі:

- імпульсивність, підвищена емоційна реактивність;
- ворожість до оточення, низький рівень довіри до інших;

- тенденція до звинувачень, обвинувачення інших у проблемах;
- схильність до емоційної ізоляції або демонстративної поведінки;
- часті міжособистісні конфлікти у навчанні, сім'ї або колективі.

Такий рівень конфліктності погіршує соціальну адаптацію, знижує ефективність навчання або професійної діяльності, підвищує ризики тривожних розладів, низької самооцінки або агресивної поведінки.

Для цієї групи рекомендовано:

- психологічне консультування, спрямоване на усвідомлення причин конфліктності;
- розвиток емоційного інтелекту та навичок саморегуляції;
- участь у тренінгах з ненасильницької комунікації та командної взаємодії.

Отримані результати свідчать, що майже 75% опитаних мають середній або високий рівень конфліктності, що вказує на високу актуальність профілактичної психологічної роботи серед молоді. Виявлені особливості підтверджують необхідність індивідуального підходу до формування психологічної культури спілкування, розвитку толерантності, навичок розв'язання суперечностей та управління емоціями.

Таблиця 2.2

Аналіз шкал конфліктності

Шкала	Середній бал (макс. 10)	Інтерпретація показника
Внутрішньоособистісна	6,3	Яскраво виражені внутрішні суперечності
Міжособистісна конфліктність	5,1	Періодичні труднощі в комунікації
Соціальна напруженість	6,0	Високий рівень тривоги в соціальних контактах
Реактивність	6,8	Переважає імпульсивність, схильність до спалахів
Низький рівень адаптації	4,6	Задовільна соціальна адаптованість

1. Внутрішньоособистісна конфліктність (6,3):

- Більшість респондентів відчувають внутрішні суперечності, сумніви щодо своїх рішень та поведінки, що створює емоційну напругу. Хоча ці переживання не завжди виражаються зовнішньо, вони впливають на загальний рівень тривожності, що може ускладнювати прийняття рішень у стресових ситуаціях. Це може бути пов'язано з низьким рівнем самооцінки чи постійними переживаннями щодо власної поведінки.

2. Міжособистісна конфліктність (5,1):

- У більшості учасників не виникають серйозні проблеми в спілкуванні, але є схильність до конфліктів у певних ситуаціях. Це може стосуватися ситуацій, пов'язаних з конкуренцією (коли з'являється необхідність порівняти свої досягнення з іншими), несправедливістю або оцінкою їхньої роботи чи особистості. Ці фактори можуть спричиняти напругу та конфлікти в груповій взаємодії.

3. Соціальна напруженість (6,0):

- Респонденти мають високий рівень емоційної чутливості до соціальних ситуацій, часто очікуючи негативну оцінку з боку оточуючих. Це може призводити до нервозності та невпевненості в соціальних контактах, особливо в ситуаціях, де відбувається оцінка чи порівняння. Вони можуть відчувати себе некомфортно в нових або незнайомих соціальних ситуаціях через страх негативних реакцій від інших людей.

4. Реактивність (6,8):

- Це найвищий показник серед усіх шкал, що свідчить про високу імпульсивність респондентів. Вони схильні до швидких емоційних реакцій, часто не контролюючи свої емоції, що може бути пов'язано з низькою толерантністю до стресу. Така поведінка може створювати

труднощі в ситуаціях, коли потрібна обережність або продумане рішення.

5. Низький рівень адаптації (4,6):

- Респонденти в цілому здатні адаптуватися до нових умов, але третина з них проявляє ознаки соціального дистанціювання або ухилення від відповідальності у групових процесах. Це може означати, що в певних ситуаціях вони відчують себе некомфортно чи не можуть знайти своє місце в нових або незнайомих умовах, що веде до уникання участі в колективних діях чи прийняття рішень у групах.

Ці пункти разом дають картину респондентів, які відчують емоційну напругу і невпевненість, мають схильність до швидких емоційних реакцій, і в той же час можуть мати проблеми в соціальних ситуаціях чи в групових процесах.

Далі розглянемо результати за методикою Опитувальник Басса-Даркі для вимірювання рівня агресивності. Для вимірювання рівня агресивності було використано опитувальник Басса-Даркі, що дозволяє виявити вираженість восьми основних форм агресивності: фізичної, вербальної, негативізму, роздратування, підозрілості, озлобленості, образливості та індукованої агресії.

Таблиця 2.3

Результати Басса-Даркі

Шкала	Середнє значення	Стандартне відхилення	Інтерпретація
Фізична агресія (ФА)	6,2	1,8	Помірний рівень
Вербальна агресія (ВА)	5,7	1,5	Помірний рівень
Негативізм (НГ)	4,8	1,2	Низько-середній рівень
Роздратування (РЗ)	6,5	2,0	Досить високий рівень
Підозрілість (ПД)	5,2	1,7	Помірний рівень
Озлобленість (ОЗ)	4,9	1,6	Помірний рівень
Образливість (ОБ)	5,4	1,9	Помірний рівень
Індукована агресія (ІА)	3,6	1,3	Низький рівень

Фізична агресія (ФА)

Середній бал за шкалою фізичної агресії склав 6,2 бала (із 10 можливих), що свідчить про помірний рівень прояву прямої агресивної поведінки. Учасники дослідження мають схильність до відкритого фізичного вираження злості, проте в межах соціально прийнятного. Підвищений рівень може бути наслідком стресових чинників або недостатнього розвитку навичок конструктивного розв'язання конфліктів.

Вербальна агресія (ВА)

Середній показник за шкалою вербальної агресії становить 5,7 бала, що також вказує на помірний рівень. Це свідчить про схильність респондентів використовувати агресивну мову, підвищений тон або сарказм у спілкуванні,

особливо в ситуаціях тиску чи конфлікту. Цей рівень вважається типовим для молоді, яка шукає способи самоствердження.

Негативізм (НГ)

Середній бал – 4,8, що вказує на нижчий за середній рівень негативізму. Тобто більшість учасників дослідження не мають стійкої схильності до опозиційної чи контрзалежної поведінки, що особливо важливо в груповій роботі чи командному середовищі. Це свідчить про адаптивність до соціальних норм та авторитетів.

Роздратування (РЗ)

Середнє значення за цією шкалою склало 6,5 бала — це високий рівень. Це вказує на часте переживання внутрішнього напруження, незадоволення, імпульсивності. Такий результат може свідчити про емоційну вразливість, підвищену чутливість до подразників та знижений поріг стресостійкості. У контексті лідерського потенціалу це може заважати ефективній комунікації та прийняттю зважених рішень.

Підозрілість (ПД)

Середній бал – 5,2, що вказує на помірну схильність до недовіри та очікування ворожості з боку інших. Це може бути свідченням наявності певного психологічного захисту, що формується у відповідь на минулий негативний досвід. Такий рівень підозрілості не є патологічним, однак може впливати на міжособистісні стосунки та ефективність взаємодії в команді.

Озлобленість (ОЗ)

Середній показник – 4,9 бала, що відповідає середньому рівню. Це говорить про те, що респонденти не схильні до хронічного переживання ворожості або накопичення образ. Проте окремі випадки озлобленості можуть проявлятися у відповідь на несправедливість або емоційні травми.

Образливість (ОБ)

У середньому по вибірці — 5,4 бала, що також є помірним показником. Це означає схильність до легкої емоційної ранимості, особливо у міжособистісних

ситуаціях. Образливість часто пов'язана з низькою самооцінкою або підвищеною потребою в увазі та схваленні.

Індукована агресія (ІА)

Ця шкала виявила найнижчий середній бал — 3,6 бала, що свідчить про низький рівень схильності до агресивної поведінки під впливом інших людей. Тобто більшість респондентів не мають вираженої тенденції до наслідування агресивної моделі поведінки. Це є позитивним показником самоконтролю та автономності особистості.

У більшості респондентів домінує помірний рівень агресивності з окремими підвищеннями за шкалами роздратування, фізичної та вербальної агресії. Найменше виражені індукована агресія та негативізм. Отримані результати свідчать про загалом збалансований емоційний фон учасників, хоча й із певними особливостями, які варто враховувати у контексті міжособистісної взаємодії та розвитку лідерського потенціалу.

Для вивчення взаємозв'язку між рівнем конфліктності (за методикою О.В. Андрєєвої) та окремими видами агресивності (за опитувальником Басса-Даркі) було використано кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона.

Таблиця 2.4

Результати кореляційного аналізу

Параметри, що корелюють	r (коеф. Пірсона)	Значущість (p)	Інтерпретація зв'язку
Конфліктність – Фізична агресія	0,56	$p < 0,01$	Помірний позитивний зв'язок
Конфліктність – Вербальна агресія	0,61	$p < 0,01$	Помірно сильний позитивний зв'язок
Конфліктність – Негативізм	0,49	$p < 0,05$	Помірний зв'язок
Конфліктність – Роздратування	0,65	$p < 0,01$	Достатньо сильний позитивний зв'язок
Конфліктність – Підозрілість	0,39	$p < 0,05$	Слабкий позитивний зв'язок
Конфліктність – Озлобленість	0,45	$p < 0,05$	Помірний зв'язок
Конфліктність – Образливість	0,41	$p < 0,05$	Слабкий позитивний зв'язок
Конфліктність – Індукована агресія	0,21	$p > 0,05$	Немає статистично значущого зв'язку

1. Конфліктність – Роздратування ($r = 0,65$, $p < 0,01$)

Це найсильніший позитивний зв'язок серед усіх виявлених кореляцій. Результат свідчить про те, що респонденти з високим рівнем роздратування більш схильні до конфліктної поведінки.

Роздратування як емоційна нестабільність, низький поріг фрустрації та імпульсивність прямо впливають на готовність особи вступати в конфлікти, особливо при незначному зовнішньому подразненні. Це означає, що навіть побутові або комунікативні труднощі можуть викликати у таких осіб емоційно насичені, конфліктні реакції.

2. Конфліктність – Вербальна агресія ($r = 0,61$, $p < 0,01$)

Цей достатньо сильний позитивний зв'язок свідчить, що чим вище у респондента рівень конфліктності, тим частіше він використовує словесну

агресію як спосіб вираження незгоди, критики або негативізму. Вербальна агресія виступає «безпечнішим» способом агресивного реагування, і її зростання часто свідчить про низький рівень емпатії, толерантності до фрустрації та слабкий розвиток конструктивних комунікативних навичок.

3. Конфліктність – Фізична агресія ($r = 0,56, p < 0,01$)

Результат вказує на помірний позитивний зв'язок, який демонструє, що фізичні прояви агресії (жести, імпульсивна поведінка, тілесна конфронтація або загроза) також мають значення для формування конфліктного стилю взаємодії. У деяких респондентів конфлікти можуть супроводжуватись тілесною напругою, агресивними рухами або навіть спробами фізичного домінування.

4. Конфліктність – Негативізм ($r = 0,49, p < 0,05$)

Цей зв'язок говорить про те, що особи з високим рівнем конфліктності мають тенденцію до опозиційності, впертості, свідомого порушення соціальних норм і правил. Такі індивіди часто займають контрпозицію в колективі, суперечать лідеру або навмисно створюють напругу у спілкуванні. Це є пасивно-агресивною формою поведінки, яка також впливає на конфліктність.

5. Конфліктність – Озлобленість ($r = 0,45, p < 0,05$)

Цей зв'язок є показником того, що хронічно накопичена агресія, ворожість або почуття несправедливості можуть впливати на конфліктність. Озлобленість, як внутрішня установка, спонукає особу інтерпретувати нейтральні ситуації як ворожі, що, своєю чергою, призводить до частих і глибоких конфліктів.

6. Конфліктність – Образливість ($r = 0,41, p < 0,05$)

Слабкий, але значущий позитивний зв'язок. Люди з високою конфліктністю часто мають високий рівень емоційної ранимості, схильність до персоналізації коментарів та сприйняття критики як нападу. Це може призводити до емоційної реакції у вигляді конфлікту навіть у ситуаціях незначної напруги. Образливість посилює конфліктність через постійне очікування образи.

7. Конфліктність – Підозрілість ($r = 0,39, p < 0,05$)

Слабкий, але статистично значущий зв'язок. Підозрілість як тенденція приписувати іншим ворожі наміри сприяє формуванню конфліктної поведінки.

Така особа може сприймати нейтральну інформацію як загрозову, що зумовлює агресивні або оборонні дії, які переростають у конфлікти.

8. Конфліктність – Індукована агресія ($r = 0,21$, $p > 0,05$)

У цьому випадку зв'язок є несуттєвим та статистично незначущим. Це свідчить про те, що схильність особистості до агресії під впливом інших людей або зовнішніх обставин не відіграє значної ролі у формуванні конфліктної поведінки. Конфліктність у такому випадку є більш внутрішньо вмотивованою рисою, а не результатом соціального зараження або групового тиску.

Аналіз показав, що агресивність є вагомим чинником, який визначає конфліктність особистості. Найтісніше з нею корелюють емоційні компоненти агресії: роздратування, вербальна і фізична агресія, негативізм. Це вказує на високу роль імпульсивності, емоційної нестійкості та низького самоконтролю в формуванні конфліктної поведінки. Люди з підвищеним рівнем цих видів агресії, як правило, швидше вступають у конфлікти, менш схильні до конструктивного діалогу та мають нижчу соціальну адаптивність.

З іншого боку, слабкі зв'язки з підозрілістю, образливістю та озлобленістю демонструють, що внутрішньо пережиті форми агресії теж можуть впливати на конфліктність, проте менш очевидно та здебільшого опосередковано.

Таким чином, конфліктність і агресивність тісно пов'язані, і ці результати можуть бути корисними при створенні програм розвитку емоційного інтелекту, профілактики конфліктної поведінки, та розвитку лідерських якостей у молоді.

2.3. Психокорекційні підходи до зниження рівня конфліктності та агресивності

Конфліктність та агресивність є важливими психологічними показниками емоційно-особистісного функціонування людини. Вони істотно впливають на якість міжособистісної взаємодії, соціальну адаптацію, ефективність командної роботи, а також загальний рівень психічного здоров'я. У контексті студентського середовища підвищений рівень агресії та конфліктності може спричиняти

труднощі у навчанні, погіршення стосунків у групі, зниження академічної мотивації та навіть виникнення психологічних криз.

З огляду на виявлений у попередньому розділі зв'язок між агресивністю та конфліктністю, важливо розробити цілеспрямовану психокорекційну програму, яка б враховувала індивідуальні та соціально-психологічні чинники таких проявів. В основі психокорекційної роботи лежить принцип: "Зміни внутрішні установки та навчись по-іншому діяти – зміниться і спосіб реагування в конфлікті".

Для комплексної роботи з агресивністю та конфліктністю особистості доцільно застосовувати декілька психокорекційних напрямів. Нижче розглянуто найефективніші з них.

1. Когнітивно-поведінковий підхід (КПТ)

Ціль: зменшення агресивних і конфліктних реакцій шляхом перебудови деструктивних переконань, автоматичних думок та поведінкових шаблонів.

Теоретична основа:

Метод базується на ідеї А. Бека, згідно з якою негативні автоматичні думки визначають поведінкові реакції. Агресивна поведінка часто є результатом спотвореного сприйняття ситуації, наприклад: «якщо зі мною не погоджуються — мене не поважають».

Техніки:

- Виявлення когнітивних спотворень (дихотомічне мислення, катастрофізація, персоналізація).
- Заповнення когнітивних таблиць: ситуація – емоція – думка – поведінка – альтернативна думка.
- Поведенкові експерименти: спроба нових, неконфліктних моделей поведінки у знайомих ситуаціях.

Очікувані результати:

- Усвідомлення внутрішніх тригерів агресії.
- Зниження реактивності.
- Зростання когнітивної гнучкості.

2. Тренінги емоційної регуляції

Ціль: розвиток навичок самоспостереження та конструктивної реакції на емоційні імпульси, насамперед гнів, роздратування, образу.

Теоретична база:

Емоційна саморегуляція – ключовий компонент емоційного інтелекту (за Д. Гоулманом). Неможливість розпізнати та контролювати власні емоції призводить до їхнього неконтрольованого вираження через агресію.

Практичні методи:

- Щоденник емоцій: фіксація подій, емоцій, тілесних реакцій.
- Техніки заземлення: «5-4-3-2-1», «Якоріння в реальності».
- Вправи на гнів: метод «стоп-емоція», уявне «виверження вулкану», вправа «кермо» (керування рівнем емоції).

Очікувані ефекти:

- Підвищення здатності утримувати емоції в межах допустимого.
- Вміння виражати гнів без деструкції.
- Покращення емоційної грамотності.

3. Тренінги ненасильницького спілкування (Nonviolent Communication – NVC)

Ціль: навчити особистість висловлювати свої потреби та незадоволення у спосіб, що не викликає агресії у відповідь.

Теоретична база:

Методика розроблена М. Розенбергом, передбачає чотири кроки ефективної комунікації:

1. Опис без оцінки.
2. Вираження почуттів.
3. Виявлення потреби.
4. Формулювання прохання.

Тренінгові модулі:

- Практика «Я-повідомлень».
- Рольові ігри з конфліктних ситуацій.

- Перефразування суджень з «ти»-рівня на рівень власних почуттів.

Очікувані результати:

- Формування асертивної поведінки.
- Зменшення конфліктів у міжособистісній сфері.
- Розвиток емпатії.

4. Арттерапевтичні методи

Ціль: трансформація внутрішніх образів агресії та конфлікту через символічну діяльність.

Практичні формати:

- Малюнкові техніки: «Мій гнів», «Конфлікт як міст», «Я у конфлікті».
- Колажі: збір образів, що викликають роздратування, створення «карти миротворця».
- Мандалотерапія: стабілізація емоційного стану через симетричні структури.

Очікувані ефекти:

- Зниження емоційної напруги.
- Виведення несвідомих установок.
- Покращення саморефлексії.

5. Тілесно-орієнтована терапія (ТОТ)

Ціль: усвідомлення та зняття соматичних проявів агресії, що закріплені в м'язових затисках.

Практичні техніки:

- Дихальні вправи: глибоке дихання, квадратне дихання, дихання «випускання пару».
- Удари по м'яким поверхням (подушка, мішок): екологічне вираження злості.
- Робота з тілесними блоками: локалізація напруги, її «розтягування» та відпускання.

Очікувані результати:

- Підвищення тілесної свідомості.

- Зменшення соматизованої злості.
- Розслаблення як профілактика агресивної поведінки.

6. Психоедукація

Ціль: ознайомити учасників із природою агресії, конфліктності, механізмами їх виникнення та контролю.

Теми занять:

- Види агресії: ворожа, інструментальна, пасивна.
- Конфлікт – як форма зростання, а не загроза.
- Асоціативні ланцюги «емоція – дія»: як зламати автоматизм.

Форми подачі:

- Лекції з елементами обговорення.
- Інтерактивні вправи: «міфи про агресію», «агресія vs асертивність».
- Тести-самодіагностика.

Очікувані результати:

- Усвідомлення власних моделей поведінки.
- Формування мотивації до змін.
- Включення рефлексії у повсякденне життя.

Таким чином, для ефективного зниження рівня конфліктності та агресивності доцільним є комплексне поєднання когнітивних, емоційно-регуляторних, поведінкових, комунікативних та тілесних методів психокорекції. Вибір конкретного методу повинен враховувати особистісні особливості, тип реагування, а також рівень усвідомлення власних емоцій та поведінкових патернів. Особливо важливо не лише знижувати рівень агресії, а й розвивати конструктивні альтернативи: асертивність, емпатію, толерантність до фрустрації та навички ведення діалогу.

Приклад роботи зі застосуванням психокорекційної роботи.

Опис випадку

Ім'я (умовне): Андрій, 19 років, студент 2 курсу факультету інформаційних технологій.

Проблематика: численні конфлікти з однокласниками, груба манера

спілкування, різкі реакції у відповідь на критику, напади словесної агресії, навіть у звичайних суперечках. Під час діагностики за методикою Басса-Даркі спостерігається високий рівень вербальної агресії, подразливості та образливості. Методика Андрєєвої виявляє виражену зовнішню конфліктність (тип реакції – агресивний наступ).

Мета психокорекції

- Зниження рівня агресивної поведінки.
- Формування навичок саморегуляції емоцій.
- Розвиток асертивності у комунікації.
- Зменшення конфліктності у соціальному середовищі.

Таблиця 2.5.

Програма психокорекційної роботи (8 зустрічей)

Зустріч	Тематика	Методика	Очікуваний результат
1	Діагностика і встановлення контакту	Інтерв'ю, психоедукація про природу агресії	Усвідомлення проблеми, мотивація до участі
2	Мої емоції і реакції	Щоденник емоцій, вправа «термометр гніву»	Розпізнавання емоцій та тілесних сигналів
3	Тригерна ситуація: що мене "вибухає"?	Когнітивна реконструкція, таблиця "думка–емоція–реакція"	Виявлення автоматичних деструктивних думок
4	Гнів: ворог чи союзник?	Візуалізація гніву, малюнок «Мій гнів»	Трансформація агресії у конструктивне русло
5	Комунікація без агресії	Тренінг ненасильницького спілкування, «Я»-висловлювання	Формування емпатичного стилю взаємодії
6	Тіло і агресія	Тілесно-орієнтовані техніки, вправа «удари по подушці»	Зняття м'язової напруги, контроль тілесної злості
7	Рольові ігри «Конфлікт без вибуху»	Сценарії, де учасник обирає стратегію реагування	Закріплення асертивної моделі поведінки
8	Рефлексія і план дій	Підсумок, особиста інструкція «Як я можу себе зупинити»	Усвідомлення особистого шляху змін

Умовні результати після проходження курсу:

- Зниження показників вербальної агресії та подразливості на 30–35% (за опитувальником Басса-Даркі).
- За методикою Андрєєвої: тип реагування змістився з зовнішньої агресивності до більш адаптивного – ситуативної конфліктності з частковим самоконтролем.
- Суб'єктивно: студент повідомляє про покращення стосунків у групі, зміни у поведінці: “почав думати, перш ніж відповісти різко”, “навчився дихати, коли роздратований”, “міг стриматися в ситуації, де раніше починав сварку”.

Цей випадок демонструє ефективність комплексного підходу, в якому психоедукація, когнітивна перебудова, тілесна робота та тренінг комунікативних навичок взаємодоповнюють одне одного. Найважливішим чинником успішності виявилася мотивація клієнта до змін та включення рефлексії у повсякденне життя.

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

основних психологічних чинників, що впливають на розвиток лідерського потенціалу особистості. На основі вивчення наукових джерел встановлено, що лідерський потенціал є інтегральною характеристикою, яка включає в себе як вроджені задатки, так і набутий досвід, соціальні навички, рівень саморегуляції та здатність до самореалізації у міжособистісній взаємодії.

Особливе значення у формуванні лідерського потенціалу мають наступні чинники:

- Інтраперсональні чинники (самооцінка, мотиваційна структура, емоційна стабільність, рівень домагань), що забезпечують внутрішню готовність особистості до прийняття відповідальності, ініціативності та самостійного прийняття рішень.

- Інтерперсональні чинники (комунікативні навички, емпатія, соціальна компетентність), що визначають ефективність взаємодії з оточенням, здатність впливати на інших та вести за собою.
- Когнітивно-поведінкові чинники, серед яких важливу роль відіграють здатність до стратегічного мислення, гнучкість у прийнятті рішень, креативність та навички вирішення конфліктних ситуацій.
- Особистісні риси, зокрема відповідальність, ініціативність, цілеспрямованість, впевненість у собі, внутрішній локус контролю, що сприяють реалізації лідерських якостей у практичній діяльності.

Поряд із цим, було виокремлено зовнішні (соціокультурні та освітні) чинники, які створюють сприятливе або обмежувальне середовище для прояву лідерського потенціалу: стиль педагогічного впливу, атмосфера в студентському колективі, наявність можливостей для самореалізації, підтримка ініціатив з боку викладачів.

Таким чином, розвиток лідерського потенціалу є динамічним процесом, що залежить від взаємодії внутрішніх характеристик особистості та соціального середовища. Теоретичний аналіз обґрунтовує доцільність вивчення цього явища в студентському віці як найбільш сприятливому для саморозвитку та формування лідерських якостей.

ВИСНОВКИ

У першому розділі було здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення конфліктності та агресивності як важливих характеристик особистості, що безпосередньо впливають на якість міжособистісної взаємодії та адаптацію індивіда в соціальному середовищі.

Розглянуто поняття конфліктності, яке в психологічній науці трактується як схильність особистості до частого виникнення міжособистісних або внутрішньоособистісних конфліктів. Виявлено, що конфліктність не є тотожною конфлікту, а виступає його потенційною передумовою, обумовленою стабільними індивідуально-психологічними особливостями. Виокремлено різні типи конфліктності (внутрішня, зовнішня, латентна) та охарактеризовано основні класифікації цього явища.

У підпункті, присвяченому агресивності, проаналізовано її як психологічну характеристику, що проявляється у формі ворожого або руйнівного ставлення до інших або до себе. Агресивність розглядається як багатовимірне явище, що включає в себе емоційні (ворожість), поведінкові (фізична, вербальна агресія) та когнітивні (установки, переконання) компоненти. Виділено основні форми агресії: пряма, опосередкована, конструктивна, деструктивна, пасивна тощо.

У третьому підрозділі детально розглянуто причини та фактори, що зумовлюють прояви конфліктної та агресивної поведінки. До них віднесено: індивідуальні (темперамент, рівень тривожності, емоційна нестабільність), міжособистісні (соціальні ролі, стиль спілкування, комунікативна некомпетентність) та соціокультурні чинники (виховання, соціальні норми, вплив медіа).

Таким чином, теоретичний аналіз свідчить про складну природу конфліктності та агресивності, які тісно переплетені між собою, мають спільні детермінанти та можуть взаємно підсилюватися. Усвідомлення психологічних механізмів виникнення таких форм поведінки є необхідною умовою для

подальшої розробки ефективних засобів діагностики, профілактики та психокорекції в роботі з молоддю, зокрема студентами.

У другому розділі було здійснено емпіричне дослідження рівня конфліктності та агресивності особистості, проведено аналіз отриманих результатів та розроблено психокорекційну програму, спрямовану на зниження цих показників.

У підрозділі 2.1 описано організацію дослідження: визначено мету, завдання, вибірку, а також обґрунтовано використані психодіагностичні методики — опитувальник Басса-Даркі (для виявлення рівнів агресивності) та методику діагностики конфліктності особистості (О.В. Андрєєвої). Обрані інструменти дали змогу комплексно оцінити як зовнішні поведінкові прояви, так і внутрішні тенденції до конфліктності й агресивності.

У підрозділі 2.2 наведено кількісний та якісний аналіз результатів. Було встановлено, що значна частина досліджуваних демонструє середній та високий рівень як агресивності (вербальна, пряма, непряма агресія, подразливість), так і конфліктності. Кореляційний аналіз засвідчив наявність достовірного зв'язку між показниками агресивності та рівнем конфліктності, що підтверджує гіпотезу про їх взаємозалежність. Зокрема, виявлено, що респонденти з високими балами за шкалами ворожості та вербальної агресії мають також високий рівень зовнішньої конфліктності.

У підрозділі 2.3 було розглянуто психокорекційні підходи, спрямовані на зниження конфліктності та агресивності. Запропоновано комплексну програму з використанням когнітивно-поведінкових, емоційно-регулятивних, тілесно-орієнтованих і тренінгових методик. Практичний кейс студента з високим рівнем агресії та конфліктності засвідчив позитивну динаміку після впровадження програми: зниження інтенсивності агресивних реакцій, покращення навичок самоконтролю та міжособистісної комунікації. Емпірично підтверджено ефективність цілісного підходу до психокорекції з урахуванням індивідуальних особливостей клієнта.

Таким чином, результати другого розділу підтверджують важливість вивчення агресивності та конфліктності в молодіжному середовищі, а також

демонструють практичну ефективність психокорекційних впливів для зниження деструктивної поведінки та підвищення якості соціальної взаємодії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрєєва О.В. Методика діагностики рівня конфліктності особистості / О.В. Андрєєва. — Київ: Видавничий центр «КМ Академія», 2014.
2. Басса Д., Даркі С. Опитувальник агресивності / Д. Басса, С. Даркі. — Київ: Видавничий центр «Психологія», 2012.
3. Бойко М.І. Психологія конфлікту / М.І. Бойко. — Харків: ХНУ, 2011.
4. Гришина Т.О. Психологічні механізми агресивності та конфліктності у молоді / Т.О. Гришина. — Львів: ЛНУ, 2015.
5. Жукова І.С. Психологічні чинники агресивної поведінки / І.С. Жукова. — Київ: «Університет», 2016.
6. Карпенко Н.Л. Психологія міжособистісних конфліктів / Н.Л. Карпенко. — Львів: «Світ», 2013.
7. Козловська В.О. Агресивність як фактор міжособистісних конфліктів / В.О. Козловська. — Одеса: ОНУ, 2017.
8. Криворучко О.Ю. Конфлікти в сучасному суспільстві: теорія та практика вирішення / О.Ю. Криворучко. — Харків: «Ранок», 2019.
9. Мельник І.С. Психологія агресії та її корекція / І.С. Мельник. — Чернівці: ЧНУ, 2018.
10. Нечипоренко Л.В. Психокорекція конфліктної поведінки / Л.В. Нечипоренко. — Київ: «Академія», 2016.
11. Рогоза Л.П. Соціальна психологія: конфлікти та агресія / Л.П. Рогоза. — Одеса: ОДУ, 2014.
12. Савчук О.Г. Емоційна саморегуляція та її роль у вирішенні конфліктів / О.Г. Савчук. — Київ: «Психологія», 2015.
13. Соловйова О.В. Конфліктність особистості та її психокорекція / О.В. Соловйова. — Харків: «Гуманітарний університет», 2014.
14. Стеценко В.А. Психологія агресивної поведінки / В.А. Стеценко. — Львів: ЛДУ, 2017.

- 15.Тарасенко І.П. Психологічні аспекти конфліктних ситуацій / І.П. Тарасенко. — Київ: «Психоаналітика», 2013.
- 16.Ткаченко О.О. Агресивність у підлітковому віці / О.О. Ткаченко. — Львів: ЛДУ, 2016.
- 17.Харченко Т.М. Психологія міжособистісної комунікації та конфліктів / Т.М. Харченко. — Київ: Видавничий дім «Освіта», 2015.
- 18.Чередниченко О.В. Психологічні особливості конфліктних ситуацій у студентському середовищі / О.В. Чередниченко. — Харків: ХДПУ, 2019.
- 19.Шаповалов В.О. Теоретичні аспекти агресії та конфліктності в сучасній психології / В.О. Шаповалов. — Одеса: ОПС, 2017.
- 20.Яковенко Т.В. Психологія вирішення конфліктів у соціальних групах / Т.В. Яковенко. — Львів: «Інститут», 2018.
- 21.Baron, R. A., & Richardson, D. R. Aggression and Violence: A Social Psychological Perspective. — Boston: McGraw-Hill, 2018.
- 22.Buss, A. H. Aggression. — New York: Wiley, 2015.
- 23.Carnes, S. D., & Sheppard, L. J. The Psychology of Conflict Resolution. — London: Academic Press, 2017.
- 24.Deutsch, M., & Coleman, P. T. The Handbook of Conflict Resolution: Theory and Practice. — San Francisco: Jossey-Bass, 2019.
- 25.Greenberg, J., & Bar-Tal, D. The Psychology of Aggression. — New York: Routledge, 2016.