

АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ ЯК НАСЛІДОК СТРЕСОВОГО ВПЛИВУ ВІЙНИ

AGGRESSIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENCE AS A CONSEQUENCE OF THE STRESSFUL WAR IMPACT

Стаття присвячена розгляду проблеми агресивної поведінки у юнацькому віці як прояву психологічної дезадаптації на тлі тривалого впливу стресогенних чинників, зумовлених війною. Проаналізовано теоретичні підходи до розуміння агресії, як поведінкової реакції в загальному розумінні та у віковому контексті юнацтва. Виявлено чинники агресивної поведінки, серед яких значний вплив має стрес, спричинений війною. Даний аспект впливає на всі складові життя людини, створюючи не лише фізичну загрозу, а й серйозно підриваючи психологічну стабільність, яка є ключовим елементом здоров'я та загального добробуту особистості.

Представлено аналіз результатів емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення кореляції між рівнем агресивної поведінки у юнацькому віці та рівнем суб'єктивного стресу, спричиненого війною. Були використані такі психодіагностичні методи як шкала сприйняття стресу (PSS), шкала оцінки впливу травматичної події (IES-R) та тест вимірювання агресивності А. Басса та Р. Даркі (опитувальник Почебут Л.Г.). В результаті аналізу серед респондентів юнацького віку виявлено високі показники рівнів як загального стресу, так і дистресу, спричиненого війною, а також середній рівень агресивної поведінки. При цьому найвищі значення серед опитуваних було отримано за шкалою самоагресії. Кореляційний аналіз засвідчив наявність високих коефіцієнтів між усіма досліджуваними змінними, що свідчить про їхній взаємозв'язок і підтверджує значний вплив стресових факторів війни на формування агресивної поведінки. Водночас не виявлено значного зв'язку між цими змінними та місцем проживання учасників. Рівень стресу та інтенсивність пережитої травматичної події також не залежать від віку. Натомість спостерігається незначний обернений зв'язок між віком респондентів і рівнем агресивної поведінки: з віком її інтенсивність знижується.

Отримані результати свідчать про важливість раннього виявлення високого рівня стресу для уникнення його деструктивного впливу у формі агресивної поведінки, а також необхідність здійснення профілактичних та психокорекційних заходів серед осіб юнацького віку.

Ключові слова: агресія, агресивна поведінка, стресовий чинник, війна, юнацький вік,

самоагресія, деструктивний вплив, травмуючий досвід.

The article is focused on the issue of aggressive behavior in adolescence as a manifestation of psychological maladjustment resulting from prolonged exposure to stress-inducing factors caused by war. Theoretical approaches to understanding aggression are analyzed—both as a general behavioral reaction and within the age-specific context of adolescence. The study identifies various factors contributing to aggressive behavior, among which war-related stress plays a significant role. This type of stress impacts all aspects of an individual's life, posing not only a physical threat but also severely undermining psychological stability, which is a key component of health and overall well-being. The article presents an analysis of empirical research aimed at identifying the correlation between the level of aggressive behavior in adolescents and the level of subjective stress caused by war. The psychodiagnostic methods used in the study include the Perceived Stress Scale (PSS), the Impact of Event Scale – Revised (IES-R), and the Aggression Questionnaire by A. Buss and R. Durkee (adapted by L.H. Pochebut). The analysis revealed that adolescent respondents exhibited high levels of both general stress and war-induced distress, along with a moderate level of aggressive behavior. Notably, the highest scores were obtained on the self-aggression scale.

Correlation analysis showed strong coefficients among all examined variables, indicating their interrelationship and confirming the significant impact of war-related stress factors on the development of aggressive behavior. At the same time, no correlation was found between these variables and participants' place of residence. Additionally, neither stress levels nor the intensity of traumatic experiences showed any significant connection with age. However, an inverse relationship was observed between age and the level of aggressive behavior: as age increased, the intensity of aggressive manifestations decreased.

The findings highlight the importance of early detection of high stress levels in order to prevent their destructive expression through aggressive behavior, and emphasize the need for preventive and psychocorrective interventions among adolescents.

Key words: aggression, aggressive behaviour, stress factor, war, adolescence, self-aggression, destructive influence, traumatic experience.

УДК 159.922.86-056.49:159.944.4»364»
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.11>

Губа Н.О.

к.психол.н., доцент кафедри психології
Запорізький національний університет

Неманежина А.О.

викладач кафедри психології
Запорізький національний університет

Шестерньова Т.С.

здобувач вищої освіти кафедри
психології
Запорізький національний університет

Постановка проблеми. Воєнні дії, що на дані час охоплюють повсякденне життя українського суспільства, створюють надзвичайно складне психосоціальне середовище, у якому формується, розвивається та функціонує молодь. У юнацькому віці відбуваються важливі психологічні процеси становлення особистості, зокрема розвиток самосвідомості, формування моральних переконань та системи цінностей. У цей період психіка є осо-

бливо вразливою до зовнішніх стресових впливів, травмуючого досвіду, до якого призводять події війни: вимушене переселення, втрата близьких, руйнування стабільності та безпеки, тривога стосовно майбутнього.

Одним з типових механізмів психологічного реагування та тривалий стрес є агресивна поведінка – як засіб психологічного захисту, зниження емоційного напруження чи спроби відновлення

контролю над ситуацією. Водночас деструктивна агресивна поведінка може мати негативні наслідки як для самої особистості, так і для її соціального оточення. Актуальність даного питання визначається прогресивним зростанням рівня агресивної поведінки у формі злочинності серед молоді України, і, як наслідок, ускладненням соціальної адаптації, комунікації та загального психологічного розвитку особистості.

Аналіз публікацій. Феномен агресивної поведінки розглядали велика кількість зарубіжних та вітчизняних дослідників. Зокрема, можна виділити основні три підходи до визначення її природи:

Біологічна (інстинктивна) теорія – агресія є вродженим інстинктом, що забезпечує виживання виду, накопичується всередині організму та потребує вивільнення; її класичними представниками є зокрема З. Фройд, К. Лоренц, Е. Фромм [9; 10; 11].

Фрустраційно-агресивна теорія, що визначає агресію, як реакцію-відповідь на фрустрацію. Такої думки дотримувалися Дж. Доллард, Н. Міллер, Л. Берковіц, С. Розенцвейг та інші [8].

Теорія соціального научіння – агресія є набутою формою поведінки, що формується шляхом спостереження за моделями та через підкріплення (А. Бандура, Р. Кратчфілд, Х. Левінсон) [7].

Аналізу причин та форм агресивної поведінки юнаків присвячена значна кількість робіт. Результати досліджень вітчизняних дослідників, таких як В.В. Товт, В.І. Кардашова, Т.В. Іванова, Л.О. Прокоф'єва [3; 4; 5; 6] вказують на те, що агресивна поведінка у юнаків проявляється, зокрема, через підозрілість, образи, пряму та непряму вербальну агресію, фізичні прояви. Основними її причинами є низька самооцінка, вплив виховання та сім'ї, суспільства в цілому, а також засобів масової інформації.

Крім переліченого, однією із причин виникнення агресивної поведінки є війна. У дослідженні Бевзи Л.Ю. та Ящук К.В. серед основних психологічних реакцій на стрес, викликаний війною, відзначається нестабільність емоційного та психічного стану. Це, у свою чергу, призводить до ригідності поведінки, труднощів у подоланні стресових обставин, порушень у когнітивній сфері, а також до підвищеного рівня тривожності та страху [1]. Герман Л.В. серед типових реакцій на стресові події, спричинені війною, виділяє такі прояви, як ступор, агресивність, апатія, відчуття провини та панічні стани [2].

Мета дослідження – виявлення взаємозв'язку рівня агресивної поведінки у юнацькому віці із рівнем суб'єктивного дистресу, спричиненого війною.

Виклад основного матеріалу дослідження. Відповідно до означеної мети, емпіричне дослідження було проведено серед 41 респондента юнацького віку (від 15 до 23 років). До вибірки увійшли учні загальноосвітніх шкіл, студенти вищих навчальних закладів других, третіх та четвертих рівнів – коледжів, інститутів та університетів від-

повідно, а також працюючі юнаки. Крім того, серед загальних проаналізованих даних було місце проживання респондентів, що включило різні області України (Запорізьку, Дніпропетровську, Житомирську, Київську, Черкаську, Тернопільську, Хмельницьку, Львівську), а також інші країни.

У дослідженні були застосовані наступні психодіагностичні методики:

Шкала сприйняття стресу (The Perceived Stress Scale (PSS)) – опитувальник, застосований з метою виявлення рівня суб'єктивного психологічного стресу, а також його імовірних наслідків для особистості.

Шкала оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale – Revised, IES-R) – методика, застосована для оцінки психологічної реакції на травмуючу подію (у контексті даного дослідження – війни) у трьох основних формах: інтрузії (навіязливі спогади), уникнення (думок, дій, розмов про подію) та гіперактивація (підвищена збудливість нервової системи).

Тест вимірювання агресивності А. Басса та Р. Даркі (опитувальник Почебут Л.Г.) – проведений задля визначення загального рівня агресивної поведінки, а також її окремих форм: фізичної, вербальної, емоційної, предметної агресії та ауто-агресії.

За результатами аналізу шкали сприйняття стресу було виявлено, що 74% респондентів демонструють високий рівень суб'єктивного стресу. Це свідчить про наявність значного психологічного напруження серед юнаків. В той же час, середній (14%) та низький (12%) рівні були проявлені в меншості та вказують на обмеженість захисних механізмів в умовах надмірного навантаження.

Аналіз результатів двох додаткових шкал – сприйняття безпорадності та зниження самоефективності – свідчить про те, що суб'єктивний дистрес респондентів найбільш виражено проявляється через відчуття безпорадності та втрату контролю над життєвими обставинами. Зокрема, лише 4% учасників продемонстрували низький рівень безпорадності, натомість 49% мали високі показники, а ще 47% – середні. Такий розподіл, разом із великою різницею між мінімальними та максимальними значеннями, відображає неоднорідність емоційної стійкості в групі досліджуваних. Щодо зниження самоефективності, то 39% опитаних мали низькі показники, що може свідчити про наявність внутрішніх ресурсів та збережену здатність справлятися зі стресовими ситуаціями.

Наступною змінною, що розглядалася в межах дослідження, було місце проживання осіб юнацького віку. Респондентів було поділено на три групи залежно від географічного розташування: східні області України (з високим рівнем небезпеки в умовах війни), центральні та західні області (помірно безпечні) та інші країни (безпечні умови). У групі, яка проживає у східних регіонах, спостерігається широкий діапазон рівнів стресу, хоча більшість (86%) демонструє середні показники. Особи з цен-

тральної та західної частин України мають переважно середній або високий рівень суб'єктивного стресу. Водночас серед тих, хто наразі проживає за кордоном, більшість також виявляє високий рівень стресу. Таким чином, можна зробити висновок, що фізична безпека місця проживання не гарантує низького рівня стресу, що вказує на наявність інших, можливо, психологічних або соціальних чинників, які впливають на його формування.

Надалі за рівнем впливу травматичної події за шкалою IES-R було виявлено, що 69% опитуваних мали високий рівень, 9% – середній та 22% – низький. Це вказує на те, що значна частка переживає інтенсивні прояви, пов'язані з травматичною подією. Відповідно, за окремими симптоматичними шкалами було зафіксовано найвищий рівень у шкалі збудливості – 47% високого рівня прояву, що визначає домінуючою посилену гіперактивацію нервової системи на травмуючу подію. Крім того, за шкалою вторгнення так само виявлено високий рівень прояву (46%), що вказує на часті прояви переживання нав'язливих думок, спогадів, пов'язаних з війною. Найменший відсоток високого рівня прояву був виявлений за шкалою уникнення (31%), що є цілком закономірним наслідком неможливості дистанціюватися від прямого та опосередкованого впливу воєнних дій (як фізичного, так і психологічного форм стресу).

Проведений аналіз з урахуванням регіону проживання респондентів показав, що серед учасників зі східних областей України мають високий рівень за шкалою оцінки впливу травматичної події (78%). Це значно перевищує відповідні показники серед тих, хто проживає за межами України, де 57% респондентів продемонстрували високий рівень. Представники інших регіонів України (центральної та західної) у переважній більшості також мають середні та високі показники, що в сумі становить 86%.

Також було проведено кореляційний аналіз між двома змінними – віком учасників та загальним рівнем суб'єктивного стресу, а також рівнем впливу травматичної події. У обох випадках коефіцієнт кореляції складав значення, в середньому рівне 0,1, що дає підставу стверджувати, що вік респондентів не має суттєвого впливу на переживання ними стресу.

Аналіз рівня агресії показав, що 92% респондентів мають середній рівень, що свідчить про загалом адаптивні емоційні реакції. За окремими шкалами було виявлено наступні результати: найвищий показник високого рівня агресії серед респондентів був за шкалою самоагресії (52%), далі у порядку спадання вербальна (24%), емоційна (14%), фізична (7%) та предметна (5%) форми агресивної поведінки.

Між місцем проживання та рівнем агресивності респондентів виявлено наявність кореляційного зв'язку, коефіцієнт якого становить 0,2. Найбільш виражений взаємозв'язок спостерігається за шкалою вербальної агресії: чим вищий рівень небез-

пеки у середовищі проживання, тим вище показники даного типу агресії. Водночас за шкалами предметної та емоційної агресії статистично значущих зв'язків не виявлено, а за шкалами фізичної агресії та аутоагресії – кореляція є незначною або відсутньою.

Аналіз кореляції між віком респондентів та загальним рівнем агресії показав слабкий зворотний зв'язок ($r = -0,2$), що свідчить про тенденцію до зниження агресивної поведінки з віком. Така динаміка може бути зумовлена розвитком навичок емоційної саморегуляції, формуванням стратегій контролю імпульсивних реакцій, а також віковими соціальними та біологічними змінами.

Наступним етапом дослідження було здійснення кореляційного аналізу між усіма досліджуваними змінними для виявлення наявності зв'язку між ними. Так, між рівнем сприйнятого стресу та рівнем впливу травматичної події наявний значущий коефіцієнт кореляції, рівний 0,8. Це вказує на те, що війна є однією з причин підвищення суб'єктивного сприйняття стресу. Те ж саме значення було отримане при аналізі кореляції між значеннями шкали PSS та рівня агресивної поведінки респондентів. Це підтверджує тенденцію до виявлення агресивних реакцій внаслідок психоемоційного напруження, спричиненого стресом.

Врешті решт, коефіцієнт кореляції між загальним рівнем стресу респондентів та рівнем агресивної поведінки виявився найвищим та дорівнює 0,9. Отже, що вищим є рівень стресу, спричиненого війною, то вищою є рівень агресивної поведінки, при чому її найчастішими проявами, відповідно до дослідження, є самоагресія.

Варто зазначити, що дані результати вказують на важливість своєчасного психологічного втручання з метою профілактики деструктивних форм агресії, зниження психоемоційного напруження та підтримки психологічного благополуччя молоді в умовах воєнного часу. Важливо впроваджувати спеціалізовані програми психоемоційної підтримки, які включають розвиток навичок саморегуляції, опанування ефективних способів подолання стресу, формування безпечного соціального середовища та залучення до психологічної просвітницької роботи. Крім того, необхідним є міждисциплінарний підхід, що передбачає співпрацю психологів, педагогів, соціальних працівників та родин для забезпечення комплексного підходу до профілактики агресивної поведінки та зміцнення психологічної стійкості юнацтва.

Висновки. Таким чином, за результатами теоретичного аналізу проблеми агресивної поведінки з'ясовано, що має біологічні та соціальні передумови виникнення. У юнацькому віці агресивність часто загострюється через вікові особливості. Психологічна нестабільність, емоційна лабільність, пошук ідентичності, бажання самоствердитися, підвищена чутливість до соціальної несправедливості або приниження можуть стати підґрунтям для імпульсивних і навіть агресивних дій. Крім того,

юнаки часто не мають достатньо сформованих навичок саморегуляції, що ускладнює контроль власних емоцій і поведінки. Окрім зазначеного, агресивна поведінка у даному віці зумовлюється впливом зовнішніх обставин. Зокрема, однією з таких є стрес, спричинений війною, що не тільки погіршує загальний психологічний стан та адаптаційні можливості особистості, а й спричиняє деструктивний вплив на поведінку і як наслідок, може проявлятися у формі агресивних проявів.

Під впливом хронічного стресу, викликаного війною, агресивна поведінка може набувати різних форм: вербальна та предметна агресія, ворожість, злість, а в деяких випадках – фізичне насильство або саморуйнівні дії. Це є своєрідною захисною реакцією психіки, яка намагається компенсувати внутрішню напругу, фрустрацію та почуття безпорадності.

За проведенням емпіричним дослідженням війна, як потужний стресогенний чинник, справляє значний вплив на психологічний стан юнаків, зокрема у вигляді підвищеного рівня суб'єктивного стресу та дистресу. Більшість респондентів продемонстрували високі показники сприйняття стресу, що свідчить про глибоке емоційне напруження та психологічну вразливість. Найбільш типовими реакціями на травматичну подію виступають гіперактивація нервової системи та інтрузивні переживання, що підтверджує глибоке психологічне залучення осіб юнацького віку до подій війни навіть за умов фізичної безпеки.

Місце проживання має вплив на рівень стресу та агресивної поведінки: у більш небезпечних регіонах (наприклад, схід України) частіше фіксуються високі показники як дистресу, так і агресії, особливо у формі вербальної. Натомість, цей вплив є відносно незначним.

Виявлено суттєвий взаємозв'язок між рівнем стресу та рівнем агресивної поведінки (коефіцієнт кореляції $r = 0,9$). Це свідчить про те, що зростання психоемоційного напруження, зокрема спричиненого війною, прямо впливає на ймовірність агресивних проявів у поведінці юнаків. Домінуючою формою агресії серед учасників дослідження виступає самоагресія, що вказує на внутрішній характер переживань, які не завжди знаходять вихід у зовнішніх діях, але можуть мати серйозні наслідки для психічного здоров'я особистості.

Вік не є суттєвим чинником, що впливає на рівень стресу або агресії, хоча спостерігається тенденція до зниження рівня агресивної поведінки з віком, ймовірно, завдяки розвитку емоційної саморегуляції.

Отже, агресивна поведінка є актуальною проблемою у наш час, особливо через вплив стре-

сового чинника війни, тому потребує особливої уваги з боку фахівців психологічної галузі, освітніх установ та суспільства загалом. Війна створює хронічне емоційне напруження, почуття небезпеки та нестабільності, що провокує підвищену вразливість молоді до агресивних реакцій як способу реагування на зовнішні подразники. У зв'язку з цим, важливим завданням є вчасне виявлення проявів агресії, їхнє адекватне розуміння та корекція за допомогою психопрофілактичних і психокорекційних заходів, які спрямовані на формування здорових механізмів подолання стресу, емоційного самоконтролю та соціально прийнятної поведінки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бевза Л.Ю., Ящук К.В. Психологічні реакції осіб на стрес під час війни. *Topical aspects of modern scientific research : Proceedings of VI International Scientific and Practical Conference*. Tokyo, Japan. 22–24 February 2024. С. 221–226.
2. Герман Л.В. Основні стресові реакції людини в умовах війни. *Забезпечення психологічної допомоги в секторі сил оборони України : зб. тез всеукраїнського міжвідомчого психологічного форуму* (м. Київ, 30 червня 2022 року) Київ, 2022. С. 139–141.
3. Кардашова В.І., Іванова Т.В. Корекція агресивної поведінки юнаків з різним локусом контролю: інтеграція психодинамічного підходу та арт-терапії. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 35 (74) № 6. 2024. С. 191–198.
4. Прокоф'єва Л.О. Вияви агресивної поведінки особистості залежно від типу виховання. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*. Серія «Педагогічні науки». Вип. 36. 2017. С. 200–205.
5. Сергеева К.В. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації: дис. на здобуття наук. ступеня кандидата пед. наук: 13.00.05. Київ, 2016. 368 с.
6. Товт В.В. Психологічні особливості проявів агресивності в юнацькому віці. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія Психологія, Випуск 2. 2021. С. 28–32. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.2.6>
7. Bandura A. Aggression: A Social Learning Analysis. *Englewood Cliffs*. New Jersey : Prentice-Hall, 1973. 390 p.
8. Dollard J., Doob L.W., Miller N.E., Mowrer O.H., Sears R.R. in collaboration with Hovland C.I., Sollenberger R.T. Ford C. S. Frustration and Aggression. New Haven: Yale University Press, 1939. 209 p.
9. Freud S. Civilization and Its Discontents. London: Routledge, 2002. 192 p.
10. Fromm E. The anatomy of human destructiveness. New York : Holt, Rinehart and Winston. 1973. 521 p.
11. Lorenz K. On Aggression / translated by Marjorie Kerr Wilson. London, New York: Routledge, 2002. 306 p.