

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

факультет здоров'я людини
кафедра психології та соціології

В. В. Захарова

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА У ЗРІЛОМУ ВІЦІ ЯК ДЕСТРУКТИВНИЙ
ЧИННИК МЕЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ**

2025

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет здоров'я людини
Кафедра психології та соціології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Агресивна поведінка у зрілому віці як деструктивний чинник
міжособистісної взаємодії»

Здобувачка вищої освіти спеціальності 053 Психологія,
ОПП «Психологія», групи ПС-244зм

В. В. Захарова

Керівник роботи: Канд. психол. н., доц.

А. М. Османова

Рецензент: Канд. психол. н.; ст.наук. співробітник,
доцент кафедри практичної психології та соціальних
технологій Європейського

Т. І. Белавіна

2025

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет _____ здоров'я людини _____
Кафедра _____ психології та соціології _____
Освітній ступінь _____ магістр _____
Спеціальність _____ 053 Психологія _____
Освітньо-професійна програма _____ «Психологія» _____

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувачка кафедри
психології та соціології
Бохонкова Ю.О.

“03” вересня 2025 року

**ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ
Захарової Вікторії Віталіївни**

1. Тема роботи: «Агресивна поведінка у зрілому віці як деструктивний чинник міжособистісної взаємодії».

Керівник роботи: А. М. Османова – к. психол.н., доц., доцент кафедри психології та соціології, затверджений наказом по університету від «02» вересня 2025 року, № 141/15.04

2. Строк подання студентом роботи до захисту «10» грудня 2025 року.

3. Вихідні дані до роботи: обсяг роботи – 80 сторінок (1,5 інтервал, 14 шрифт з дотриманням відповідного формату), список використаної літератури оформлюється згідно з бібліографічними нормами з урахуванням Національного стандарту України ДСТУ 8302:2015.

4. Зміст основної частини (перелік питань, які потрібно розробити): проаналізувати наукові джерела з зазначеної тематики; підібрати діагностичний інструментарій згідно проблеми дослідження; на основі проведеного констатувального експерименту розробити й апробувати програму соціально-психологічного тренінгу. Провести формувальний експеримент. Ефективність проведеного експерименту оцінити за допомогою математичних методів оцінки значущості відмінностей середніх величин.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень): таблиці, рисунки (гістограми, діаграми, сегментограми, графіки)

6. Консультанти розділів:

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1.	Османова А. М. – к. психол. н., доц., доцент кафедри психології та	04.09.2025 р.	16.10.2025 р.

	соціології		
2.	Османова А. М. – к. психол. н., доц., доцент кафедри психології та соціології	17.10.2025 р.	24.10.2025 р.
3.	Османова А. М. – к. психол. н., доц., доцент кафедри психології та соціології	25.10.2025 р.	03.11.2025 р.

7. Дата видачі завдання: «03» вересня 2025 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Визначення проблеми, завдань дослідження та розроблення плану кваліфікаційної роботи.	04.09.2025 р. – 07.09.2025 р.	
2	Аналіз літератури за проблемою. Систематичний аналіз наукових джерел. Структурування огляду літератури. Робота над теоретичною частиною дослідження.	08.09.2025 р. – 16.10.2025 р.	
3	Узагальнення результатів констатувального експерименту.	17.10.2025 р. – 24.10.2025 р.	
4	Розробка та апробація програми соціально-психологічного тренінгу.	25.10.2025 р. – 31.10.2025 р.	
5	Обробка, графічне оформлення та психологічний аналіз результатів формувального експерименту та оцінка ефективності корекційних заходів за допомогою методів математичної статистики	01.11.2025 р. – 03.11.2025 р.	
6	Узагальнення наукових фактів, написання висновків за результатами проведення дослідження. Технічне оформлення роботи.	04.11.2025 р. – 08.12.2025 р.	
7	Попередній захист роботи	09.12.2025 р. – 10.12.2025 р.	
8	Представлення роботи на зовнішню рецензію.	11.12.2025 р. – 14.12.2025 р.	
9	Перевірка роботи на академічний плагіат.	15.12.2025 р. – 17.12.2025 р.	
10	Підготовка кваліфікаційної роботи до захисту.	18.12.2025 р. – 21.12.2025 р.	
11	Захист кваліфікаційної роботи.	22.12.2025 р. – 27.12.2025 р.	

Здобувачка вищої освіти

Захарова В. В.

Керівник роботи:

к. психол. н., доц.

Османова А. М.

АНОТАЦІЯ

Текст – 91 с., табл. – 21, рис. – 33, джерел – 75.

У магістерській роботі представлено аналіз проблем вивчення агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії людей у зрілому віці та показано специфіку моделей психологічного розвитку особистості зрілого віку з урахуванням гендерного аспекту.

Було проведено експериментальне дослідження, спрямоване на аналіз агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці, з урахуванням статевих відмінностей. На основі отриманих результатів експерименту були сформульовані рекомендації щодо психологічної профілактики та корекції агресії як негативного компонента міжособистісних взаємин у даній віковій категорії.

Ключові слова: АГРЕСІЯ, ФІЗИЧНА АГРЕСІЯ, ВЕРБАЛЬНА АГРЕСІЯ, ДЕСТРУКТИВНА ПОВЕДІНКА, МІЖОСОБИСТІСНІ ВІДНОСИНИ, ЗРІЛІСТЬ, ОСОБИСТІСТЬ, ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ, ЧОЛОВІК, ЖІНКА, ПСИХОЛОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА.

ABSTRACT

V. V. Zakharova. Aggressive Behavior in Adulthood as a Destructive Factor of Interpersonal Interaction. – Qualification work. – Kyiv, 2025.

The master's thesis presents an analysis of the issues related to the study of aggression as a destructive form of interpersonal interaction in adulthood, and demonstrates the specific characteristics of psychological development models in this age group, considering the gender aspect.

An experimental study was conducted to analyze aggression as a destructive form of interpersonal interaction in adulthood, with a focus on gender differences. Based on the results of the experiment, recommendations were formulated for the psychological prevention and correction of aggression as a negative component of interpersonal relationships in this age group.

Keywords: AGGRESSION, PHYSICAL AGGRESSION, VERBAL AGGRESSION, DESTRUCTIVE BEHAVIOR, INTERPERSONAL RELATIONS, ADULTHOOD, PERSONALITY, GENDER ASPECT, GENDER, MALE, FEMALE, PSYCHOLOGICAL PREVENTION.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОСТІ ЯК ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ МІЖОСОБИСТОЇ ВЗАЄМОДІЇ СЕРЕД ЛЮДЕЙ ЗРІЛОГО ВІКУ	13
1.1. Огляд наукових джерел щодо проблеми агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці в контексті вітчизняної та міжнародної науки	13
1.2. Особливості та закономірності психічного розвитку особистості у зрілому віці (середній вік зрілості 35-45 років)	19
1.3. Гендерні особливості прояву агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці	24
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1	33
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ХАРАКТЕРИСТИКИ АГРЕСИВНОСТІ ЯК ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ	36
1.2. Обґрунтування та опис методів вивчення агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілому віці	38
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження агресії як деструктивної форми взаємодії у зрілому віці	45
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2	68
РОЗДІЛ 3. РОЗРОБКА СИСТЕМИ РЕКОМЕНДАЦІЙ ЩОДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ АГРЕСІЇ ЯК ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ	71
3.1. Планування психологічної профілактичної та корекційної роботи у випадку особи, яка проявляє агресивну та деструктивну міжособистісну поведінку взаємодії	71
3.2. Закріплення сформованих умінь, узагальнення результатів, досягнутих у процесі ресоціалізації, та аналіз самопочуття учасників програми	81
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3	83
ВИСНОВКИ.....	84
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	89

ВСТУП

Актуальність дослідження. Ретроспективний аналіз історичного розвитку людства та його деструктивних аспектів дозволяє стверджувати, що жорстокість і насильство є перманентними соціальними феноменами, а їхні сучасні прояви не завжди свідчать про неконтрольовану ескалацію. Сучасна цивілізація вступила в еру інтенсивного прогресу однак, незважаючи на ці значні досягнення, залишається низка чинників, які генерують побоювання щодо її майбутньої безпеки та виживання. Безперервний розвиток технологій і технічних засобів, незалежність деяких націй і країн, формальний розрив відносин панування та підпорядкування, повна трансформація інформаційних мереж і глобального рівня комунікації не допомогли людству вирішити причини агресії, а отже, не сприяли вирішенню проблеми постійного відродження агресії в суспільстві. Відбулася винятково зміна домінуючих форм придушення та насильства: трансформувалися складові та показники прояву агресії, однак це не забезпечило повного викорінення агресії як суспільно-деструктивного явища.

Людський генофонд природно наділений винятковими рисами та безмежним потенціалом, такими як здатність до любові, щедрості, справедливості, великої мужності, милосердя та інших позитивних якостей. Однак, попри всі ці чудові риси, люди легко піддаються впливу ненависті та практикують лінчування. Це означає, що людський генофонд має серйозні вади. Людській природі властиво завдавати шкоди, завдавати болю, а також завдавати чи вчиняти шкоду. Тому не можна ігнорувати безмежний потенціал агресії, що призводить до війни, тортур, геноциду, злочинів на ґрунті ненависті, помсти, гніву, рабства, жадібності, руйнування екосистем та багатьох інших форм жорстокості.

Біологи, етологи, соціологи та юристи вже багато років вивчають агресію як загальне психологічне та соціальне явище, використовуючи власні методи та підходи. Однак найбільших успіхів у дослідженні природи та механізмів агресивної поведінки людини досягнуто в психології. Останнім

часом дослідження на цю тему користуються значною популярністю психологів усього світу. На цю тему написано численні статті та книги, проведено міжнародні конференції, симпозіуми та семінари, проведено численні дослідження — теоретичні, експериментальні, оригінальні тощо. Таким чином, очевидно, що в даній предметній області, незважаючи на її значну складність та високий дослідницький інтерес, зберігається велика кількість нерозв'язаних проблем та дискусійних питань.

Обсяг даних і теорій щодо агресії як загального психологічного та соціального явища є досить великим, і, на жаль, охопити весь цей матеріал в одному дослідженні неможливо та невиправдано. Однак, досліджуючи феномен агресії як деструктивної форми, стало зрозуміло, що необхідно звертати увагу на міжособистісні взаємодії, в яких кожна людина проводить значну частину свого життя. Зважаючи на останні глобальні та національні події, зокрема пандемію коронавірусу та повномасштабне вторгнення, поглиблене вивчення кризових станів індивідів та їхньої агресивної поведінки в межах міжособистісних стосунків набуває особливої актуальності. Це дослідження є важливим, оскільки воно безпосередньо впливає на якість соціального та повсякденного життя кожної особи. При розгляді феномену агресії як деструктивної форми також було виявлено, що агресія значною мірою вивчається без урахування аспекту гендерних та вікових особливостей особистості. Отже, не враховуються певні гендерні та соціальні ролі, що представляють норми поведінки в суспільстві, а також певні риси особистості, що впливають на світогляд, самовизначення та міжособистісні взаємодії. При цьому також ігнорується той факт, що агресивна поведінка може бути деструктивною не лише для інших, але й, перш за все, для самої особистості. Відповідно до принципу поетапного наукового пізнання, дослідження феномену агресії доцільно зосередити насамперед на проблемі деструктивних форм міжособистісної взаємодії, з обов'язковим урахуванням гендерних відмінностей та вікової специфіки суб'єктів.

На підставі вищевикладеного, доведено, що проблематика агресії у

контексті деструктивної міжособистісної взаємодії у зрілому віці зберігає високий рівень актуальності для психологічної науки. Її практична значущість істотно зростає на тлі соціальних криз, що визначає даний напрямок як першочерговий у військовий та післявоєнний період.

Теоретичну базу дослідження створюють зокрема праці вітчизняних та зарубіжних учених: Андрушко Я. С., Бандура А., Баран А. В., Басс А., Берон Р., Білюченко Ю. М., Войцехівська Н. К., Волянська О. В., Герман Дж., Гевін Х., Гнатюк Н. І., Долінська Л. В., Дроздов О., Кальницька К. О., Качанова Ю. В., Кейсельман (Дорожкін) В. Р., Климчук Ю. П., Коковіхіна О. С., Коханова О. П., Кравченко А. В., Кравчук С. Л., Кубриченко Т. В., Лісовенко А. Ф., Лоренц К. З., Луценко А. П., Мазоха І. С., Марценюк Т., Матвєєва О. А., Рябчук А., Пасєка О. В., Петечел О. Ю., Портер Т., Річо Девід, Річардсон Д., Руденко Л. М., Сергєєнкова О. П., Скиба Е., Спринська З. В., Столярчук О. А., Токарева Н. М., Трофимчук В. В., Чаговець Л., Чорний Г. О., Фройд З., Юрків Я. І.

Мета дослідження: аналіз агресії як деструктивного прояву міжособистісної взаємодії у осіб зрілого віку з урахуванням гендерних аспектів, особливостей сучасної соціальної ситуації та психологічних характеристик особистості в умовах сучасного суспільства.

1. Проаналізувати та систематизувати провідні науково-психологічні підходи до розуміння феномену агресії, її сутності, структурних компонентів і класифікацій, а також теоретичних моделей інтерпретації агресивної поведінки.

2. Здійснити теоретико-методологічний аналіз агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в соціально-психологічному контексті, з акцентом на специфіку її проявів у зрілому віці та з урахуванням гендерних відмінностей.

3. Емпірично дослідити особливості прояву агресії у міжособистісній взаємодії зрілих осіб, визначивши характерні форми та патерни агресивної поведінки залежно від статі, із застосуванням адекватного комплексу психодіагностичних методик.

4. Розробити науково обґрунтовані рекомендації з психологічної профілактики та корекції агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілому віці з урахуванням гендерного аспекту.

Об'єкт дослідження – індивідуальна агресивність у міжособистісних стосунках.

Предмет дослідження: агресія як деструктивна форма міжособистісної взаємодії в зрілому віці.

Для вирішення наукової проблеми та формулювання цілей були використані такі **методи дослідження:**

теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація теоретичних та емпіричних даних;

емпіричні: діагностичні методики, спостереження, анкетування, опитування, якісні та кількісні методи обробки даних.

На основі теоретичних досліджень проблеми агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілому віці, з урахуванням гендерного аспекту, було обрано такі методи:

1. Методика діагностики показників і форм агресії Басса А. і Даркі А.;
2. Тест-опитувальник Айзенка Г. – ЕРІ;
3. Методика дослідження «Маскулінність-фемінність» Сандри Бем;
4. Методика діагностики міжособистісних відносин Лірі Т.;
5. Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки Томаса К.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в розширенні теоретичних уявлень про агресію як деструктивну форму міжособистісної взаємодії у зрілому віці. Це досягнуто шляхом емпіричного дослідження відмінностей між представниками чоловічої та жіночої статі за низкою психологічних параметрів, що визначають прояви агресивної поведінки в межах міжособистісних стосунків у зрілому віці. Крім того, новизна полягає в розробці рекомендацій для профілактики та психологічної корекції агресії у осіб, що виявляють деструктивну поведінку в міжособистісних взаємодіях, що може мати важливе практичне значення для психологічної підтримки та терапії.

Теоретичне значення отриманих результатів полягає в проведенні

комплексного аналізу проблеми агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілих людей з урахуванням гендерного аспекту. Ці результати стали основою для розробки та впровадження навчальних програм і тренінгів, таких як «Психокорекція», «Психологія особистості», «Кризова психологія», а також для розвитку нових досліджень у цій галузі. Результати роботи сприяють глибшому розумінню впливу гендерних і психологічних факторів на агресивну поведінку в міжособистісних стосунках і можуть бути корисними для подальших теоретичних і практичних розробок у психології.

Практична значення отриманих результатів полягає в тому, що нові знання та сформований підхід до проблеми агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілому віці можуть бути ефективно використані в різних галузях досліджень, зокрема в психології, соціології, статистиці та інших дисциплінах, що стосуються цієї теми. Окрім того, деякі положення роботи, а також науково обґрунтовані висновки і рекомендації можуть бути корисними для фахівців, зокрема психологів, які працюють з особами, що скоїли домашнє насильство. Це дозволяє врахувати специфічні особливості соціальної ситуації та психологічні характеристики особистості в сучасних умовах, що, в свою чергу, сприятиме більш ефективному психологічному супроводу та корекції агресивної поведінки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОСТІ ЯК ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ МІЖОСОБИСТОЇ ВЗАЄМОДІЇ СЕРЕД ЛЮДЕЙ ЗРІЛОГО ВІКУ

1.1. Огляд наукових джерел щодо проблеми агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці в контексті вітчизняної та міжнародної науки

Аналіз останніх подій у сучасному світі свідчить про те, що сучасне суспільство характеризується сталим зростанням агресивної поведінки, що вважається однією з найактуальніших соціально-психологічних проблем. Термін «агресивність» все частіше асоціюється з негативними емоціями, негативними мотивами, негативним ставленням та деструктивними діями. Тому проблема агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії є центральною темою сучасних теоретичних та емпіричних психологічних досліджень.

Кілька вчених пояснюють агресивну поведінку з точки зору її біологічного походження. Наприклад на думку австрійського етолога Конрада Лоренца агресія — це успадкована спонтанна готовність боротися за існування або захоплювати та захищати власність. Вчений зазначив, що міжвидова конкуренція — це тип конкуренції, в якій хижак і жертва зацікавлені однаково. І що саме агресія спрямована проти об'єкта, який знаходиться нижче в ієрархії [42].

Згідно з Фройдом, агресія — це вроджений людський інстинкт, необхідний для виживання. Згідно з його теорією двох інстинктів, кожна людина має інстинкт життя та інстинкт смерті. Інстинкт життя забезпечує енергію для існування, росту та розвитку, тоді як інстинкт смерті прагне до самознищення особистості. Інстинкт смерті часто спрямований назовні, проти навколишнього світу, у формі агресії. Енергія інстинкту смерті постійно накопичується в організмі, і якщо його не вводити в малих дозах,

зрештою проявляється в екстремальній формі [1].

Агресія також розглядається як набутий захисний механізм, що формується під впливом зовнішніх факторів, а не інстинктивних внутрішніх імпульсів. Наприклад, діти в країнах, що перебувають у стані війни, проявляють агресію значно раніше і виразніше, ніж їхні однолітки, які живуть у мирних умовах. Таким чином, агресія часто виникає як своєрідний захисний механізм у відповідь на ворожу та небезпечну соціальну ситуацію.

Зазначається, що агресивність людини та схильність до агресивної поведінки визначаються її індивідуальними особливостями розвитку. Виникнення агресивної поведінки зумовлене низкою факторів, зокрема віком, статтю, індивідуальними особливостями, а також зовнішніми фізичними та соціальними умовами. Наприклад, зовнішні обставини, такі як шум, спека, натовп, проблеми навколишнього середовища тощо, можуть посилити агресію. Однак, на думку більшості дослідників, безпосереднє соціальне середовище відіграє вирішальну роль у виникненні агресивної поведінки особистості [46].

Соціально-когнітивна теорія Альберта Бандури демонструє, що розвиток агресивної поведінки може бути зумовлений деструктивною імітацією. Згідно з цією теорією, набута поведінка є результатом не лише винагороди або підкріплення, а й спостереження за іншими людьми. Індивід оточений численними моделями поведінки, які він може спостерігати, наприклад, поведінка батьків, вчителів, однолітків чи кіногероїв. Ці моделі надають як чоловічі, так і жіночі варіанти поведінки, які індивід запам'ятовує і потім імітує. Згідно з теорією Бандури, індивід має більшу схильність імітувати поведінку тих, кого він сприймає як подібних до себе, що часто включає людей тієї ж статі. [6].

Агресія, як мотивована деструктивна поведінка, що порушує соціальні норми та правила співіснування людей у суспільстві, завдає шкоди об'єктам нападу, спричиняючи фізичний збиток або викликаючи психологічний дискомфорт (негативні переживання, напруження, страх, пригніченість тощо), аналізується в роботах таких дослідників, як Берон Р., Річардсон Д. [8], та

Фромм Е. [10, 69].

За словами німецького соціолога Е. Фромма, який розробив власний біосоціальний підхід, заснований на концепціях своїх попередників. Він поділив агресію на доброякісну (ігрову) та злоякісну (компенсаторну). Ігрова агресія вважається продуктивною завдяки свідомому неприйняттю деструктивних дій. Компенсаторна агресія, навпаки, втілює деструктивний прояв садизму та гноблення. Реактивна агресія [10], як її розуміє Е. Фромм, відображає теорію фрустрації Д. Долларда та Н. Міллера [8] та охоплює соціальні конструкти ревності, заздрості та помсти. В рамках концепції стереотипних уявлень про типову чоловічу та жіночу поведінку, не можна ігнорувати маніпулювання — форму соціального впливу, яка традиційно вважається жіночою рисою.

Дослідники (Dodg K.A., Coie J.D.) класифікують агресію на реактивну та проактивну. Реактивна агресія є відповіддю на уявну загрозу і часто включає елементи відплати. Проактивна агресія, натомість, характеризується поведінкою, спрямованою на досягнення конкретного позитивного результату, наприклад, через примус, вплив або залякування. Вчені провели кілька досліджень, які виявили різницю між цими двома типами агресії. Наприклад, було виявлено, що учні початкової школи (хлопчики), які проявляють реактивну агресію, схильні перебільшувати агресивні наміри своїх однолітків, що призводить до агресивної реакції на уявну ворожість. Натомість учні, які виявляли проактивну агресію, не здійснювали подібних помилок в інтерпретації поведінки своїх однолітків і не сприймали їхню поведінку як агресивну без реальної загрози. [8].

У своїй роботі Барон Р. та Річардсон Д. зазначають, що більшість авторів тлумачать агресію як будь-яку форму поведінки, спрямовану на образу або заподіяння шкоди іншій живій істоті, яка не відчуває такого бажання. Автори розглядають агресію як модель поведінки, а не емоцію, мотив чи ставлення [8]. Дослідники вивчали вплив таких чинників, як гендерні відмінності, расові спільноти, вікові характеристики та індивідуальні особливості на прояви міжособистісної та групової агресії.

Існують дослідження, які розглядають види та форми агресії відповідно до типологічних критеріїв, обраних дослідником. Класичне визначення агресії як деструктивної форми запропонував Басс А. Він характеризував агресію як реакцію, що завдає шкоди іншому організму [8, 74]. Басс А. виділив три основні шкали, які можна використовувати для опису актів агресії: 1) фізично-вербальна (застосування сили проти іншої людини, фізична шкода, побиття, ножові рани, вогнепальні поранення); 2) активно-пасивна (агресія проти іншої людини); 3) прямо-непряма. Поєднання цих типів дає вісім можливих варіантів агресивної поведінки.

За механізмом виникнення агресія поділяється на свідому або несвідому, афективну та індуковану. В залежності від об'єкта впливу агресія може бути пасивною або активною. За спрямованістю розрізняють соціально-, гетеро- та аутоорієнтовану агресію. Щодо масовості суб'єкта та об'єкта, агресія поділяється на індивідуальну та групову. Цю класифікацію запропонував О. М. Морозов. [50].

Вчені Ларіонов С.О. та Макаренко П.В. вказують на складність визначення меж агресії (її прояви: соціально прийнятні та неприйнятні; випадкові та навмисні; міжособистісна та аутоагресія тощо) [39, с. 180]. У повсякденному житті термін агресія ототожнюється з насильством [55].

Кравчук С.Л. аналізує основні теорії та підходи вітчизняних та зарубіжних психологів і трактує агресію «як поведінкову реакцію, поведінку, що характеризується спрямованістю на завдання шкоди живим та неживим істотам, які намагаються уникнути такого ставлення; як психічний стан, що характеризується когнітивним, емоційним та вольовим компонентами; як рису особистості, тобто внутрішній стимул до агресивної поведінки, постійну готовність діяти агресивно в різних ситуаціях через агресивне сприйняття та інтерпретацію». Дослідник розуміє агресію «як емоційні переживання, внутрішні спонукання й готовність діяти агресивно, а ще й зовнішній вияв цих внутрішніх компонентів в агресивній поведінці» [35].

Дроздов О. Ю. пропонує створити автономний міждисциплінарний напрямок під назвою агресіологія, стверджуючи, що агресивну поведінку

слід вивчати «як модель системи з власними законами». Водночас агресивні дії можуть бути складовою частиною більш комплексної системи соціальної поведінки людини, розглядаючись як в контексті нейронних мікросистем (де агресивна поведінка пов'язана з психофізіологічними, біохімічними та нейрофізіологічними процесами регуляції і саморегуляції), так і в рамках зовнішніх взаємодій (де агресивна поведінка виникає і розвивається в контексті взаємодії «особистість – соціальна ситуація»). [22].

Вивчаючи негативні емоційні стани під час поширення коронавірусу в Україні та введення надзвичайного стану, Б. П. Лазоренко зазначила, що багато людей пережили життєву кризу, що призвело до порушень у звичному середовищі, психотравматичного впливу на особистість і розвитку стресових станів у значної частини громадян. Вчена підкреслила, що зовнішні обмеження, нав'язані обставинами, викликають внутрішній психологічний опір, що, в свою чергу, призводить до розвитку таких станів, як дратівливість, гнів і прояви агресивної поведінки. [38]. Ю. В. Качанова розглядає три основні моделі біологічних принципів, що пояснюють прояви агресії (еволюційні теорії, соціобіологічний підхід та генетичні прояви), і робить висновок, що «зовнішнє середовище впливає на внутрішні біологічні процеси та значною мірою визначає характер наших реакцій на його вплив» [25].

Чорний Г.О. встановлює тісний зв'язок між поняттями агресії та деструктивної поведінки. На його думку, деструктивна поведінка полягає в вираженні агресії, яка може бути спрямована як на самого себе, так і на навколишнє середовище, зокрема на інших людей, предмети чи нематеріальні об'єкти. Вчений зазначає, що «кожен індивід може мати одиничні випадки прояву агресії, що, однак, не свідчить про наявність тенденції до деструкції в цілому; це може бути абсолютно здорова психічно та соціально адаптована людина». Агресія розглядається ним «як форма прояву або тригер для вчинення деструктивної дії», що проявляється «епізодично, наприклад, у вигляді словесних вибухів гніву чи актів насильства». [72].

Феміністські дослідники (Уолкер Л., Косс М., Добаш Р. та ін.), спираючись на концепцію гендерної асиметрії, вважають, що насильство

виникає через нерівність у владних і гендерних відносинах. Вони стверджують, що чоловіки частіше вчиняють насильство щодо жінок, ніж жінки щодо чоловіків. Згідно з їхніми поглядами, жінки можуть застосовувати насильство лише в ситуаціях, що вимагають самооборони. На думку інших вчених (Страус М., Хайнс Д., Геллес Р. та ін.), існує «гендерна симетрія в мотивах та частоті насильства в сімейних стосунках». Вчені зазначають, що жінки частіше за чоловіків використовують відносно прості та безпечні форми насильства, тоді як чоловіки дуже часто вдаються до сексуальної агресії. Дослідники наголошують, що «за допомогою агресивних дій чоловіки зазвичай намагаються продемонструвати свою владу та контроль над жертвою» [2].

Причини та форми насильства серед жінок є предметом дослідження «Жіноча агресія» Гевіна Хелен та Терези Портер (2014). Автори розвінчують поширений стереотип про те, що чоловіки агресивніші за жінок. Їхній аналіз розглядає реакцію суспільства на жіночу агресію та її прояви. Дослідники спростовують феміністичні погляди інших дослідників, які стверджують, що жінки, як група, більш співчутливі, ніж чоловіки, та менш схильні до агресії у формі насильства щодо інших. Дослідники зазначають, що біологічні фактори не є вирішальними для соціального прояву людської агресії; навпаки, агресія є індивідуально-культурним, соціально зумовленим явищем. Метою цього глибокого та безкомпромісного аналізу Гевіна та Портер було надати всебічний та детальний огляд, щоб суспільство могло надати допомогу як антисоціальним жінкам, так і їхнім жертвам. Автори відкрито та неупереджено досліджують прояви жіночої агресії, її мотиви та наслідки у практичному вимірі, тим самим руйнуючи поширені культурні уявлення про гендерну зумовленість агресивної поведінки. [58, 75].

Дослідники Фродо А. та Маколей Дж. припускають, що жінки, які відчують провину, схильні пригнічувати власну агресію, але так само схильні до агресії, як і чоловіки, коли вважають, що їхні дії правильні, або коли відчують себе вільними від відповідальності [46].

Дослідник Климчук Ю., аналізуючи теорію Іглі Е., вказує, що гендерні

відмінності у прояві агресії виникають, перш за все, з уявлень про те, як має виглядати поведінка представників різних статей у певній культурі [28].

Вітчизняні (Матвєєва О., Будіянський М., Васильєв С.В., Волянська О.) та європейські (Коннелл Р.) вчені, що вивчають особливості проявів агресії, ототожнюють гендер виключно з біологічною статтю та наголошують, що чоловіки частіше вдаються до фізичного, економічного та сексуального насильства [31].

Аналіз психологічної літератури дозволяє зробити висновок, що деструктивна форма агресії найчастіше трактується як риса особистості, що проявляється в готовності до агресивних дій для досягнення власних цілей та характеризується агресивним сприйняттям та інтерпретацією поведінки інших.

1.2. Особливості та закономірності психічного розвитку особистості у зрілому віці (середній вік зрілості 35-45 років)

Психічний розвиток – це кумулятивний процес поступових кількісних та якісних змін у психіці, що призводять до формування особистості, тобто психічний розвиток – це динамічний процес.

Онтогенез психічного розвитку індивіда являє собою послідовну та незворотну зміну періодів (стадій), що має передбачуваний характер. Кожен віковий період (стадія) є своєрідним якісним етапом психічного розвитку, що характеризується відносно стійким комплексом специфічних особливостей. При цьому вікові психологічні характеристики особистості детерміновані конкретно-історичними умовами, спадковими факторами, а також значною мірою залежать від стратегій виховання, особливостей провідної діяльності та системи міжособистісних стосунків. Сукупність цих чинників визначає специфіку кризових та стабільних фаз переходу між віковими періодами [62].

Кожен вік характеризується специфічними взаємозв'язками між індивідом та його соціальним середовищем, особливостями його розумової

діяльності та фізичного стану. Періодизація сучасного вітчизняного віку базується на інтеграції кількох критеріїв: соціального статусу індивіда та проявів власної розумової діяльності, а також фізичних змін, викликаних законами біологічного розвитку людського організму [62].

До характеристик розвитку дорослої людини належать: соціальні ролі, фізичне здоров'я, матеріальні та фінансові ресурси, кваліфікація, соціальна підтримка, адекватне розуміння подій, передбачення життєвих подій та підготовка до них, особистісні характеристики людини, життєві обставини.

Середня дорослість – зрілість – є найважливішим періодом життя для більшості людей (його межі визначаються по-різному, найчастіше від 30–35 до 65 років і залежать від індивідуальних особливостей) [67]. Йому передуює рання юність, яка по-своєму впливає на розвиток особистості. Це час переживання життєвих криз. Одна з таких криз настає приблизно у віці 30–33 років. Ця криза викликана необхідністю перегляду життєвих планів, адаптації їх до можливостей та обставин. Спираючись на накопичений життєвий досвід, індивід усвідомлює обмеження у досягненні цілей. Ця криза супроводжується усвідомленням кінцевого кінця молодості, початку домінування інтелекту над емоціями. Шлюб характеризується ослабленням або навіть завершенням періоду палкого кохання, що вимагає нової основи для стосунків між подружжям. Вирішення кризи супроводжується виробленням життєвої моделі – способу життя [62].

У віковому діапазоні 37–40 років індивіди стикаються з однією із найбільш комплексних нормативних криз дорослості — кризою середини життя. Її передумовами є сукупність об'єктивних чинників: початок фізіологічного старіння, стагнація (уповільнення) або досягнення піку кар'єрного розвитку, а також сепарація дорослих дітей. Ці фактори спільно провокують усвідомлення середини життєвого шляху та його кінцевості, що призводить до критичної оцінки власних життєвих досягнень.

Криза особливо помітна у таких випадках:

- коли людина вважає, що її досягнення незначні;
- коли немає перспективи суттєвих змін у майбутньому та людина

боїться подальшої монотонності існування;

- коли життєві досягнення сприймаються як суперечливі ідентичності [9,

62].

Дослідниця Богатирьова Т. М. відзначає, що з віком спостерігається зниження показників емоційного комфорту та інтегральності, що підтверджує деструктивний вплив кризи середнього віку на особистість. У період кризи середини життя відбувається зростання суб'єктивного переживання невпевненості, тривожності та життєвої незадоволеності. Відбувається зміна емоційного регістру: на місце оптимізму, соціальної відвертості та емоційної свободи приходять внутрішня стурбованість, відчуття соціальної ізоляції та фіксація (заикливість) на інтроспекції (власному Я). Відсутність досвіду успішного подолання попередніх вікових криз або їхнє переживання в латентній формі призводить до невиробленості адекватних копінг-стратегій, що значно підвищує вірогідність дезадаптивних кризових станів у подальшому. [9].

Ймовірність переживання гострої кризи середнього віку різко зростає в умовах економічної та соціальної нестабільності в країні тощо [62].

Період зрілості особистості не є статичним утворенням, а характеризується значною варіативністю та гетерохронністю розвитку. На фізіологічному рівні він відзначений досягненням оптимуму функціонування більшості систем організму, хоча одночасно спостерігаються і перші інволюційні ознаки фізичного спаду: погіршення акомодативності (зниження зору), збільшення часу сенсорної та моторної реакції, поява зовнішніх вікових змін. З психологічної точки зору, для одних індивідів дорослість залишається виключно хронологічним поняттям, що не забезпечує подальшого особистісного зростання. Інші, досягнувши цілей, переходять у фазу зниження життєвої активності та самовиснаження. Натомість, третя група суб'єктів зберігає тенденцію до продовження розвитку, активно розширюючи власні життєві перспективи.

Соціальна ситуація розвитку у зрілому віці визначається як період активної самореалізації та максимального розкриття особистісного потенціалу

у провідних сферах діяльності — професійній сфері та сімейних стосунках. Цей етап характеризується стадією виконання широкого спектру соціальних зобов'язань, коли індивід несе відповідальність не лише за власне благополуччя, але й за добробут значущого соціального оточення (подружжя, батьків, дітей, колег). Прийняття рішень на цій стадії вимагає врахування інтересів референтних груп. Окремий сегмент осіб, які обіймають керівні посади, додатково охоплений стадією адміністрування, де ефективність їхніх рішень безпосередньо впливає на функціонування та долі великих соціальних систем (колективів, структур). [62].

Згідно з моделлю розвитку дорослих Р. Хевігерста, середній дорослий вік зазвичай зосереджується на вирішенні конкретних завдань розвитку:

- формування зрілої громадянської та соціальної відповідальності;
- досягнення та підтримка належного рівня життя;
- вибір розважальних заходів, що відповідають віку;
- допомогти дітям стати відповідальними та щасливими дорослими;
- зміцнення особистісного аспекту подружніх стосунків;
- прийняття та адаптація до фізіологічних змін, що відбуваються в середньому віці;
- адаптація до взаємодії зі старіючими батьками [67].

Головною проблемою кризи середнього віку (40 років) є зниження фізичної сили, привабливості, сексуальності та ригідності. Виникає невідповідність між мріями, цілями, життєвими планами та реальністю. Люди стикаються з необхідністю переглянути свої плани та адаптувати їх до минулого етапу життя. Це супроводжується тривогою, депресією та стресом. У цей період люди також перебувають під тиском стереотипних уявлень про середній вік: «Молодість – це надія, зрілість – це застій і страх погіршення здоров'я». Через хвороби, які серйозно обтяжують людину, може розвинутися негативне сприйняття життя загалом та песимізм. З віком погіршується гострота зору, дещо знижується сприйняття високочастотних звуків. Чутливість до смаку, запаху та болю також знижується, але повільно, а тому ледь помітно. Час реакції на подразники збільшується відносно повільно. Моторні навички можуть погіршуватися, але їх систематичне

використання обмежує цей процес. Засвоєння нових навичок є складнішим. Однак у віці 41–46 років увага досягає свого наступного піку. Тому певний спад психофізіологічних функцій не впливає на збереження працездатності в середньому дорослому віці [62].

Особистісний розвиток у середньому дорослому віці має виражену гендерну специфіку. Для чоловіків ключовим детермінантом психологічного благополуччя виступає професійна реалізація та соціальний статус, тоді як сімейні стосунки мають вторинну значущість. На противагу цьому, для жінок домінантним фактором благополуччя є гармонійність сімейних стосунків. Чоловіки схильні переживати кризу середини життя більш деструктивно та інтенсивно, що пояснюється тиском соціально нав'язаного ідеалу маскулінності, який асоціюється із силою та непохитністю. Деадаптивні форми подолання кризи можуть призводити до психологічного занепаду, включаючи адиктивну поведінку (наприклад, алкоголізм). Окрім цього, зростає стурбованість сексуальною спроможністю, що може корелювати з тенденцією до позашлюбних зв'язків. Соціальна привабливість чоловіків у цей період часто зростає за рахунок високого соціального та матеріального статусу, який стає привабливим ресурсом для молодших партнерок. [62].

Багато жінок, у свою чергу, помічають, що стали менш привабливими для чоловіків. Як правило, жінок у цьому віці турбують такі проблеми, як: а) початок старіння; б) самореалізація; та в) зміни в сім'ї.

Жінки сприймають ознаки старіння як втрату жіночності та привабливості. Особистісну самореалізацію аналізують у контексті кризи середнього віку. Сім'я залишається однією з найважливіших сфер, особливо це стосується занепокоєння щодо самотності або сімейних проблем з дітьми, турботи про літніх батьків та розлучення. Жінки болючіше реагують на втрату або ослаблення кохання та особливо чутливі до розлучення з чоловіком/дружиною через низьку ймовірність створення нової сім'ї та попередніх тривалих стосунків. Жінки більш вразливі до рольової напруги (занадто багато турбот у рамках певної ролі, що призводить до психофізичного перевантаження) та рольового конфлікту (невідповідні та часом суперечливі

вимоги різних ролей щодо сім'ї та кар'єри) [62].

Тому, досліджуючи закономірності психологічного розвитку дорослої особистості, слід звертати увагу на вплив кризи старості на успішну самореалізацію особистості, формування конструктивного ставлення до себе та реальності, відчуття суб'єктивного благополуччя та свій підхід до вирішення життєвих завдань.

1.3. Гендерні особливості прояву агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці

У наукових дослідженнях міжособистісної взаємодії особливий інтерес соціальних психологів зосереджується на аналізі проблемних, зокрема деструктивних і конфліктогенних, моделей поведінки. Саме ці форми взаємодії найчастіше виступають чинниками напруження, дезорганізації або руйнування міжособистісних стосунків та мають виражений негативний вплив на психологічний стан їхніх учасників. До таких моделей належать маніпулятивні стратегії спілкування, агресивні способи взаємодії, а також авторитарні стилі комунікації. Важливо підкреслити, що навіть пасивні форми поведінки, зокрема мовчання, можуть набувати деструктивного характеру, особливо у випадках, коли вони використовуються як засіб приховування значущої інформації або психологічного тиску на партнера. Виникнення подібних форм взаємодії часто зумовлюється індивідуально-психологічними особливостями особистості, такими як схильність до маніпулювання, приниження іншого, упередженість, стереотипізація мислення, мстивість чи цинізм. При цьому деструктивна поведінка не завжди має усвідомлену спрямованість на досягнення особистої вигоди, а нерідко детермінується несвідомими мотиваційними чинниками, зокрема потребою в самоствердженні, домінуванні та конкурентній взаємодії.

Явища, що підсилюють деструктивні взаємодії, включають агресію, упередження, егоїзм та обман.

Термін агресія (лат. *aggressio*) етимологічно походить від значення напад, наближення або рух уперед. На початкових етапах формування лексичного значення це поняття використовувалося для позначення будь-якої активної, ініціативної поведінки суб'єкта, незалежно від її емоційного забарвлення — як дружньої, так і ворожої. Набагато пізніше відбулася концептуальна редукція: у вужчому, сучасному розумінні, термін агресія став позначати виключно насильницькі, деструктивні та ворожі дії, спрямовані на спричинення шкоди.

Якщо характеризувати агресію як деструктивну форму, то можна вважати її поведінкою, яка завдає шкоди іншим або собі та має конкретні причини для свого виникнення та прояву. Деструктивні прояви агресії охоплюють широкий спектр поведінкових реакцій, що реалізуються як у прямій, так і в опосередкованій формах. Вони можуть виявлятися у відкритому фізичному насильстві щодо інших осіб, вербальних образах, погрозах, демонстрації ворожості, зневажливих насмішках і псевдо жартівливих висловлюваннях. Поряд із цим до структури деструктивної агресії належать і непрямі форми фізичного та вербального впливу, зокрема ігнорування, бойкот, навмисне уникання контакту, а також невербальні прояви ворожості, такі як агресивна міміка, жестикуляція чи інші сигнали негативного ставлення.

Основні детермінанти агресії можна знайти в словах, діях, присутності та навіть зовнішньому вигляді інших (Latane & Richardson, 1992). Це означає, що агресивна поведінка проявляється в контексті соціальних взаємодій [8]. Надмірно високий рівень агресії робить індивіда досить конфліктним членом суспільства, нездатним нормально та належним чином взаємодіяти з іншими. Це часто призводить до конфліктів, а схильність індивіда до агресивної поведінки вважається відносно стійкою рисою особистості — агресією, неконтрольовані прояви якої порушують взаємодію та значно знижують адаптивні можливості індивіда.

Агресія може проявлятися в різних формах — ворожість, помста, грубість, образи, ревності, погрози, суперечки та деструктивна критика. Все це бентежить, підвищує напругу співрозмовника та запускає різні механізми психологічного захисту. Навмисна агресія шкодить партнеру. Як правило,

людина, яка постраждала від агресії, усвідомлює наслідки своїх дій та відчуває задоволення від досягнення своєї мети. Завдаючи болю та страждань іншим, агресивна людина прагне підтримувати високу самооцінку. Агресивна поведінка заразна. Наприклад, якщо роздратована, обурена людина з'являється в натовпі на вокзалі, тон розмови стає більш напруженим, а з боку інших лунають погрози [53].

Агресія особливо важлива для розвитку сексуальності, домінування, мотивації досягнення та лідерства. Однак агресія не є необхідною умовою для нападу на інших; вона розвивається як у стані повного спокою, так і в стані надзвичайного емоційного збудження. Агресори не обов'язково ненавидять або навіть співчують тим, проти кого спрямовані їхні дії. Багато людей завдають страждань тим, до кого ставляться позитивно, а не негативно [8].

У міжособистісній взаємодії важливо враховувати чинники, що можуть провокувати прояви соціальної агресії. Зокрема, до них належать такі приклади:

особливості інтерпретації індивідом агресивної поведінки інших осіб, наприклад перенесення емоційного збудження з попередньої ситуації на новий соціальний контекст;

спостереження за моделями агресивної поведінки у соціальному середовищі та їх подальше наслідування чи запозичення як прийнятних способів взаємодії;

застосування агресивних форм впливу в сім'ї, що формує відповідні поведінкові патерни ще на ранніх етапах соціалізації;

дія аверсивних подій, таких як фізичний або психологічний біль, переживання особистої образи, дефіцит особистого простору, вплив несприятливих умов середовища (спека, шум тощо);

інтенсивні емоційні стани, зокрема сексуальне чи емоційне збудження, гнів і почуття злості, які знижують рівень самоконтролю;

вплив масової культури, що через демонстрацію насильства та агресивних сцен може сприяти їх нормалізації;

нормативний вплив групи, який проявляється у зростанні деіндивідуалізації, розсіюванні відповідальності та підвищенні конформності поведінки.

Серед інших чинників, що можуть провокувати агресивну поведінку, як приклад, виокремлюють такі:

норма відплати, що проявляється у традиціях вендети, кровної помсти тощо; у межах окремих культур агресія та ворожість щодо іншого сприймаються як соціально прийнятні або навіть нормативні форми поведінки;

ефект зброї, який полягає в тому, що наявність у людини засобів насильства підвищує ймовірність їх використання, активізуючи агресивні наміри та поведінкові реакції;

страх покарання, який зазвичай виступає стримувальним чинником агресії, однак його вплив є менш ефективним щодо осіб з рецидивною девіантною поведінкою;

прагнення до самоствердження, коли агресивні дії та приниження іншого використовуються як спосіб підвищення власної значущості, утвердження статусу або відновлення відчуття контролю [53].

До внутрішніх причин агресивної поведінки, як приклад, можна віднести агресивність як форму реагування на внутрішній психологічний дискомфорт і невпевненість у собі, а також недостатню сформованість навичок адекватного вираження негативних емоцій і саморегуляції. Вагомими детермінантами виступають підвищений рівень тривожності, стійке відчуття власної знедоленості, неадекватна самооцінка (переважно занижена), а також прагнення привернути увагу оточення як спосіб компенсації емоційного дефіциту.

Водночас до особистісних чинників, що зумовлюють підвищення рівня агресивності, як приклад, зараховують такі психологічні особливості, як підвищена ворожість і подразливість, висока емоційна реактивність, підвищений рівень тривожності та депресивних переживань. Значущу роль відіграють також неадекватна (зокрема завищена) самооцінка, негативна

афективність, низький рівень інтелектуального розвитку, специфічні особливості мотиваційної сфери, антисоціальна спрямованість особистості, заздрисність, а також схильність приписувати іншим людям агресивні наміри.

На думку дослідників, на процес розподілу ролей в агресивній ситуації впливають такі фактори: а) самооцінка власної поведінки в агресивних ситуаціях; б) соціальне прийняття або відкидання (ролей); в) соціальний статус [18]. Також передбачається, що існують гендерні відмінності в розподілі ролей у цих ситуаціях (чоловіки частіше поведуться агресивно та більш схильні до фізичної агресії, тоді як жінки більш схильні до вербальної та соціальної агресії). Це пояснюється тим, що в суспільстві маскуліність асоціюється з агресивною поведінкою та насильством, а агресія, ймовірно, є єдиною прийнятною та допустимою емоцією для чоловіків [12, с. 296].

У 2018 році за підтримки Фонду ООН у галузі народонаселення (UNFPA) та уряду Великої Британії, у співпраці з Міністерством соціальної політики України, було проведено дослідження та опубліковано звіт під назвою «Сучасне розуміння маскуліності: ставлення чоловіків до гендерних стереотипів та насильства щодо жінок». У цьому дослідженні справедливо зазначається, що агресія та насильство часто присутні в житті чоловіків з молодого віку (тілесні покарання з боку батьків та вчителів, цькування з боку однолітків або старших дітей). Дослідники маскуліності стверджують, що від чоловіків очікується демонстрація низки рис з молодого віку (наприклад, чоловік повинен бути жорстким і не боятися застосовувати насильство, коли це необхідно; чоловік повинен бути сильним і не проявляти слабкості; чоловік повинен уникати всього жіночого).[60]43% респондентів вважають, що чоловіків штовхають до насильства, бо вони хочуть бути «крутими». Це найпоширеніша причина. Ще 18% сказали, що не знають, як висловити свої почуття будь-яким іншим способом, а 11% вважають, що чоловіки від природи агресивні. Варто зазначити, що 12% мали труднощі з прийняттям рішень. Тому чоловіки не завжди знають або розуміють, що вони можуть зробити, щоб зменшити свою агресію або кинути виклик суспільній нормі насильства.[45].

Варто також зазначити, що через зміни способу життя численні дослідження показали, що в сучасному суспільстві відмінності між чоловіками та жінками розмиваються за багатьма психологічними параметрами. Жінки адаптуються до швидкого темпу сучасного життя, ведучи активний спосіб життя. Чоловіки починають відмовлятися від своїх ролей лідерів, «завойовників» та голів сімей, оскільки сприймають таку позицію в житті та діяльності як важливішу для протилежної статі. Деякі навіть ведуть повністю конформістський спосіб життя. Тому варто зазначити, що гендерні характеристики деструктивних форм агресії сьогодні не завжди так чітко помітні, як десятиліття тому.

Якщо розглядати нейрофізіологічні детермінанти агресивної поведінки, то ключову роль відіграє лімбічна система головного мозку, яка регулює емоції та емоційні реакції. Ці реакції, у свою чергу, модулюються системою переконань і внутрішніх уявлень (проекцій, ілюзій, припущень) та набутими звичками, сформованими в результаті індивідуального досвіду. При взаємодії з іншими людьми певні тригери здатні активувати лімбічну систему настільки, що передфронтальна кора, яка відповідає за логічне мислення і самоконтроль, тимчасово “вимикається”. Унаслідок цього людина втрачає емоційну рівновагу, контроль над собою і починає реагувати імпульсивно — словами чи діями. Одночасно міндалеподібне тіло (amygdala) підсилює емоційний відгук і пригнічує раціональний контроль, що фактично “глушить голос розуму” під час агресивної реакції. [59].

За Д. Річо, деструктивна агресія характеризується сукупністю емоційних, поведінкових і когнітивних проявів. До її поведінкових індикаторів належать інтенсивні зовнішні прояви гніву, зокрема театралізовані жести (заламування рук тощо), почервоніння обличчя, загрозлива жестикуляція, підвищений тон мовлення, крики або вереск. Суб’єкт демонструє відверто ворожу поведінку, схильність до нападів і прагнення завдати іншому болю, принижує, ображає, звинувачує та критикує опонента, вдається до залякування й погроз, намагаючись домінувати або «перемогти» у взаємодії. На емоційному рівні така агресія супроводжується жорстокістю, втратою самоконтролю,

насмійками, зневагою до іншої людини як об'єкта агресії та вираженим бажанням покарати. Агресор часто висуває вимоги щодо зміни поведінки іншого, чинить опір будь-яким спробам конструктивного врегулювання ситуації, прагне помсти та затаює образу. Когнітивний компонент деструктивної агресії проявляється у схильності виправдовувати власний гнів, перекладати відповідальність за свою реакцію на іншу людину, вважати провокацію достатнім виправданням агресивних і навіть жорстоких дій. Агресія може набувати генералізованого характеру, коли гнів спрямовується на будь-кого незалежно від реального джерела конфлікту. У довготривалій перспективі деструктивна агресія трансформується у стійкі негативні афективні стани — образу, ненависть, обурення, гіркоту, які можуть зберігатися роками й потенційно активізуватися знову. Вона призводить до розриву міжособистісних зв'язків («спалювання мостів») і часто ґрунтується на страху. За Річо, така форма агресії виконує функцію уникнення переживання смутку та фрустрації, пов'язаних із проблемною ситуацією, а також відображає небажання вступати в діалог і працювати над проблемою з метою особистісного та духовного розвитку [59].

З огляду на безкінечну та різноманітну природу людської агресії, корисно обмежити вивчення такої поведінки концептуальною рамкою, запропонованою Бассом [74]. За його словами, агресивні дії можна описати за допомогою трьох шкал: фізично-вербальної, активно-пасивної та прямо-непрямої. Поєднуючи ці три шкали, можна виділити вісім можливих категорій, що охоплюють більшість агресивних дій. Наприклад, такі дії, як стрілянина, ножове поранення або удар, коли одна людина фізично знущається над іншою, можна класифікувати як фізичні, активні та прямі. Поширення чуток або образливі зауваження за спиною людини можна охарактеризувати як вербальні, активні та непрямі. Ці вісім категорій агресивної поведінки та приклади кожної категорії представлені в таблиці 1.1.

Категорії агресії Басса

НІ.	Тип агресії	Приклади
1	Фізичний – Активний – Прямий	Безпосереднє фізичне насильство щодо іншої особи (удари, побиття, поранення холодною чи вогнепальною зброєю).
2	Фізичний – Активний – Непрямий	Таємне або опосередковане заподіяння фізичної шкоди (закладка пасток; змова з найманим убивцею з метою знищення ворога).
3	Фізичний – Пасивний – Прямий	Свідоме фізичне перешкоджання іншій людині шляхом бездіяльності (наприклад, блокування доступу, сидяча демонстрація).
4	Фізичний - пасивний - непрямий	Ухилення від дій, необхідних для запобігання шкоді або нормального функціонування (наприклад, відмова звільнити територію, ігнорування обов'язків).
5	Вербальний - Активний - Прямий	Пряма словесна образа, приниження, погрози на адресу іншої людини.
6	Вербальний - Активний - Непрямий	Поширення наклепів, злісних чуток або пліток про іншу людину.
7	Дієслівний - Пасивний - Прямий	Відмова вступати в мовленнєвий контакт (ігнорування, мовчання у відповідь на звернення).
8	Вербальний - Пасивний - Непрямий	Ухилення від словесної підтримки або пояснень (наприклад, відмова виступити на захист несправедливо обвинуваченої особи).

До недавнього часу в міжнародній експериментальній літературі переважала думка, що чоловіки є більш агресивними, ніж жінки, а також що вони частіше стають об'єктами фізичних нападів. Це, як правило, пояснюється фізіологічними особливостями, зокрема високим рівнем концентрації в чоловічому організмі гормонів, що сприяють агресивній поведінці.

Агресивність чоловіків і жінок також різниться за вектором спрямування агресивного афекту. У той час як чоловіки частіше проявляють

зовнішню, відкриту агресію, жінки схильні до внутрішньо спрямованої агресії, що може проявлятися у вигляді почуття безпорадності, безнадійності чи самотності. Відмінності у агресивності між статями можуть бути значною мірою зумовлені традиційними соціальними практиками, які формують поведінкові стереотипи [50]. Наприклад, в багатьох культурах існує стереотип, що жінки не повинні проявляти агресії, тому з раннього віку їх вчать стримувати свої агресивні *impulses*. На відміну від дівчаток, хлопчикам зазвичай радять "дати відсіч" у випадках, коли їх образили чи побили, тоді як дівчаткам зазвичай рекомендують уникати конфлікту і відійти вбік. Ці соціалізаційні норми можуть значно впливати на способи вираження агресії в різних статей.

Дані дослідження Чаговець Л. показують, що у чоловіків фізична агресія посідає перше місце за тяжкістю, вербальна агресія – друге, негативізм – третє, дратівливість – четверте, а непряма агресія – п'яте. У жінок вербальна агресія посідає перше місце, дратівливість – друге, фізична агресія – третє, негативізм – четверте, а непряма агресія – п'яте. У жінок фізична агресія та негативізм менш виражені, ніж у чоловіків, тоді як непряма агресія та дратівливість – більш виражені [46, 70].

Отже, агресія як деструктивна форма міжособистісної взаємодії постає не як універсальна та незмінна характеристика людської поведінки, а як багатовимірний соціально-психологічний феномен, тісно пов'язаний із гендерними, віковими та особистісними особливостями індивіда. Її прояви формуються під впливом соціальних очікувань, культурних норм і конкретних життєвих умов, що зумовлює різноманіття форм і способів агресивної поведінки у дорослому віці. Усвідомлення агресії не лише як чинника руйнування міжособистісних стосунків, але й як внутрішнього деструктивного процесу для самої особистості, відкриває перспективи для більш диференційованого наукового аналізу та розробки ефективних профілактичних і корекційних підходів. Таким чином, подальші дослідження агресії потребують комплексного підходу, що враховує динаміку соціального контексту, гендерні відмінності та вікову специфіку розвитку особистості.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Аналіз глобальної ситуації дозволяє дійти висновку, що сучасне суспільство зіткнулося з постійним збільшенням кількості агресивних маніфестацій, що формує одну з його ключових соціально-психологічних проблем. У контексті цієї динаміки, концепт агресії нерозривно пов'язується з негативною афективністю, деструктивними мотивами та установками. Відповідно, проблематика агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії є актуальною, багатоаспектною, складною та вимагає широкого наукового дослідження.

В процесі вивчення цього феномену було виявлено, що агресивність традиційно розглядається без належного врахування гендерних та вікових особливостей особистості. Методологічні прогалини стосуються ігнорування соціально-рольових чинників, які виступають нормами поведінки, а також індивідуально-психологічних рис, що впливають на світосприйняття та взаємодію. Крім того, недостатньо уваги приділяється тому факту, що агресивна поведінка може мати руйнівний потенціал не лише для оточення, але й для самої особистості (аутоагресія).

Таким чином, представлене теоретичне дослідження було сфокусоване на систематизації знань про агресію як деструктивну форму міжособистісної взаємодії у зрілому віці, а також на аналізі статево-гендерної диференціації її проявів та форм. У процесі теоретичного опрацювання було верифіковано ключове визначення: деструктивна форма агресії інтерпретується як цілеспрямована поведінка, що завдає шкоди (фізичної чи психологічної) іншим суб'єктам або самій особистості (аутоагресія), і детермінована специфічним комплексом зовнішніх та внутрішніх етіологічних факторів.

Особливого значення набуває вплив періодів соціальної нестабільності, зокрема воєнного часу, які ініціюють життєві кризи у значної частини населення. Ці кризи призводять до руйнації усталеного життєвого світу, чинять психотравмуючий вплив на особистість та викликають високий рівень стресогенних станів. Встановлено, що зовнішні, вимушені обмеження у таких умовах безпосередньо актуалізують внутрішній психологічний

супротив індивіда. Це створює ґрунт для формування станів роздратування та гніву, що, у свою чергу, веде до посилення агресивних поведінкових проявів. У часи нестабільності, особливо під час війни, багато людей переживали життєві кризи, які, своєю чергою, «призводили до руйнування існуючого світу, мали психотравматичний вплив на особистість та викликали стани стресу у багатьох громадян. Зовнішні, нав'язані обмеження матеріалізують внутрішній психологічний опір, що призводить до розвитку станів дратівливості, гніву та агресивних поведінкових проявів» [38].

У міжособистісній взаємодії, в якій кожна особистість проводить значну частину свого життя, критично важливим є врахування чинників, що провокують соціальну агресію. До зовнішніх, або ситуативних, детермінант належать: способи інтерпретації індивідом агресивної поведінки інших, включаючи когнітивний механізм перенесення збудження на нову ситуацію; особливості спостереження за моделями агресивної поведінки у соціальній сфері, а також способи її переймання та запозичення, зокрема застосування агресивних форм впливу в сім'ї. До цієї групи також входять аверсивні події, такі як фізичний і психологічний біль, особиста образа, нестача простору, вплив несприятливих факторів середовища (спека, шум), сексуальне та емоційне збудження, стани гніву та почуття злості. Додатковим зовнішнім чинником є масова культура з її демонстрацією насилля та смакуванням агресивних сцен, а також нормативний вплив групи, що виражається у зростанні деіндивідуалізації та розсіюванні відповідальності.

До внутрішніх причин агресивності можна віднести агресивність як прояв внутрішнього психологічного дискомфорту та невпевненості, невміння адекватно висловлювати негативні емоції та контролювати себе, високу тривожність, відчуття знедоленої людини, неадекватну самооцінку (частіше занижену), а також прагнення привернути увагу інших.

Особистісні фактори, які зумовлюють підвищення рівня агресивності, включають підвищену ворожість та подразливість, високу емоційну реактивність, підвищений рівень тривожності та депресії, завищену самооцінку, негативну афективність, низький рівень розвитку інтелекту, певні

особливості мотиваційної сфери, антисоціальну спрямованість особистості, заздрисність та схильність приписувати оточуючим агресивні наміри тощо.

Психологічні особливості особистості зумовлені сукупністю конкретно-історичних умов розвитку, спадковістю, характером виховання, а також особливостями діяльності та стосунків з іншими людьми, що передусім впливає на специфіку переходу між віковими періодами. У період середньої зрілості розгортається одна із найскладніших нормативних криз дорослості. Її передумовами є усвідомлення ознак старіння, потенційна зупинка в кар'єрному зрості та відокремлення дорослих дітей. Ці події спричиняють усвідомлення середини життя та його кінечності, викликаючи необхідність перегляду життєвих досягнень. Особистісний розвиток чоловіків та жінок у цей період супроводжується деякими відмінностями: психологічне благополуччя чоловіків визначається першочергово професійними досягненнями та сімейними взаєминами, тоді як для жінок пріоритетними є родинні стосунки.

Гендерні відмінності у проявах деструктивної форми агресії в міжособистісній взаємодії у осіб зрілого віку можуть бути обумовлені наявністю різного особистісного досвіду та впливом різних інститутів соціалізації, з якими стикається або не стикається особистість протягом життя. Деякі дослідження свідчать, що чоловікам більш характерні фізична агресія, вербальна агресія та негативізм, а жінкам більш характерна невербальна агресія, роздратованість та образа. Поряд з тим, чимало досліджень констатують сучасне розмивання відмінностей між представниками жіночої та чоловічої статі за низкою психологічних параметрів. У свою чергу, гендерні особливості прояву деструктивної форми агресії сьогодні не завжди чітко простежуються, як це було раніше. Але значна кількість досліджень все ж доводить, що чоловіки в міжособистісній взаємодії більш тяжіють до фізичної та вербальної агресії, оскільки у сучасному суспільстві маскуліність часто пов'язують з агресивною поведінкою та насильством.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ХАРАКТЕРИСТИКИ АГРЕСИВНОСТІ ЯК ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ

2.1. Загальна характеристика вибірки, завдання та організація дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці

Після детального теоретичного аналізу агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у дорослих, тобто людей зрілого віку, виникла нагальна потреба в емпіричних дослідженнях.

У ході теоретичних досліджень серед науковців були виявлені проблеми та розбіжності щодо певних аспектів, пов'язаних з агресією як деструктивною формою міжособистісної взаємодії у зрілому віці – це стало приводом для формулювання емпіричної дослідницької гіпотези, метою якої є її підтвердження або спростування в подальшому.

Отже, головною метою другої частини магістерської роботи є емпіричне дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілому віці з урахуванням гендерного аспекту.

Реалізація цієї мети призвела до таких емпіричних дослідницьких завдань:

1. На організаційному етапі ви визначаєте вибірку учасників дослідження, обираєте методи та методики дослідження, а також створюєте дослідницькі анкети у Google Forms.
2. На діагностичному етапі ви проводите опитування серед групи обраних людей.
3. На практичному етапі виконати базову обробку даних, проаналізувати кінцеві діаграми, автоматично згенеровані в Google Forms, та проаналізувати отримані результати дослідження.

4. На заключному етапі інтерпретуємо конкретні результати методів, що використовуються на групі вибраних випробуваних.

Гіпотеза дослідження: Зрілі чоловіки частіше проявляють фізичну та вербальну агресію в міжособистісній взаємодії, ніж жінки, оскільки маскуліність у сучасному суспільстві пов'язана з агресивною поведінкою та насильством.

Для досягнення мети вирішення поставлених завдань та підтвердження або спростування гіпотез тези було використано теоретичні методи (аналіз, синтез, систематизація, класифікація, порівняння, дослідження психологічної літератури) та емпіричні методи (діагностичні методи, спостереження, онлайн-опитування, якісна та кількісна обробка даних). Вибір саме цього набору методів зумовлений специфікою галузі емпіричних досліджень агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в дорослому віці та особливостями досліджуваних осіб.

У дослідженні взяли участь 30 учасників (15 жінок та 15 чоловіків) — 15 подружніх пар, які проживають разом понад п'ять років. У кожній парі опитування одного з подружжя запитували про агресивну та деструктивну поведінку іншого. Усі респонденти належали до однієї вікової групи (середній вік 35–45 років). Усі респонденти були громадянами України, які проживали в Україні на момент дослідження; вони не були внутрішньо переміщеними особами (ВПО) чи військовослужбовцями. Усі респонденти брали участь добровільно. Загальні результати вибірки, розподілені за статтю, віком та іншими індивідуальними факторами, представлені в Додатку А.

Вибір людей з цієї вікової групи не випадковий, оскільки цей період життя людини вважається «кризою середнього віку», а проблема агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії стає особливо гострою при значних фізичних, психічних змінах та соціальному розвитку. Наразі багато людей у цей період, під впливом нових ситуацій (наприклад, у періоди нестабільності, особливо під час війни), також пережили серйозну життєву кризу, яка мала травматичний вплив на особистість, порушуючи правильний розвиток особистісних рис та створюючи основу для виникнення та прояву

деструктивних форм агресії.

Учасникам було запропоновано заповнити п'ять різних анкет на основі відповідних методів, обраних нами для емпіричного дослідження.

Метод онлайн-опитування дозволив забезпечити анонімність респондентів, що сприяло отриманню більш достовірних відповідей. Це також дозволило провести емпіричне дослідження швидше, ніж інші методи, оскільки велика кількість людей могла брати участь одночасно. Крім того, такі методи дослідження мають низку переваг порівняно з традиційними методами, оскільки вони вимагають менше часу для обробки результатів опитування та дозволяють зібрати більшу кількість респондентів за відносно короткий проміжок часу.

Ще однією причиною вибору саме цієї форми опитування в емпіричних дослідженнях було те, що під час війни в Україні можливість проведення масових опитувань та опитувань у традиційній, персональній формі була обмежена до мінімуму.

Тобто, ми створили п'ять онлайн-опитувань з різними типами запитань за допомогою Google Forms. Результати респондентів автоматично вносилися в електронну таблицю, де їхні відповіді збиралися, систематизувалися та аналізувалися. На основі цих даних були зроблені відповідні висновки.

1.2. Обґрунтування та опис методів вивчення агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілому віці

Учасників тестували дистанційно та індивідуально. Для отримання достовірних та вичерпних емпіричних результатів дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілому віці з урахуванням статі було використано такі методи:

1. Методика діагностики показників та форм агресії Басс А. та Даркі А.;
2. Опитувальник, розроблений Айзенком Г. – ЕРІ;
3. Методика дослідження Маскулінність- фемінність Сандри Бем;

4. Методика діагностики міжособистісних стосунків Лірі Т.;
5. Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки Томаса К.

Методика діагностики показників та форм агресії Басс А. та Даркі А.

Опитувальник особистості, розроблений у 1957 році Бассом А. та Даркі А., використовувався для діагностики агресивних та негативних реакцій. На думку авторів, агресію можна розуміти як рису особистості, що характеризується деструктивними тенденціями, насамперед у сфері міжособистісних стосунків. Агресія має якісні та кількісні характеристики. Як і будь-яка риса, вона характеризується різним ступенем вираженості: від майже повної відсутності до максимального розвитку. Кожна людина повинна демонструвати певний ступінь агресивності. Її відсутність призводить до пасивності, уважності, самовдоволення тощо [65].

Автори виділили такі типи агресивної поведінки:

1. *Фізична агресія*— Застосування фізичного насильства щодо іншої особи.
2. *Вербальна агресія*— Вираження негативних почуттів через форму та зміст словесних висловлювань, спрямованих на інших людей.
3. *Непряма агресія*— Непрямі плітки, глузування з інших, а також неконтрольовані та безладні спалахи гніву.
4. *Негативізм*— форма опозиційної поведінки, зазвичай спрямована проти влади та лідерства, яка може перерости в пасивний опір та активні дії проти вимог, правил і законів.
5. *Роздратування*— Схильність до дратівливості, готовність висловлювати гнів, грубість та хамство при найменшому хвилюванні.
6. *Підозра*— схильність до недовіри та недовіри до людей, що впливає з переконання, що інші мають намір завдати їм шкоди.
7. *Образа*— Прояви заздрості та ненависті до інших, спричинені почуттям гніву, невдоволення конкретною людиною або світом в цілому через реальні чи уявні страждання.
8. *Почуття провини або аутоагресія (самоушкодження)*— Ставлення

та дії щодо себе та інших, що виникають внаслідок можливого переконання суб'єкта в тому, що він чи вона погана людина, що він чи вона робить щось погане: шкідливе, зловмисне або нечесне [65].

Текст саме цього опитувальника можна знайти у Додатку Б.

1) Тестова анкета Айзенка Г. *Eysenck Personality Inventory– EPI*

Цей метод оцінює симптомокомплекс екстраверсії-інтроверсії та нейротизму (емоційної стабільності). Г. Айзенк (1964) базував свій опитувальник на двох основних рисах ВНД, які, на думку більшості дослідників, визначають всю різноманітність типів особистості: екстраверсія-інтроверсія та емоційно-вольова нестабільність, тобто невротизм. Автор пов'язує екстраверсію та інтроверсію з інтенсивністю процесів збудження та гальмування в корі головного мозку. Водночас він вважає, що типові екстраверти та інтроверти є полярними протилежностями [52].

Результати обробляються шляхом підрахунку кількості балів за шкалою відвертості, екстраверсія та невротизм.

Спочатку проаналізуйте результати за шкалою відвертості, яка оцінює готовність респондента надавати соціально бажані відповіді. Високе значення цього показника свідчить про нещирість у відповідях на запитання.

Потім обчислюється сума індексів екстраверсії та невротизму, і бали нараховуються за ступінь відповідності відповідей респондента ключу. Зв'язок між рисами за цими двома шкалами надає інформацію про тип темпераменту респондента.

Кожен із чотирьох типів темпераменту базується на певному поєднанні характеристик нервової системи.

Холерики мають сильну нервову систему та легко переходять з одного стану в інший, але дисбаланс у їхній нервовій системі обмежує сумісність та гармонію з іншими людьми. Холерики схильні до різких перепадів настрою, дратівливі, нетерплячі та схильні до емоційних зривів.

Сангвініки також характеризуються сильною нервовою системою, а отже, високою продуктивністю, легкістю переходу до інших видів діяльності та спілкування з іншими. Сангвініки схильні до частих змін у своєму досвіді,

легко та швидко реагують на нові події та відносно легко зазнають невдач.

Флегматики мають сильну та ефективну нервову систему, але їм важко займатися іншими видами діяльності та адаптуватися до нових обставин. Флегматики характеризуються спокійним та врівноваженим характером. Емоції зазвичай характеризуються стабільністю.

Меланхоліки характеризується низькою розумовою активністю, уповільненістю рухів, стриманістю міміки та мовлення, швидкою стомлюваністю. Характеризується високою емоційною чутливістю до всього, що відбувається навколо. Ця чутливість до навколишнього середовища робить меланхоліків загалом приємними та поступливими, але самі меланхоліки схильні мати внутрішні проблеми і, як наслідок, прагнуть до самознищення.

Показник інтроверсія-екстраверсія характеризує індивідуально-психологічну спрямованість людини, або переважно спрямовану на світ зовнішніх об'єктів (екстраверсія), або на внутрішній суб'єктивний світ (інтроверсія).

Показник невротизму характеризує людину з емоційна стабільність та стійкістю.

Цей показник також має біполярний характер і створює шкалу, на одному кінці якої знаходяться люди, що характеризуються надзвичайною емоційною стабільністю.

Емоційна стабільні, стійкі – люди, які не схильні до тривожності, стійкі до зовнішніх впливів, вселяють довіру та мають схильність до лідерства.

Емоційна нестабільний, невротичний – чутливий, емоційний, тривожний, схильний до болісних невдач та переживань через дрібниці [51].

Текст цього опитувальника можна знайти у Додатку Б.

2) Методика дослідження Сандри Бем Маскулінність- фемінність.

Методика маскулінності-фемінності, розроблена Сандрою Бем (Sandra Bem), є однією з основних у психології, яка досліджує роль соціальних гендерних стереотипів у визначенні особистісних характеристик людей. Вона була представлена в 1974 році в її роботі "The BSRI (Bem Sex-Role Inventory)".

Ця методика дозволяє вимірювати рівень вираженості маскулінних і фемінних якостей у особистості. Опитувальник містить 60 тверджень (рис), на які потрібно відповісти «так» або «ні», щоб оцінити наявність або відсутність згаданих рис у себе.

На основі отриманих даних було виділено чотири типи гендерних ролей:

Маскулінні люди — мають більше рис, які традиційно асоціюються з чоловіками.

Фемінні люди — мають більше рис, характерних для жінок.

Андрогінні люди — володіють як рисами маскулінності, так і фемінності.

Нейтральні люди — мають низький рівень обох характеристик.

Маскулінність – це сукупність рис, моделей поведінки та соціально-психологічних практик, необхідних для ідентифікації людини як чоловіка. Фемінність – це сукупність рис, моделей поведінки та соціально-психологічних практик, необхідних для ідентифікації людини як жінки. Андрогінність описує ступінь, до якої людина не відповідає гендерним ролям чоловіків чи жінок, встановленим у суспільстві, в якому вона живе. Багато андрогінних осіб подумки ідентифікують себе як проміжні між чоловіками та жінками або як асексуальні/нейтральні [48].

Текст цього опитувальника можна знайти у Додатку D.

3) Методика діагностики міжособистісних стосунків за Т. Лірі.

Цей метод був розроблений у 1954 році Лірі Т., Лефоржем Г. та Сазкою Р. і використовується для вивчення переконань учасника щодо себе та свого ідеального «я», а також для вивчення стосунків у малих групах. Цей метод виявляє домінуючий тип стосунків з людьми з точки зору самооцінки та взаємної поваги [47].

Під час вивчення міжособистісних стосунків найчастіше виділяють два фактори: домінування-підпорядкування та дружелюбність-агресія. Ці фактори визначають загальне враження про людину в процесах міжособистісного сприйняття.

Для представлення найважливіших соціальних орієнтацій Т. Лірі

розробив умовну діаграму у вигляді кола, розділеного на сектори. Усередині кола на горизонтальній та вертикальній осях позначено чотири орієнтації: домінування-підпорядкування, доброзичливість-ворожість. Ці сектори далі поділяються на октанти, кожен з яких представляє більш тісні стосунки. Для ще детальнішого опису коло поділено на 16 секторів, але частіше використовуються октанти, які певним чином вирівняні з двома основними осями.

Різні діагностичні області дозволяють визначити ваш тип особистості та порівняти дані за окремими аспектами. Наприклад, «Соціальне «Я»» та «Реальне «Я», «мої партнери» тощо.

Респондента просять вказати твердження, які відповідають його уявленню про себе, його ставленню до інших або його ідеальній людині.

Якісний аналіз отриманих даних проводиться шляхом порівняння дискограм, які показують відмінності у сприйнятті між різними людьми.

Типи стосунків з іншими

- Авторитетний;
- Домінантний;
- Агресивний;
- Підозрілий;
- Підлеглий;
- Залежний;
- Доброзичливий;
- Альтруїстичний.

Зміст анкети можна знайти у Додатку Д.

4) Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки Томаса К.

Один з найпоширеніших методів діагностики поведінки людини в конфліктній ситуації (точніше, конфлікт інтересів) – це анкета Кеннета Томаса «Визначення способів регулювання конфліктів». Томас К. виходив з того, що люди не повинні уникати конфліктів чи вирішувати їх будь-якою ціною, а повинні вміти компетентно керувати ними. Разом з Ральфом Кілманном він

запропонував двовимірну модель регулювання конфліктів, виміром якої є поведінка індивіда, що ґрунтується на врахуванні інтересів [65].

На ранніх етапах дослідження конфлікту цей термін часто використовувався «розв'язання конфліктів», який передбачає, що конфлікти можна і потрібно вирішувати або усувати. Тому метою вирішення конфліктів був ідеальний, безконфліктний стан, в якому люди співпрацюють у повній гармонії. Однак останнім часом підходи експертів до цього аспекту дослідження конфліктів зазнали значних змін. На думку Томаса К., це пов'язано з двома факторами: усвідомленням марності зусиль щодо повного усунення конфліктів та утвердженням позитивних функцій конфліктів. Тому, згідно з підходом Томаса К., акцент має зміститися з усунення конфліктів на їх управління.

Тому важливо зосередитися на таких аспектах трансформації конфліктів: Які моделі поведінки характерні для людей у конфліктних ситуаціях? Які з цих моделей поведінки є більш продуктивними, а які – більш деструктивними? Як можна сприяти продуктивній поведінці?

Для опису поведінки людини в конфліктних ситуаціях Томас К. запропонував двовимірну модель регулювання конфлікту, основними вимірами якої є: співпраця (пов'язана з урахуванням інтересів інших людей, залучених до конфлікту) та асертивність (характеризується акцентом на захисті власних інтересів).

Виходячи з цих вимірів, Томас К. визначає такі можливості вирішення конфліктів:

- 1) *змагання* (конкуренція) як прагнення досягти свого на шкоду іншому;
- 2) *приспосовування* як протилежність суперництва, жертвування власними інтересами заради інших;
- 3) *компроміс*;
- 4) *уникнення*, коли немає як прагнення до кооперації, так і тенденції до досягнення власних цілей;
- 5) *співпраця*, коли учасники конфлікту приходять до ситуації, що повністю задовольняє інтереси обох сторін [65].

Текст опитувальника наведено у Додатку Е.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження агресії як деструктивної форми взаємодії у зрілому віці

Потім ми охарактеризуємо та проаналізуємо результати кожного з обраних нами методів для визначення агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в дорослому віці.

Дослідження з використанням методу Басса-Даркі для діагностики агресії дали дані про тяжкість восьми форм агресії у дорослих з урахуванням статі. Для полегшення порівняння та аналізу дані були усереднені та представлені в таблиці 2.1 та на рис. 2.1.

Таблиця 2.1

Середні значення форм агресії у досліджуваних чоловіків та жінок зрілого віку

Назва шкали	Чоловіки	Жінки	Рівень агресій	
			Чоловіки	Жінки
Фізична агресія	57	40	Підвищений	Фізична агресія
Вербальна агресія	60	52	Підвищений	Вербальна агресія
Непряма агресія	69	46	Високий	Непряма агресія
Негативізм	65	43	Високий	Негативізм
Роздратування	56	47	Підвищений	Роздратування
Підозрілість	63	35	Високий	Підозрілість
Образа	63	51	Високий	Образа
Почуття провини	78	60	Дуже високий	Почуття провини

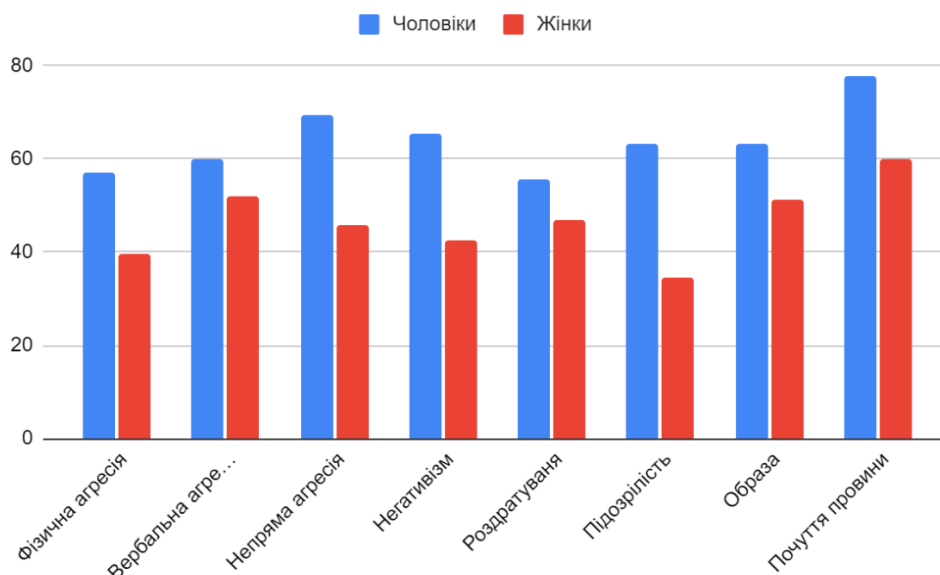


Рис. 2.1. Середні значення форм агресії у досліджуваних чоловіків та жінок зрілого віку.

У таблиці 2.1 та на рисунку 2.1 показано, що чоловіки демонструють значно вищий рівень агресії, ніж жінки, за всіма показниками. У відсотковому вираженні середні значення для чоловіків свідчать про те, що з точки зору проявів вони переважно відчують почуття провини (15,2%), а в другу чергу – непряма агресія (13,5%), третє місце – негативізм (12,8%), четверте місце – образа (12,4%), п'яте місце – підозрілість (12,3%), шосте місце – вербальна агресія (11,7%), сьоме місце – фізична агресія (11,2%), восьме місце – роздратування (10,9%) (див. рис. 2.2).

Чоловіки

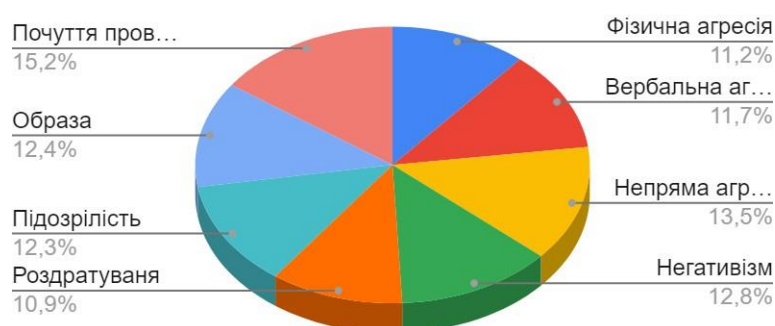


Рис. 2.2. Середні значення форм агресії у відсотках серед опитаних чоловіків зрілого віку (%)

Середні відсоткові значення для представниць жінок показують, що за

проявами на першому місці стоїть почуття провини (16,1%), на другому місці — вербальна агресія (14%), на третьому — образа (13,7%), на четвертому — роздратування (12,6%), на п'ятому — непряма агресія (12,3%), на шостому — негативність (11,5%), на сьомому — фізична агресія (10,6%), а на восьмому — підозрілість (9,3%) (див. рис. 2.3).

Жінки

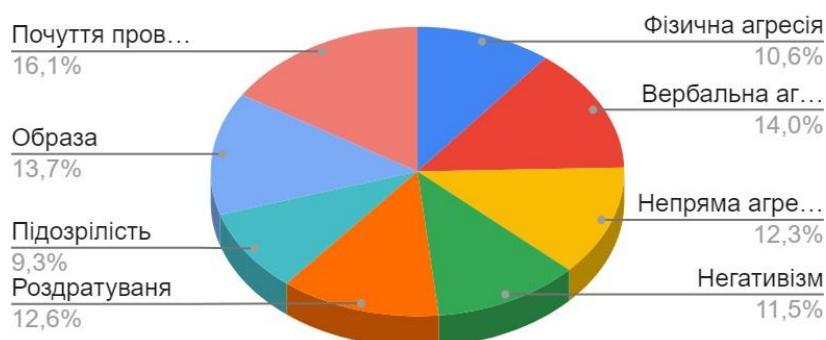


Рис. 2.3. Середні значення форм агресії у відсотках опитаних жінок зрілого віку (%)

Фізична агресія є високою у чоловіків та середньою у жінок (див. таблицю 2.3). Однак, як прояв, вона посідає сьоме місце в обох статях. За кількістю та відсотком середні значення фізичної агресії становлять 58,8% у чоловіків та 41,2% у жінок (див. рисунок 2.4).

Фізична агресія

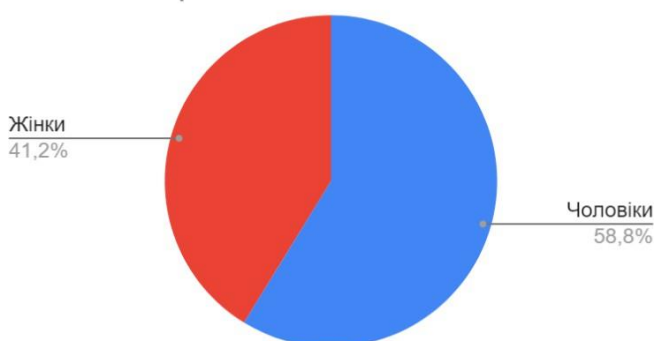


Рис. 2.4. Відсоток середніх значень фізичної агресії серед опитаних чоловіків та жінок зрілого віку (%)

Тому фізична агресія не часто використовується як форма агресії дорослими чоловіками та жінками, але ця форма агресії є більш серйозною у чоловіків.

Вербальна агресія підвищена як у чоловіків, так і у жінок, але ця форма агресії посідає друге місце серед жінок і шосте серед чоловіків. Середні показники вербальної агресії, як кількісно, так і у відсотковому співвідношенні, становлять 53,6% серед чоловіків і 46,4% серед жінок (див. рисунок 2.5).

Вербальна агресія

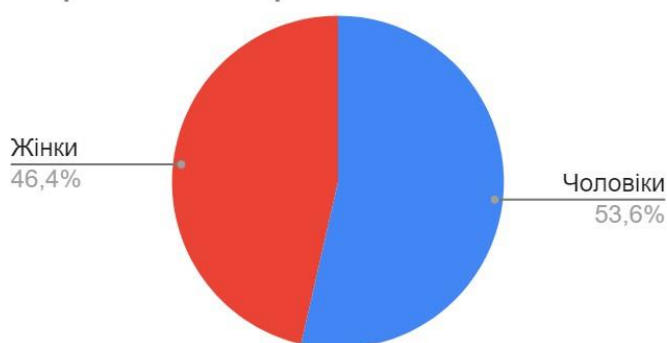


Рис. 2.5. Відсоток середніх значень вербальної агресії у досліджуваних зрілих чоловіків та жінок (%)

Тому вербальна агресія частіше використовується як форма агресії у зрілих жінок, але вона проявляється з однаковою інтенсивністю у чоловіків і жінок.

Оскільки отримані дані відображають лише інтенсивність агресії та не дозволяють якісно оцінити її зміст, наступним кроком, після збору даних про зміст агресивного прояву в міжособистісних ситуаціях, був кількісний аналіз та якісна оцінка. Результати синтезованих емпіричних даних дослідження, з використанням методології діагностики показників та форм агресії, розробленої Бассом А. – Даркі А., представлені в Додатку 3 (див. табл 3.1).

На цьому етапі, на основі результатів опитування, проведеного за допомогою анкети Eysenck Personality Inventory (EPI), було проведено попередню оцінку достовірності відповідей учасників. Середня оцінка становила -3, що дозволило нам зробити висновок про достовірність відповідей.

Потім були розраховані значення показників «екстраверсії» та отримані дані усереднені для кращого порівняння та аналізу, а потім

представлені в таблиці 2.2 та на рис. 2.6.

Таблиця 2.2

Середні показники кількості опитаних чоловіків та жінок із середньою зрілістю за шкалою «Екстраверсія»

Назва шкали	Чоловіки (Кількість людей)	Жінки (Кількість людей)
Екстраверти	5	5
Інтроверт	7	6
Амбіверти	3	4

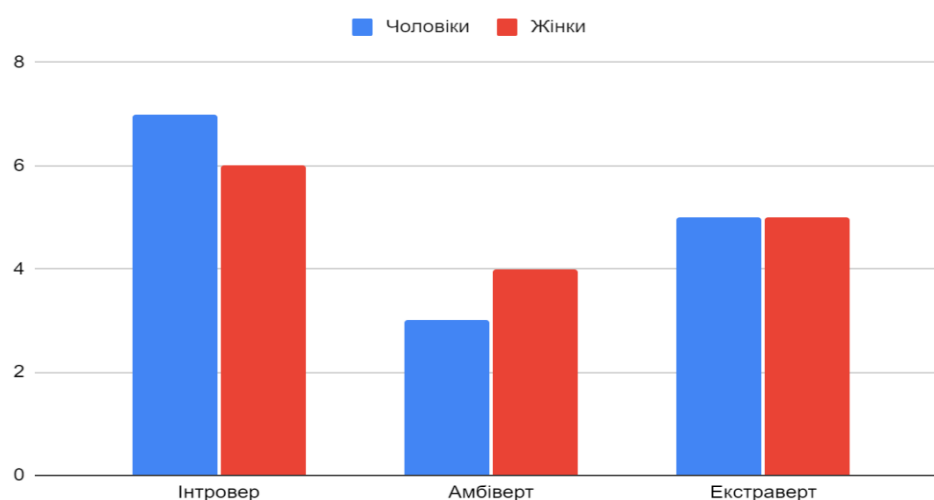


Рис. 2.6. Середні показники кількості опитаних чоловіків та жінок із середньою зрілістю за шкалою «Екстраверсія»

Крім того, кількісні дані були зведені до середніх значень та представлені у відсотках для кращого порівняння (див. рис. 2.7, рис. 2.8).

Чоловіки

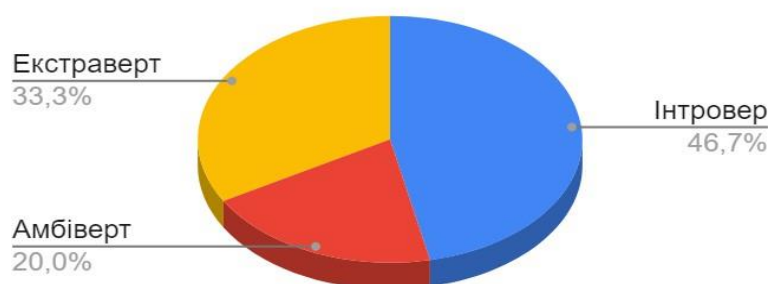


Рис. 2.7. Середні відсотки опитаних чоловіків за шкалою «Екстраверсія» (%)

Жінки

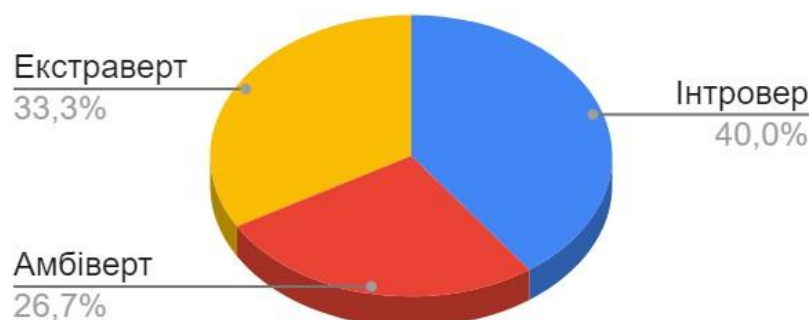


Рис. 2.8. Середні показники у відсотках від кількості опитаних жінок за шкалою «Екстраверсія» (%)

Дослідження показало, що екстраверти однаково представлені серед чоловіків (5 осіб) та жінок (5 осіб) (у відсотках: 33,3% чоловіків, 33,3% жінок). Вони характеризуються товариськістю, імпульсивністю, гнучкістю поведінки, високою ініціативністю, але низькою наполегливістю, а також високою соціальною адаптивністю.

Семеро чоловіків (46,7%) та шість жінок (40%) також виявилися інтровертами, що характеризуються анти соціальністю, ізоляцією, соціальною пасивністю з відносно високим ступенем наполегливості, схильністю до самоаналізу та труднощами із соціальною адаптацією. Цікаво, що троє чоловіків (20%) та чотири жінки (26,6%) були амбервертами, що характеризуються як екстраверсією, так і інтроверсією.

Крім того, було виявлено, що у випробовуваних спостерігався індекс нейротизму, який характеризує людину з точки зору емоційної стабільності та стабільності. Для полегшення порівняння та аналізу отримані дані були усереднені та представлені кількісно в таблиці 2.3 та на рис. 2.9, а у відсотковому вираженні – на рис. 2.10.

**Середні бали зрілих чоловіків та жінок, опитаних за шкалою
«Нейротизм»**

	Ступінь нейротизму		
Стать	Стабільні	Середньо стабільні	Невротичні
Чоловік	2	2	11
Жінка	3	1	11

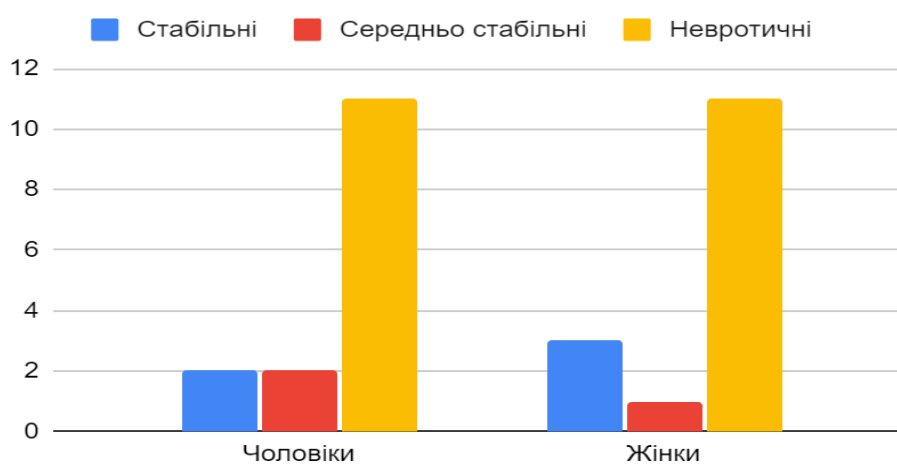


Рис. 2.9. Середні кількісні співвідношення між чоловіками та жінками у дорослому віці, досліджені за шкалою «Нейротизм»

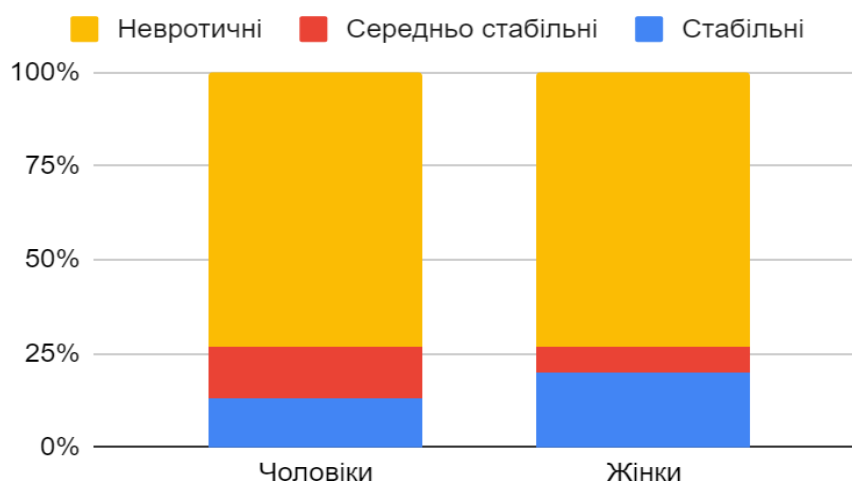


Рис. 2.10. Середні відсотки опитаних за шкалою нейротизму чоловіків та жінок зрілого віку (%)

Виявилося, що нейротизм є вродженою рисою обох статей, оскільки 11 чоловіків (75%) та 11 жінок (75%) показали досить високі показники.

Лише 2 чоловіки (12,5%) та 3 жінки (20%) досягли достатньо високого балу-Емоційна стабільність. Середньо стабільна – 2 чоловіки (12,5%) та 1 жінка (5%).

Потім ці риси були співвіднесені за двома шкалами, що визначило типи темпераменту учасників. Для полегшення порівняння та аналізу отримані дані були зведені до середнього значення для кількості учасників та представлені в таблиці 2.4, а також у відсотках на рис. 2.11 та 2.12.

Таблиця 2.4

Середня кількість опитаних зрілих чоловіків та жінок за типом темпераменту

Назва шкали	Чоловіки	Жінки
Холерик	5	4
Сангвінік	2	2
Флегматик	2	1
Меланхолік	6	8

Чоловіки

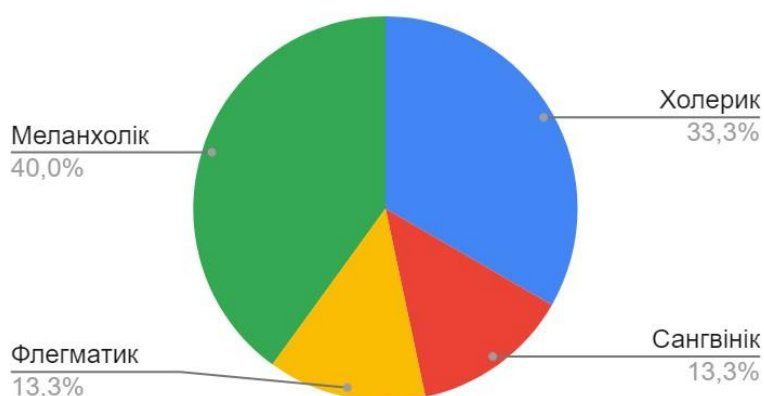


Рис. 2.11. Середні показники у відсотках опитаних чоловіків зрілого віку залежно від типу темпераменту (%)

Жінки

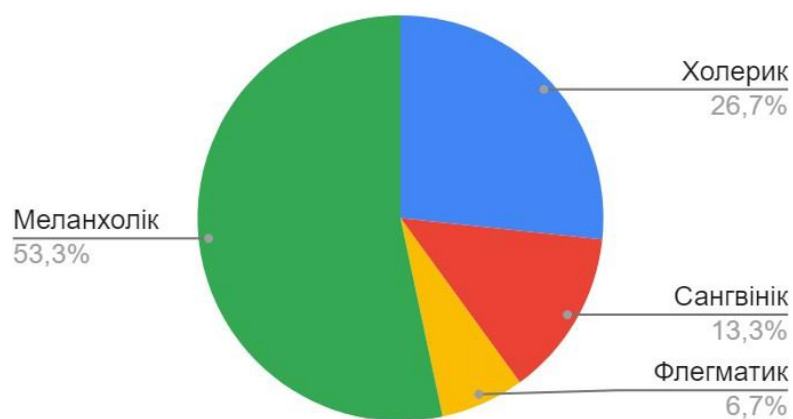


Рис. 2.12. Середній відсоток опитаних зрілих жінок залежно від типу темпераменту (%)

Згідно з дослідженням, 6 чоловіків (40%) та 8 жінок (53,3%) мають «меланхолійний» темперамент, який характеризується низькою розумовою активністю, повільними рухами, стриманою мімікою та мовою, легкою стомлюваністю та високою емоційною чутливістю до всього, що відбувається навколо них. Ця чутливість до оточення також робить меланхоліків загалом толерантними та узгодженими з навколишнім середовищем, але самі меланхоліки схильні до внутрішніх проблем і, як наслідок, схильні до саморуйнування.

Крім того, 5 чоловіків (33,3%) та 4 жінки (26,7%) мають тип темпераменту «холеричний», який характеризується схильністю до різких змін настрою, дратівливістю, нетерплячістю, схильністю до емоційних спалахів тощо.

Цікаво, що тип темпераменту «сангвінічний» однаково поширений серед обох статей – 2 чоловіки (13,3%) та 2 жінки (13,3%). З іншого боку, чоловіків (13,3%) з «флегматичним» темпераментом трохи більше, ніж жінок (6,7%).

Ми дійшли висновку, що зрілі чоловіки, як і жінки, схильні до емоційної нестабільності, але менш сумісні та конгруентні з іншими людьми, а тому частіше відчувають різкі перепади настрою, дратівливість, нетерплячість та емоційні зриви.

Результати синтезованих емпіричних даних дослідження, проведеного з використанням методу опитувальника ЕРІ Г. Айзенка, представлені в Додатку К (див. Таблицю К.1).

1) Методика дослідження Маскулінність- фемінність Сандри Бем

Прояв статевих ознак у зрілих особин, згідно з методом дослідження «маскулінність-фемінінність» Сандри Бем, представлено у вигляді середніх значень та кількісних співвідношень у таблиці 2.5 та на рис. 2.13.

Таблиця 2.5

Виявлення статевих ознак у чоловіків та жінок, досліджене за дослідницькою методикою Сандри Бем «Маскулінність-Фемінінність»

	Чоловіки (кількість осіб)	Жінки (кількість осіб)
маскулінність	1	0
фемінінність	2	4
андрогінність	12	11

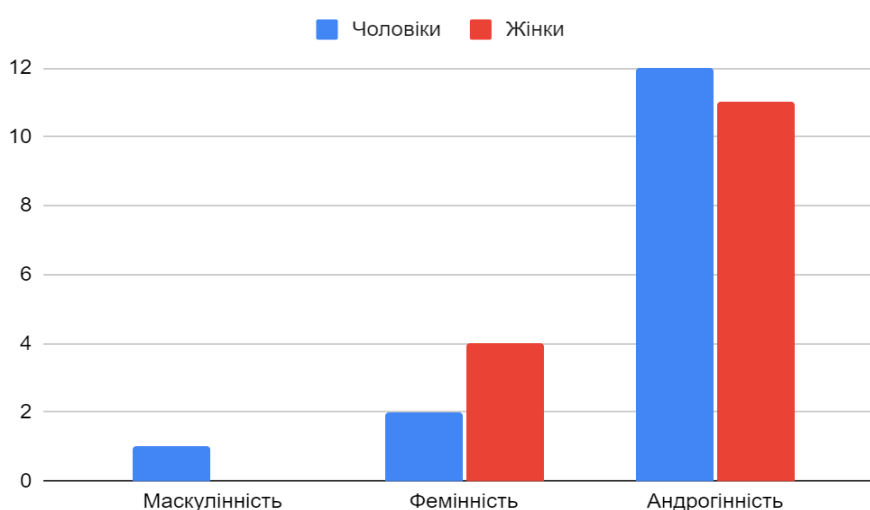


Рис. 2.13. Середні показники кількісного співвідношення інтенсивності статевих ознак обстежених чоловіків та жінок за методикою дослідження на тему «Маскулінність-Фемінінність» Сандри Бем

Для кращого порівняння кількісні дані на рисунку представлені у відсотках.

2.14 та рис. 2.15.

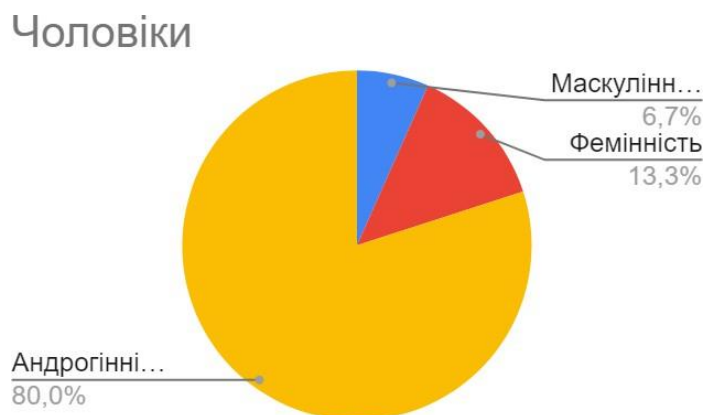


Рис. 2.14. Інтенсивність статевих ознак у досліджуваних чоловіків зрілого віку (%)

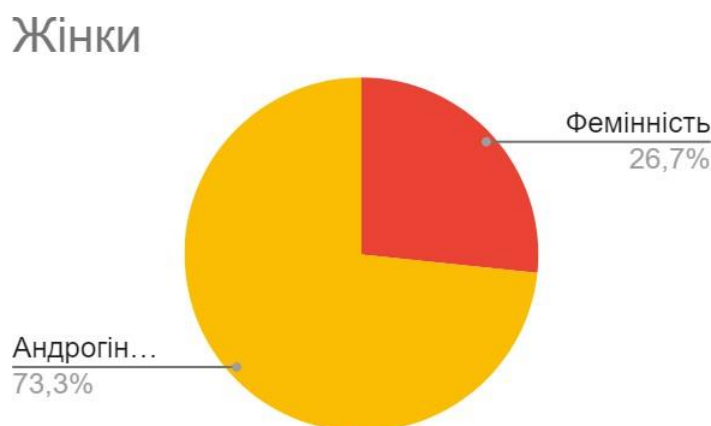


Рис. 2.15. Інтенсивність статевих ознак у досліджуваних жінок зрілого віку (%)

80% чоловіків і 73% жінок мають яскраво виражені андрогінні риси. Жінкам бракує яскраво вираженої маскулінності, тоді як чоловіки проявляють цю рису у 7% осіб. Цікаво, що 27% жінок і 13% чоловіків мають фемінні риси.

Результати синтезованих емпіричних даних дослідження, в якому використовувалася методологія дослідження Сандри Бем «Маскулінність-Фемінінність», представлені в Додатку Л (див. табл Л.1).

Після визначення гендерного розподілу респондентів відповідно до методики дослідження «маскулінність-фемінінність» Сандри Бем, у таблиці

2.6 та на рисунках 2.16 та 2.17 представлено дані про гендерні характеристики прояву двох форм агресії – фізичної та вербальної – у зрілих людей відповідно до методики діагностики показників та форм агресії Басс А.-Даркі А. Для зручності порівняння та аналізу дані в таблиці 2.6 та на рис. 2.16 та 2.17 представлені у відсотках.

Таблиця 2.6

Гендерні характеристики агресивної поведінки в обох статях (%)

Назва шкали	маскулінність	фемінінність	андрогінність
Фізична агресія	46,4	24.1	29,5
Вербальна агресія	48,5	22.7	28.8

Фізична агресія

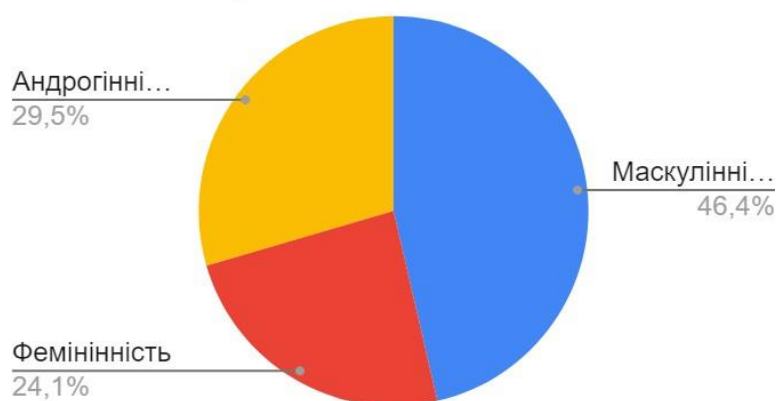


Рис. 2.16. Гендерні характеристики фізичної агресії обох статей у зрілому віці (%)

Вербальна агресія

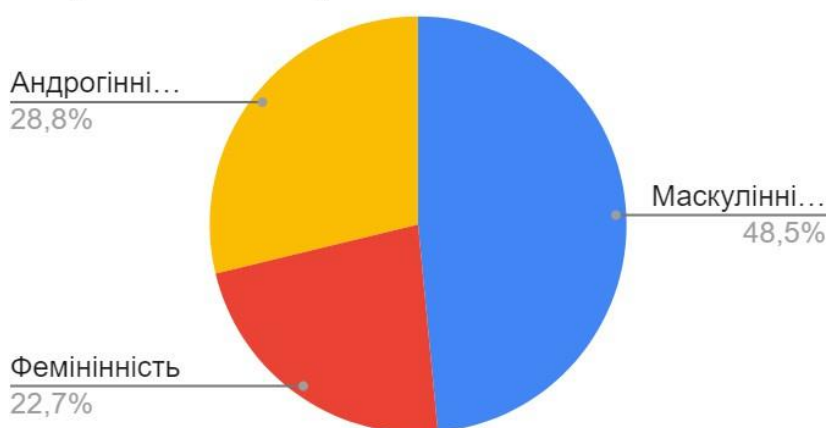


Рис. 2.17. Гендерні характеристики проявів вербальної агресії у зрілих учасників обох статей (%)

Фізична та вербальна агресія є більш інтенсивною серед осіб з маскулінними характеристиками (фізична агресія 46,4%; вербальна агресія 48,5%), та найменш інтенсивною серед осіб з фемінними характеристиками (фізична агресія 24,2%; вербальна агресія 22,7%). Цікавим висновком емпіричного дослідження стало виявлення великої кількості чоловіків та жінок з андрогінними характеристиками, яким також властива фізична (29,5%) та вербальна (28,8%) агресія.

Дослідження показали, що м'язисті дорослі чоловіки частіше виявляють фізичну та вербальну агресію, ніж жінки, але кількість м'язистих чоловіків дуже мала. Для зручності порівняння та аналізу дані представлені у відсотках на рис. 2.18.

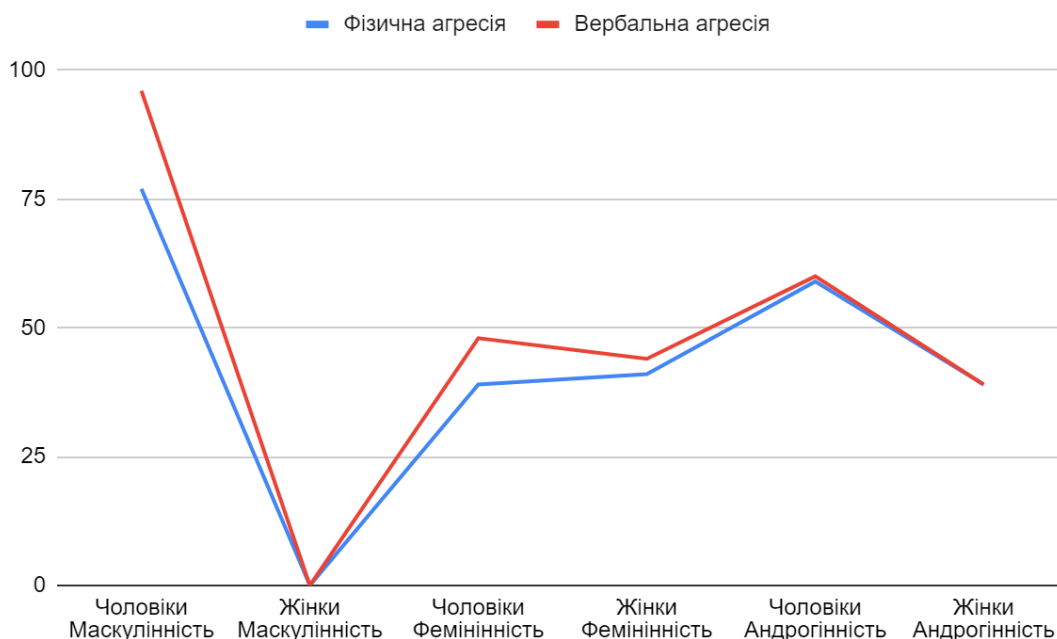


Рис. 2.18. Гендерні характеристики фізичної та вербальної агресії у зрілих чоловіків та жінок (%)

2) Методика діагностики міжособистісних стосунків за Лірі Т.

В результаті дослідження, проведеного за методом діагностики міжособистісних стосунків Лірі Т., були отримані дані щодо вираження восьми типів стосунків з іншими людьми. Для спрощення результати були зведені до кількісних середніх значень та представлені в таблиці 2.7. Вони також представлені у відсотках на рис. 2.19 та 2.20.

Таблиця 2.7

Результати діагностики осіб у вибірці, проведеної за допомогою методики діагностики міжособистісних відносин за Лірі Т.

№ п/ п	Октанти	Чоловіки (кількість осіб)			Жінки (кількість осіб)		
		рівень			рівень		
		Низький/ Середній	Високий	Надзвичайно	Низький/Середній	Високий	Надзвичайно
I	Авторитетний	4	9	2	7	7	1

II	Домінантний	10	3	2	14	1	0
III	Агресивний	10	4	1	11	4	0
IV	Підозрілий	5	7	3	11	3	1
V	Підлеглий	10	3	2	6	7	2
VI	Залежний	8	7	0	11	3	1
VII	Доброзичливий	7	8	0	8	5	2
VIII	Альтруїстичний	6	3	6	5	9	1

Чоловіки

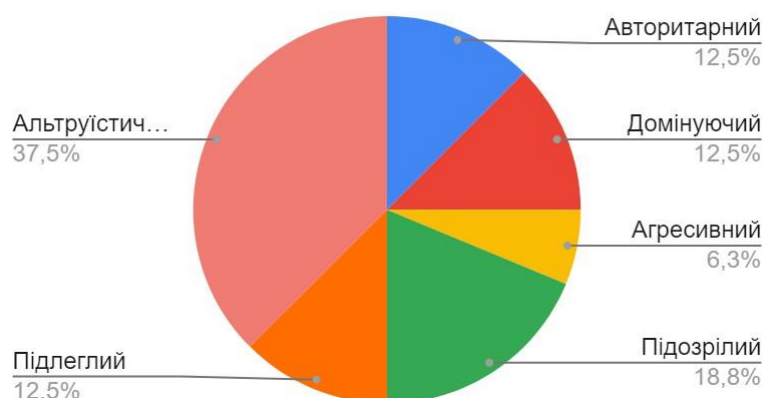


Рис. 2.19. Середні відсотки серед опитаних зрілих чоловіків за 8 типами стосунків з іншими.

(%)

Жінки

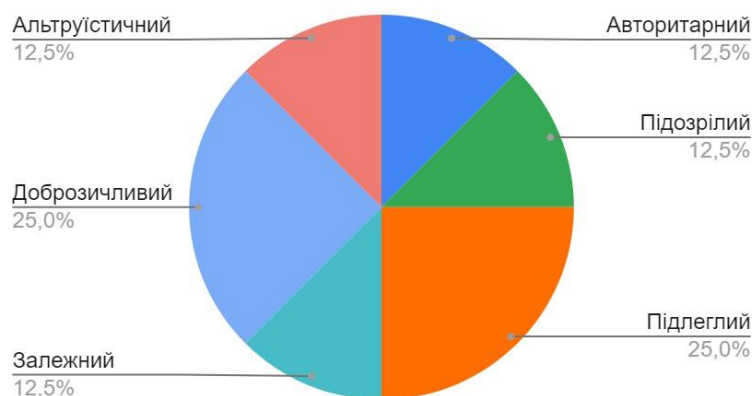


Рис. 2.20. Середні відсотки опитаних зрілих жінок за 8 типами стосунків з іншими людьми (%)

Отже, згідно з результатами дослідження, середні значення всіх шкал для обох статей перевищують гармонійну норму. На рис. 2.21 представлені середні показники в кількісному вираженні для високих та екстремальних значень досліджуваних зрілих чоловіків та жінок.

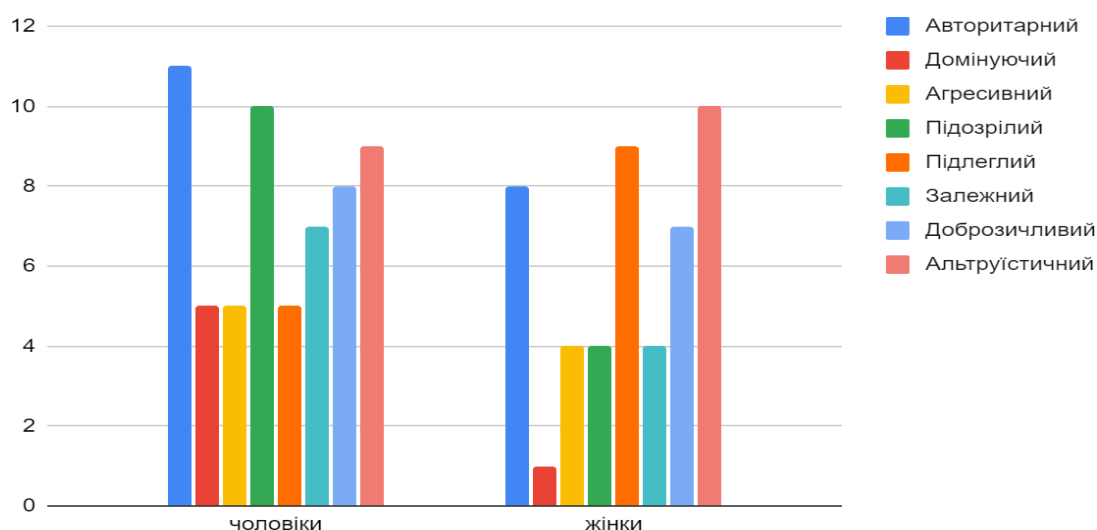


Рис. 2.21. Середні показники у кількісному співвідношенні на високому та екстремальному рівнях серед обстежених чоловіків та жінок зрілого віку (%)

Слід зазначити, що на шкалі для чоловіків переважають середні значення для високих та екстремальних значень (див. рис. 2.22):

А) «Авторитарний» (18,3%), що означає прагнення до успіху, енергійність, здатність радити та підтримувати, але також схильність до переоцінки себе, нетерпимість до критики, вимогливість до себе та домінантний стиль спілкування.

Б) «Підозрілий» (16,7%) – означає, що людина критична, ізолює себе та ставиться скептично, а через недовіру та страх поганого ставлення, вона має труднощі в міжособистісних контактах, розчаровується в людях та виражає свій негатив через вербальну агресію.

В) «Альтруїстичний» (15%), що означає надмірну відповідальність, готовність допомогти та співчуття до всіх, постійне жертвування власними інтересами, але водночас така людина не розраховує міру своєї

відповідальності, нав'язливо зосереджена на допомозі іншим та жертвуванні власними інтересами заради блага інших і часто є генератором конфліктів у спілкуванні.

Г) «Доброзичливий» (13,3%), що свідчить про готовність до компромісів у поведінці, доброту та доброзичливість до всіх, орієнтацію на соціальне прийняття та визнання, прагнення задовольнити потреби кожного, бути «добрим» до всіх незалежно від ситуації та прагнення досягти мети мікрогрупи. Такі особистості характеризуються добре розвиненими механізмами репресії та придушення та є емоційно нестабільними.

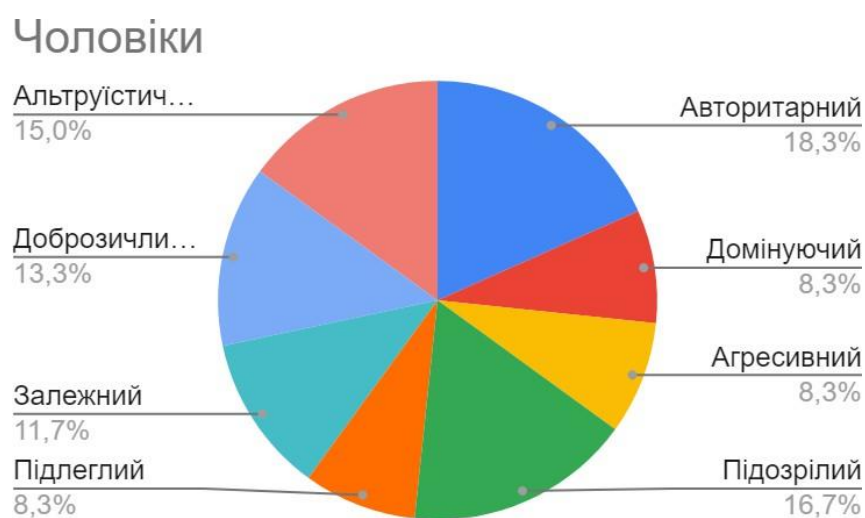


Рис. 2.22. Середні показники високих та екстремальних значень у досліджуваних чоловіків зрілого віку (%)

Середні показники високих та екстремальних значень переважають за шкалою у жінок (див. рис. 2.23):

А) «Альтруїстичний» (21,3%), що означає надмірну відповідальність, готовність допомогти та співчуття до всіх, постійне жертвування власними інтересами, водночас, така людина не усвідомлює своєї відповідальності, допомагає нав'язливо, жертвує своїми інтересами заради інших і часто є причиною конфліктів у спілкуванні.

Б) «Підлеглий» (19,1%), що вказує на сором'язливість, лагідність, скромність та схильність уникати публічності. Ці особистості слабовільні, легко бентежиться, схильні поступатися, завжди ставлять себе на останнє місце та засуджують себе, звинувачують себе, пасивні, шукають підтримки у

сильнішого та схильні підкорятися сильнішому незалежно від ситуації.

Б) «Авторитарний» (17%), що означає прагнення до успіху, енергійність, здатність радити та підтримувати, але також схильність до переоцінки себе, нетерпимість до критики, вимогливість до себе та домінантний стиль спілкування.

Г) «Доброзичливий» (14,9%), що означає поступливість у поведінці, доброту та доброзичливість до всіх, зосередженість на соціальному прийнятті та визнанні, прагнення задовольнити потреби кожного, бути «добрим» до всіх незалежно від ситуації та прагнути досягти мети мікрогрупи. Такі особистості характеризуються добре розвиненими механізмами репресії та придушення та є емоційно нестабільними.

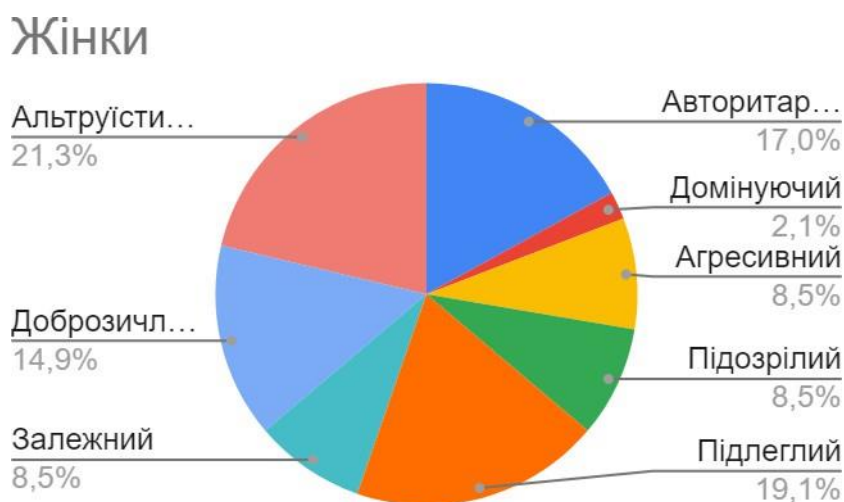


Рис. 2.23. Середні показники високих та екстремальних значень обстежених жінок зрілого віку (%)

Аналізуючи основні фактори за методикою діагностики міжособистісних стосунків Лірі Т., було виявлено, що досліджувані чоловіки демонстрували сильніше прагнення до лідерства у спілкуванні та домінування, тоді як показники жінок тяжіли до покірності, уникнення відповідальності та лідерської позиції. Цікаво, що чоловіки та жінки однаково характеризувалися прагненням до дружніх стосунків та співпраці з іншими. Однак показники чоловіків вказували на сильніші прояви домінантної позиції, що перешкоджало співпраці та успішній спільній діяльності.

На основі отриманих результатів було виявлено, що чоловіки демонструють сильніший прояв домінантної позиції в міжособистісній взаємодії, а також виявляють ширший спектр проявів агресії.

Результати синтезованих емпіричних даних дослідження з використанням методу діагностики міжособистісних відносин Лірі Т. представлені в Додатку М (див. табл. М.1).

3) Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки Томаса К.

В результаті дослідження, проведеного з використанням методу Томаса К. для діагностики схильності особистості до конфліктів, від учасників були отримані дані щодо основних позицій та моделей поведінки, прийнятих даною людиною під час взаємодій: конкуренція, співпраця, компроміс, уникнення та адаптація. Для спрощення результати були зведені до кількісних середніх значень та представлені в таблиці 2.8 та на рис. 2.24, а у відсотках – на рис. 2.25.

Таблиця 2.8

Середні показники у кількісному співвідношенні результатів людей обох статей за методикою діагностики схильності людини до конфліктної поведінки Томаса К.

Шкала	Чоловіки	Жінки
Суперництво	3.7	2.7
Співпраця	6.7	6.5
Компроміс	7.3	6.6
Уникнення	5.7	6.9
Пристосування	4.6	5.4

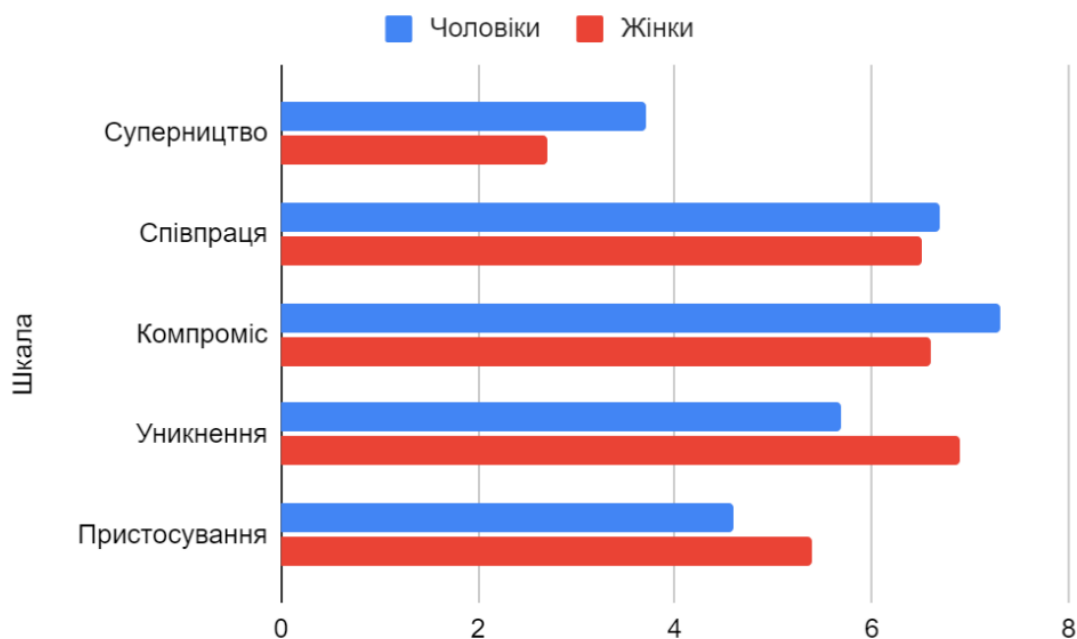


Рис. 2.24. Середні показники у кількісному співвідношенні результатів обстежених осіб обох статей за методикою діагностики схильності людини до конфліктної поведінки Томаса К.

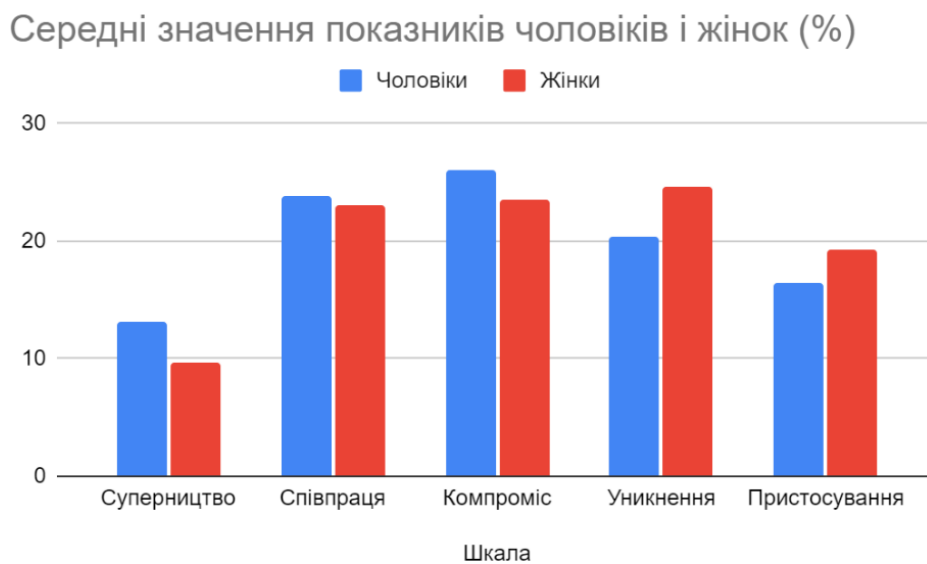


Рис. 2.25. Середні бали обох статей у тесті Методика Томаса К. для діагностики схильності людини до конфліктної поведінки (%)

Аналіз показав, що чоловіки та жінки віддають перевагу різним стилям поведінки в конфліктних ситуаціях. Згідно із середніми показниками, опитані чоловіки частіше дотримуються «компромісного стилю» (26,1%), що означає,

що людина здатна певною мірою йти на компроміси щодо власних інтересів, є активною та раціональною, завжди висуває різноманітні, взаємовигідні пропозиції та надає пріоритет співпраці. Такий тип поведінки в конфліктних ситуаціях часто вважається найефективнішим, оскільки він призводить до взаємодії між конфліктуючими сторонами. Однак насправді компроміс – це затяжний конфлікт, у якому програють обидві сторони. Оскільки їхні потреби чи інтереси не задоволені (за принципом «ні тобі, ні мені») або навіть неповністю («половина тобі, половина мені»), обидві сторони зазнають збитків і повинні повернутися до вирішення спору [29].

Друге місце серед опитаних чоловіків посів «стиль співпраці» (23,9%), третє – «стиль уникнення» (20,4%), четверте – «адаптивний стиль» (16,4%), на п'ятому місці – «змагальний стиль» (13,2%).

Для спрощення результати були приведені до середніх значень та представлені у відсотках на рис. 2.26.

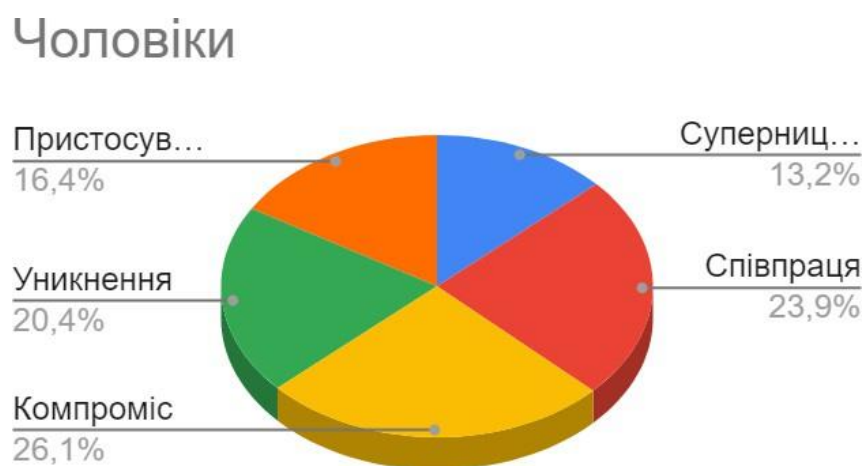


Рис. 2.26. Середні показники зрілих чоловіків, досліджені за допомогою методу Томаса К. для діагностики схильності людини до конфліктної поведінки (%)

В середньому, опитані жінки використовують «Стиль уникнення» (24,6%): вказує на пасивну, але повністю раціональну особистість, яка не створює напруги у стосунках, свідомо уникає проблем або ефективно заперечує конфлікт. Цей тип поведінки має різні прояви, такі як «грюкання

дверима», «тихий бунт» та «психосоматичні захворювання», але його значення залишається незмінним: конфлікт не вирішується, причина, яка його спровокувала, не усувається, а конфлікт спрямований всередину [29].

Друге місце серед опитаних жінок посів «компромісний стиль» (23,5%), третє – «кооперативний стиль» (23,1%), четверте – «адаптивний стиль» (19,2%), на п'ятому місці – «конкуренція» (9,6%).

Для спрощення результати були приведені до середніх значень та представлені у відсотках на рис. 2.27.

Жінки

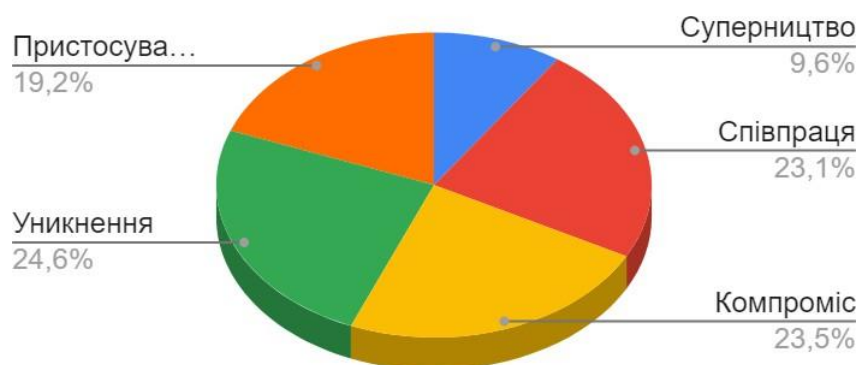


Рис. 2.27. Середні показники обстежених жінок зрілого віку залежно від Методика Томаса К. для діагностики схильності людини до конфліктної поведінки (%)

Цікаво, що стилі «співпраці», «адаптації» та «суперництва» зустрічаються однаково як у чоловіків, так і у жінок.

Наприклад, чоловіки більш схильні до співпраці та компромісів, ніж жінки, тоді як жінки схильні уникати конфліктів.

Результати синтезованих емпіричних даних дослідження з використанням методу діагностики схильності людини до конфліктної поведінки Томаса К. представлені в Додатку Н (див. табл. Н.1).

Емпіричні дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у дорослому віці, з урахуванням статі, лише частково підтвердили гіпотезу, сформульовану на початку дослідження: зрілі чоловіки частіше, ніж

жінки, вдаються до фізичної агресії в міжособистісній взаємодії, тоді як вербальна агресія частіше зустрічається у сучасних жінок, ніж у чоловіків. Це дослідження пропонує комплексний та багатогранний погляд на досліджуване питання та було проведено з достатньою репрезентативністю. Отримані результати відповідають критеріям наукової достовірності, логіки та валідності.

Це також підтверджує, що використані методи є доречними для вивчення проблеми та правильно характеризують агресію, враховуючи гендерний аспект, як деструктивну форму міжособистісної взаємодії в дорослому віці.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

Друга частина магістерської дисертації включала емпіричне дослідження, що вивчало агресію як деструктивну форму міжособистісної взаємодії в зрілому віці. У дослідженні взяли участь тридцять осіб (15 жінок та 15 чоловіків) — 15 подружніх пар, які перебували разом понад 5 років. У кожній парі респондентів один з подружжя запитував про деструктивна-агресивну поведінку іншого з подружжя. Усі респонденти належали до однієї вікової групи (середній вік 35-45 років). Усі респонденти були громадянами України, які проживали в Україні на момент опитування, а не внутрішньо переміщеними особами (ВПО) чи військовослужбовцями. Усі респонденти брали участь добровільно. Відбір респондентів з цієї вікової групи не був випадковим, оскільки цей період вважається «кризою середнього віку», і проблема агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії особливо гостро стоїть саме тоді, коли людина переживає значні зміни в психічному, соціальному та фізичному розвитку. Наразі багато людей у цей період, під впливом нових ситуацій (наприклад, у періоди нестабільності, особливо під час війни), також переживають серйозну життєву кризу, яка має психологічно травматичний вплив на особистість та порушує правильний розвиток особистісних якостей, створюючи тим самим основу для виникнення та прояву деструктивних форм агресії.

Емпіричне дослідження було реалізовано за допомогою комплексу з п'яти психодіагностичних методик, а саме:

Методика діагностики показників і форм агресії Басса А. і Даркі А.; Опитувальник, розроблений Айзенком Г. — ЕРІ; Методика дослідження «Маскулінність-фемінність» Сандри Бем; Методика діагностики міжособистісних відносин Лірі Т.; Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки Томаса К.

За результатами нашого емпіричного дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в дорослому віці, з урахуванням гендерного аспекту, на основі п'яти психодіагностичних методик, було виявлено, що зрілі чоловіки, як і жінки, характеризуються

емоційною нестабільністю, але чоловіки. Вони мають нижчу сумісність та гармонію з іншими, що робить їх більш схильними до різких перепадів настрою, дратівливості, нетерплячості та емоційних спалахів. Цікаво, що як чоловіки, так і жінки характеризуються індивідуальним бажанням будувати дружні стосунки, співпрацювати з іншими та шукати компроміс. Однак показники чоловіків вказують на сильніші прояви домінування, що перешкоджає успішній співпраці та спільній діяльності. Варто також зазначити, що чоловіки демонструють сильніші прояви домінування в міжособистісній взаємодії, а також ширший спектр агресивних проявів. Було виявлено, що зрілі, м'язисті чоловіки більш схильні до фізичної та вербальної агресії, ніж жінки, але кількість м'язистих чоловіків дуже мала. Варто зазначити, що як жінки, так і чоловіки характеризуються більш андрогінними рисами. Тому ці результати не підтверджують «теорію гегемонної маскулінності», згідно з якою контроль над жінками сприймається як важливий атрибут чоловічої культури, а причини агресивної поведінки та насильства пов'язані зі спробами зберегти домінування та нерівними відносинами між чоловіками та жінками [66].

Емпіричні дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в дорослому віці, враховуючи стать, також лише частково підтвердили гіпотезу, сформульовану на початку дослідження, а саме, що дорослі чоловіки частіше вдаються до фізичної та вербальної агресії, ніж жінки, оскільки маскулінність у сучасному суспільстві пов'язана з агресивною поведінкою та насильством. Дослідження показало, що фізична агресія рідко трапляється у зрілих чоловіків та жінок, але має вищу інтенсивність у чоловічій популяції. Вербальна агресія частіше зустрічається у дорослих жінок, але проявляється з однаковою інтенсивністю у чоловіків та жінок. Тому агресивна поведінка та насильство може проявлятися в різних формах та проявах і включає не лише застосування сили та фізичного насильства, але й психологічний тиск, погрози, залякування тощо. Важливо зазначити, що не всі такі інциденти однозначно сприймаються суспільством як акти насильства, оскільки деякі з них вважаються загальноприйнятою практикою в житті пар та

гендерних стосунках через вплив патріархальних соціальних норм. Тому будь-яке гендерно-чутливе дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії стикається з низкою проблем. До них належать небажання жертв обговорювати свій досвід через страх можливого переслідування або покарання з боку кривдника, а також їхня нездатність визначити форми насильства, які вони застосовують. Тому дослідження, спрямовані на виявлення причин, обставин та наслідків агресивної поведінки та насильства, повинні зосереджуватися на поглибленому аналізі поведінки конкретних груп населення в контексті соціально-демографічних характеристик, таких як вік, рівень освіти та місце проживання, а також гендерні та сексуальні характеристики. Особливу увагу слід приділяти дослідженням чоловіків та жінок, які мають документально підтверджений досвід домашнього насильства та які співпрацюють із соціальними службами для запобігання майбутнім рецидивам домашнього насильства.

Отже, емпіричне дослідження всебічно та комплексно охоплює досліджуване питання та було проведено з достатньою репрезентативністю. Отримані результати відповідають критеріям наукової достовірності, логіки та валідності, що також підтверджує доцільність використаних методів для вивчення проблеми та правильну характеристику агресії з урахуванням статі як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у дорослому віці.

Результати емпіричного дослідження дозволяють у майбутньому визначити нові гіпотези, їх підтвердити або спростувати, а також сформулювати рекомендації та пропозиції щодо психологічних аспектів. Профілактика у роботі з людьми, які проявляють агресивну та деструктивну поведінку в міжособистісних контактах, з урахуванням гендерних особливостей та рис особистості.

РОЗДІЛ 3. РОЗРОБКА СИСТЕМИ РЕКОМЕНДАЦІЙ ЩОДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ АГРЕСІЇ ЯК ДЕСТРУКТИВНОЇ ФОРМИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ

3.1. Планування психологічної профілактичної та корекційної роботи у випадку особи, яка проявляє агресивну та деструктивну міжособистісну поведінку взаємодії

Емпіричне дослідження, проведене щодо агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у дорослих, з урахуванням гендерного аспекту, а також відповідний аналіз наукової літератури та рекомендацій психологів і науковців, дозволило розробити рекомендації щодо профілактичної та корекційної роботи з особою, яка проявляє деструктивну поведінку в міжособистісній взаємодії.

Важливо зазначити, що особи, які демонструють агресивну та деструктивну поведінку, а також домашнє насильство, різняться як за моделями насильства, так і за ступенем загрози, яку вони становлять. Не існує загальноприйнятого психологічного профілю злочинця, але найхарактернішою поведінкою таких осіб є спроба здійснювати примусовий контроль у різних формах, включаючи залякування, психологічне та фізичне насильство. Злочинцем може бути будь-хто, незалежно від віку, статі, соціально-економічного статусу, раси, етнічної приналежності, професії, освіти чи релігії. Ці особи не завжди злісні чи ворожі та можуть сприйматися іншими як дружні та добрі. Багато з цих осіб за своєю суттю не є поганими, але їхню агресивну поведінку неможливо виправдати жодним чином. Тому своєчасна корекція деструктивної агресивної поведінки є способом обмеження факторів, що сприяють розвитку та ескалації агресії. Вибираючи стратегію психологічної корекції агресивної поведінки у людей зрілого віку, важливо враховувати фундаментальний взаємозв'язок між внутрішні (інтрапсихічні) та

зовнішні (психосоціальні) детермінанти функціонування особистості. Слід також зазначити, що зміни поведінки охоплюють фази переосмислення та рефлексії над своєю поведінкою, підготовки до трансформації, а також впровадження та підтримки нової моделі поведінки. Психотерапевтичні втручання повинні бути спрямовані на зміну когнітивної сфери особистості зрілих людей шляхом переконання, навіювання, роз'яснення та інтерпретації неоднозначних переживань. Виявлення факторів, що сприяють виникненню індивідуальних проявів агресивних реакцій, які зазвичай зумовлені складною взаємодією біологічних, фізіологічних, психологічних та соціальних умов, відіграє вирішальну роль у виникненні та розвитку агресивної готовності, а також її реалізації.

Розроблена програма пропонує комплексний підхід до корекційної роботи зі зрілими особами, які проявляють агресивну, деструктивну поведінку, та тими, хто зазнав насильства. Програма базується на підході когнітивна-поведінкової терапії, який широко використовується в роботі з цими цільовими групами.

Мета програми: надання психологічної допомоги особі, яка проявляє деструктивну поведінку в міжособистісних контактах, з метою подолання агресивного стилю спілкування та розвитку навичок контролю агресії, ефективного спілкування та партнерства в соціальному середовищі.

Тема виправлення: агресивна поведінка зрілої людини в міжособистісних стосунках

Об'єкт корекції: людина, яка проявляє агресивно-деструктивну поведінку в міжособистісних взаємодіях

Цілі програми:

- 1) підвищення усвідомлення клієнтом природи агресії та гніву;
- 2) підвищення обізнаності клієнтів про природу насильства, особливо домашнього насильства, його характеристики та роль клієнта у запобіганні та подоланні насильства;
- 3) навчити клієнта розпізнавати та запобігати факторам, що провокують агресивну поведінку

їхні;

4) практика навичок контролю гніву та агресії;

5) навчання ефективним комунікативним навичкам як ефективний метод вирішення проблем

конфліктні ситуації;

6) розвиток навичок для досягнення особистих цілей та довгострокового планування життя в середовищі, вільному від насильства.

Термін: 6 місяців (залежно від динаміки змін у поведінці клієнта).

Орієнтовна тривалість кожного сеансу – 1 година. Рекомендовано один сеанс на тиждень.

Форми та методи роботи:

- Розмова;
- Рольові ігри;
- Вправи на візуалізацію;
- Вправи для дослідження зв'язку між емоціями та тілом;
- Вправи на розвиток емпатії;
- Вправи для розвитку належної самооцінки;
- Вправи, що розвивають комунікативні навички;
- Вправи з елементами фізіотерапії;
- Методи арт-терапії;
- Вправи, що розвивають саморегуляцію та релаксацію;
- Медитація.

Модуль І. Планування роботи у сфері профілактики та психологічної корекції з особою з агресивною та деструктивною поведінкою міжособистісна взаємодія

№ модуля	Назва модуля		Кількість годин
	І. Планування психологічної профілактики та корекції поведінки особи з агресивною деструктивною поведінкою в контексті міжособистісної взаємодії		4
І (4 Заняття)	№ Заняття	Зміст навчання	
	1.	Проведення первинної співбесіди. Збір первинної інформації. Опис основних принципів терапевтичного процесу та правил взаємодії під час роботи	1
	2.	Проведення психологічної діагностики. Використання методик на визначення рівня агресивності, соціальної адаптації, тривожності та депресії: опитувальник Басса-Даркі, Тест-опитувальник Айзенка Г. – ЕРІ; методика діагностики міжособистісних відносин Лірі Т., Шкала депресії Бека, тест «Шкала реактивної і особистісної тривожності» Спілбергера-Ханін; тест Ассінгера А. (оцінювання агресивності у стосунках); методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки Томаса К.; тест фрустраційних реакцій Розенцвейга С. (дорослий варіант); тест на наркотичну й алкогольну залежність (Хелпер)	1
	3.	Вивчення соціальних обставин. Збір повної інформації (включаючи інформацію про сім'ю). Анкета. Пояснення весь спектр розглянутих тем проблематичним.	1
	4.	Укладення договору. Укладання договору. Основні положення, зобов'язання сторін, рівні відповідальності. Зауваження та пояснення.	1

Побудова терапевтичного альянсу та реагування

Таблиця 3.2

Модуль II: Побудова терапевтичного альянсу та реагування

№ Модулю	Назва модуля	Кількість годин
II.	II. Побудова терапевтичного альянсу та реагування на процес взаємодії	4
	5-6. <i>Побудова стосунків на основі довіри</i> Формування позитивної мотивації до участі в заняттях: (наприклад, обговорення існування правил: для чого вони існують; які бувають взагалі, в державі, в сім'ях.) Обговорювання очікування від проходження програми (наприклад, постановка особистих цілей та створення довгострокового плану подолання агресивності). Відпрацювання емоційних станів. Роль та види емоцій, інструменти, які допомагають розпізнаванню емоційних станів (наприклад, діагностична самооцінка (за допомогою малюнку; Техніки на визначення емоцій, Карта емоцій «Де живуть емоції?» (див. додаток Р) або за допомогою дзеркала слідкувати за собою, відстежувати свою міміку. Техніки візуалізація для емоційного відреагування та опрацювання негативних переживань (наприклад, техніка «Веселка почуттів»). Знайомство з ауторелаксацією. (Зняття емоційної напруги. За допомогою технік на роботу з тілом, технік на роботу з гнівом, м'язові релаксації; когнітивна базова релаксація Джейкобсона).	2
	7-8. <i>Проаналізуйте ситуацію та її наслідки.</i> Природа та концепція насильства загалом і	2

(4 заняття)		Домашнє насильство. Види насильства та дії, що вважаються насильством. Цикли та наслідки насильства: Допомога клієнт аналізує власне ставлення до члени сім'ї (за допомогою технік арт-	
		терапії). Зниження емоційної напруги шляхом розвитку навичок саморелаксації. Підтримка клієнта в аналізі почуття провини та відповідальності за насильство. Аналіз власної історії переживань, пов'язаних з насильством. Нейтралізація небажаних емоційних станів за допомогою різних технік релаксації. Діагностика рис темпераменту. Характеристика типів темпераменту. Визначення рис характеру на основі зовнішності. Психологічні відмінності між жінками та чоловіками. Принципи гармонійних сімейних стосунків. Рольові ігри (наприклад, з вправою «Гарячий стілець»). Допомога у формуванні позитивного емоційного стану та можливість застосовувати позитивний досвід у повсякденному житті. Вправи саморелаксації.	

Усвідомлення та розвиток конструктивної моделі поведінки та здатності реагувати на негативні емоції соціально прийнятним чином

Таблиця 3.3.

Модуль III. Усвідомлення та розвиток конструктивної моделі соціально прийнятної поведінки та навичок реагування негативні емоції

№ Модулю	Назва модуля	Кількість годин
	III. Усвідомлення та розвиток конструктивної моделі поведінки та здатності реагувати на негативні емоції соціально прийнятним чином	12
9.	<i>Розвиток комунікативних навичок</i>	1

		Вступ до конструктивної поведінки. Розвиток навичок соціально прийнятних реакцій на негативні емоції (наприклад, використання колажу). Систематизація знань та зміцнення навичок самокорекції. Зниження тривожності та залежності від навколишнього середовища. Розвиток навичок самоконтролю та саморегуляції (наприклад, вправи на саморегуляцію, техніки швидкого заспокоєння). Розвиток розуміння емоційного виміру без осуду та моральних суджень (наприклад, шляхом спостереження та встановлення фактів, без осуду).	
10.		Розпізнавання та управління власним емоційним світом. Підтримка розвитку належної самооцінки. Впровадження конструктивної поведінки. Розвиток комунікативних навичок. Вправи з арт-терапії (наприклад, малювання для розвитку самооцінки та навичок взаємодії). Вправи на релаксацію. Моделі продуктивного спілкування. Впевнені комунікативні навички. Відповідні та конструктивні реакції на Критика. Рольові ситуації.	1
11.		Клієнт усвідомлює власні емоції та почуття інших (розвиток навичок емпатії та рефлексії) (наприклад, емпатія та співчуття – інтерпретація ситуацій за допомогою вправ) «Гарячий стілець»). Вступ до конструктивної поведінки. Тренування навичок самоконтролю та саморегуляції, усвідомлення та контролю власного емоційного світу (наприклад, через арт-терапію – малювання «Моє майбутнє» тощо).	1
12.		Розвиток навичок самоконтролю та саморегуляції Оцінка ваших комунікативних навичок та Навички. Вправи для розвитку комунікативних навичок. Підтримка у розвитку соціальних навичок.	1

III (12 заняття)		Прийнятні способи реагування на негативні емоції (наприклад, вправи з визначення потреб без морального осуду, використання аркушів потреб тощо). Підвищення усвідомлення та контролю власного емоційного світу (використання технік малювання або колажу – вправа «Мое життя» або «Мій життєвий шлях»). Зниження емоційної напруги через контрольоване дихання, контрольоване розслаблення м'язів.	
	13.	Розпізнавання різниці між проханнями та вимогами. Удосконалення комунікативних навичок у різних комунікативних ситуаціях. Інтерпретація конкретних ситуацій для розвитку комунікативних навичок. Розвиток навичок розуміння себе, інших та міжособистісних стосунків (наприклад, відпрацювання прохань (без вимог) з розумінням власних потреб та потреб інших). Вправи для розвитку належної самооцінки. Вправи для розвитку самопізнання та самореалізації. Розуміння концепції багатства. Аудіювання. Вправи на саморегуляцію. Вправи на релаксацію.	1
	14.	Розвиток комунікативних навичок. Вправи для розвитку емпатії (наприклад, фізичні вправи). «Що сталося з героєм?» або «Уявіть, що ви на його місці...?» (див. додаток С). Інтерпретація ситуацій для розвитку комунікативних навичок та конструктивних відреагувань. Розвиток навичок самоконтролю та саморегуляції. Вправи, що розвивають саморегуляцію (наприклад, вправи «Дихай і думай красиво» або «Контролюй себе»). Методи позитивної емоційної орієнтації. Ресурси емоційної енергії. Вправи на релаксацію.	1
		Розвиток комунікативних навичок. Релаксація. Методи позитивного ставлення (наприклад, афірмації, метод питань, арт-терапія, метод браслети тощо).	

16.	Навчання конструктивній поведінці. Розвиток усвідомлення та контролю над власним емоційним світом. Підтримка розвитку належної самооцінки. Вправи для розвитку належної самооцінки. (наприклад, вправа «Розфарбуй свої почуття» або «Я в променях сонця»). Розвиток комунікативних навичок. Вправи для розвитку комунікативних навичок. Вправи на релаксацію. Підготовчі техніки для позитивних аспектів (наприклад, афірмації, метод питання, арт-терапія, метод браслетів тощо).	1
17.	Освіта в галузі альтернативної поведінки в сім'ї. Розвиток здатності належним чином соціально реагувати на негативні емоції. Специфіка стресу та тривоги. Вправи, що розвивають відповідну самооцінку (наприклад, фізична активність). «Мій друг сказав про мене, що...») Розвиток навичок самоконтролю та саморегуляції. Вправи, що розвивають самоконтроль та саморегуляцію. Вправа, що розвиває емпатію. (наприклад, вправа «Внутрішній голос» тощо) Психофізичні вправи та вправи на релаксацію.	1
18.	Розвиток навичок самоконтролю та саморегуляції. Аналіз природи комунікативних бар'єрів та факторів, що впливають на їх формування. Методи подолання комунікативних бар'єрів у будь-якій ситуації. Вправи для розвитку соціально прийнятної поведінки. Фактори, що запобігають та долають комунікативні бар'єри, включають: підвищення толерантності, зниження агресії та управління емоціями. Розвиток	1

	здатності реагувати на негативні емоції соціально прийнятним чином. Розуміння суті конструктивних поведінкових реакцій. Бесіда на формування розвитку соціальної поведінки. Анкета сімейних ролей. Вправи для розвитку відповідної самооцінки (наприклад, вправа «Що я знаю про себе?»), або обговорення «Моє саме, саме...»). Вправи на розслаблення, релаксація.	
19.	Розвиток навичок ефективної взаємодії та поведінки в сім'ї. Зміцнення самоконтролю та саморегуляції. Розвиток комунікативної креативності та подолання комунікативних бар'єрів. Усвідомлення конструктивних поведінкових реакцій, відточування набутих навичок. Вправи для розвитку комунікативних навичок та конструктивних поведінкових реакцій (наприклад, права «Порожній стілець» або «Що далі?») Підтримка процесу формування цінностей та моральних уявлень. Медитація-візуалізація (наприклад, техніка «Кольорове дихання» або «Медитація співчуття» тощо).	1
20.	Постійне підкріплення навичок саморегуляції та самоконтролю. Розуміння природи конструктивних поведінкових реакцій та оволодіння набутими навичками. Індивідуальна конструктивна самооцінка та вплив на неї безпосереднього оточення. Вправи для розвитку відповідної самооцінки (наприклад, малювання «Я- справжнє» та «Я-ідеальне» або «Яким я буду через 5 років?»).	1

3.2. Закріплення сформованих умінь, узагальнення результатів, досягнутих у процесі ресоціалізації, та аналіз самопочуття учасників програми

Корекційна програма

Таблиця 3.4.

Модуль IV. Закріплення набутих навичок, закріплення знань про результати, досягнуті в програмі ресоціалізації, та аналіз самопочуття

Корекційна програма

№ модуля	Назва модуля	Кількість годин
IV (5 заняття)	IV. Закріплення набутих навичок, уявлення про результати, досягнуті в програмі ресоціалізації, та аналіз самопочуття Корекційна програма	5
	21-22. <i>Розвиток здатності до ідентифікації та адекватного вираження власних вразливих (уразливих) почуттів.</i> Когнітивне усвідомлення сутності конструктивних поведінкових реакцій із подальшим закріпленням і генералізацією набутих практичних навичок. Вправи і саморегуляція для зменшення емоційного стресу і зниження особистої тривожності. Рольове програвання ситуації для розвитку комунікативних навичок. Вправа на визначення соціально прийнятних життєвих стратегій. Вправи на релаксацію-візуалізацію (наприклад, вправа «Золотий мандрівник»).	2

	23-24	<i>Розвиток навичок рефлексії, формування основ здорового способу життя</i> Закріплення набутих навичок та зміцнення здатності до подальшого розвитку конструктивних ролей у сім'ї. Формування здорового способу життя в рамках сімейних традицій та стосунків. Підтримка розвитку сімейних цінностей та переконань. Обговорення цінності здоров'я та збереження психічного здоров'я. Формування здорового способу життя та нових моделей стосунків, взаємодопомоги та підтримки в сім'ї (наприклад, рольова гра «Нові стосунки в сім'ї» або малювання). Вправи для релаксації.	2
	25.	<i>Оцінка успішності клієнта у завершенні корекційної програми.</i> Фінальна психодіагностика (за психодіагностичними методиками, використаними у первинній діагностиці). Вправа на підтримання позитивного настрою. Розробка особистої мотиваційної мети для особистих та майбутніх стратегій змін. Обговорення теми «Моє майбутнє та майбутнє моєї родини». Анкета для клієнта для аналізу досягнень та результатів особистого планування майбутнього. Підсумок: Враження клієнта від програми («Чи допомогло це їм чи ні?», «Як вони себе почувають?», «Щось змінилося?» тощо).	1

Розроблений комплекс вправ допомагає клієнтам подолати стани психоемоційного напруження та нормалізувати спосіб життя; вчить їх оцінювати негативні думки з позиції їхньої реальності та переходити до конструктивних думок, тобто тих, що повніше відображають реальність і не викликають тривоги, гніву, страху тощо; допомагає надати психологічну підтримку у подоланні невпевненості та страху, що призводять до деструктивних форм агресії; допомагає надати психологічну підтримку у подоланні сорому та неврівноваженості; вчить клієнта будувати стосунки, засновані на відчутті меж своєї особистості.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3

На підставі теоретичного аналізу та емпіричного верифікування даних було розроблено цілісну психокорекційну програму, що слугує психологічною профілактикою в роботі з людьми, що проявляють агресивну та деструктивну поведінку в міжособистісних контактах, з урахуванням гендерних особливостей та характерних рис сучасної особистості.

Ця програма базується на підході когнітивна-поведінкової терапії, який широко використовується в роботі з цими цільовими групами. Розроблена програма пропонує комплексний підхід до корекційної роботи з особами, які проявляють агресивну, деструктивну поведінку, та тими, хто зазнав насильства.

У програмі використовуються такі форми та методи: розмова, рольові ігри, вправи на візуалізацію, вправи, що досліджують взаємозв'язок між емоціями та тілом, вправи, що розвивають емпатію, вправи, що розвивають відповідну самооцінку, вправи, що розвивають комунікативні навички, вправи з елементами тілесної терапії, методи арт-терапії, вправи, що розвивають саморегуляцію та релаксацію, а також медитація.

Розроблений комплекс вправ допомагає клієнтам подолати стани психоемоційного напруження та нормалізувати спосіб життя; вчить їх оцінювати негативні думки з позиції їхньої реальності та переходити до конструктивних думок, тобто тих, що повніше відображають реальність і не викликають тривоги, гніву, страху тощо; надає психологічну підтримку у подоланні невпевненості та страху, що призводять до деструктивних форм агресії; надає психологічну підтримку у подоланні сорому та невірноваженості; надає психологічну підтримку у розвитку здатності не приховувати проблеми від близьких та ефективно використовувати підтримку інших; навчає клієнта конструктивному вирішенню конфліктів; навчає клієнта будувати стосунки, засновані на відчутті власних особистісних меж, а також усвідомленні меж між своєю особистістю та членами сім'ї; навчає клієнта розвивати навички партнерської взаємодії.

ВИСНОВКИ

Аналіз сучасної наукової літератури з цієї теми дослідження показує, що особистісна агресія є складним та неоднозначним явищем. Тому дослідники використовують різні підходи до розуміння її природи та характеристик. Це свідчить про те, що феномен особистісної агресії не є стабільним, а багатовимірним та динамічним, а його суттєвий зміст залежить від факторів навколишнього середовища та історичних умов суспільства в певний момент. Крім того, складність досліджуваного психологічного явища стає ще більш очевидною при аналізі з гендерної точки зору. Це пояснюється специфікою гендерних ролей для жінок та чоловіків. Так, теоретичними дослідженнями встановлено, що деструктивна агресія розуміється як поведінка індивіда, яка завдає шкоди іншим або самому індивіду, тоді як особистісна агресія в міжособистісній взаємодії залежить від особливостей індивідуального розвитку індивіда, віку, статі, середовища тощо.

Вони дійшли висновку, що в часи нестабільності, особливо під час війни, багато людей переживали життєві кризи, які порушували їхній існуючий світ, мали психотравматичний вплив на їхню особистість та викликали стрес у значної частини населення. Крім того, нав'язані ззовні обмеження посилювали внутрішній психологічний опір, що призводило до станів роздратування, гніву та агресивної поведінки.

Встановлено, що в міжособистісних стосунках, у яких кожна людина проводить значну частину свого життя, важливо враховувати фактори, що провокують соціальну агресію, зокрема: як індивіди інтерпретують агресивну поведінку інших (перенесення ентузіазму на нові ситуації); специфіку спостереження за закономірностями агресивної поведінки в соціальній сфері, як вони їх приймають та засвоюють; використання агресивних форм впливу в сім'ї; аверсивні події (фізичний та психічний біль, особисті образи, брак простору, спека, шум тощо); сексуальне збудження (сексуальна та психічна агресивність), а також емоційне збудження, гнів та

лють; масову культуру (наприклад, демонстрації насильства, насолода агресивними сценами); групові нормативні впливи: посилення деіндивідуалізації, розпорошення відповідальності.

До внутрішніх причин агресії належать: агресія як вираз внутрішнього дискомфорту та невпевненості; нездатність належним чином виражати негативні емоції та контролювати себе; високий рівень тривожності, відчуття кривди; низька самооцінка (часто занижена); бажання привернути увагу оточуючих.

До особистісних факторів, що призводять до посилення агресії, належать: підвищена ворожість та дратівливість, підвищена емоційна реактивність, підвищена тривожність та депресія, надмірна самооцінка, негативна афективність, низький інтелектуальний розвиток, певні особливості мотиваційної сфери, антисоціальна спрямованість особистості, ревності, схильність приписувати агресивні наміри іншим тощо.

Стало зрозуміло, що психологічні риси визначаються конкретними історичними умовами розвитку, спадковістю та, певною мірою, характером виховання, специфікою професії та стосунками з іншими, що насамперед впливає на специфіку переходу від одного періоду до іншого. У період середньої дорослості розвивається одна з найскладніших нормативних криз дорослого життя. Передумовами цієї кризи є ознаки старіння, припинення професійного розвитку та відокремлення дорослих дітей, які визначають свідомість середнього віку.

Життя та його обмеження спонукають до перегляду життєвих досягнень. Особистісний розвиток чоловіків і жінок у середньому дорослому віці пов'язаний з певними відмінностями. Психологічне благополуччя чоловіків залежить, перш за все, від професійного успіху та сімейних стосунків, тоді як для жінок сімейні стосунки є першочерговими.

Проведені дослідження показують, що чоловіки частіше проявляють фізичну агресію, вербальну агресію та негативізм, тоді як жінки частіше проявляють невербальну агресію, дратівливість та образу. Паралельно цьому, значна кількість досліджень фіксує тенденцію до нівелювання гендерних

відмінностей за низкою психологічних показників. Гендерна специфіка проявів деструктивної агресії сьогодні не має тієї чіткої вираженості, яка була характерна для попередніх десятиліть. Однак численні дослідження неодноразово показували, що чоловіки частіше вдаються до фізичної та вербальної агресії в міжособистісній взаємодії, оскільки маскуліність у сучасному суспільстві пов'язана з агресивною поведінкою та насильством. Тому було проведено емпіричне дослідження для вивчення агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці. У дослідженні взяли участь 30 учасників – 15 подружніх пар, які були разом понад п'ять років. У кожній парі один з подружжя опитував одного з партнерів щодо деструктивної, агресивної поведінки іншого з подружжя. Усі учасники належали до однієї вікової групи (середній вік 35–45 років). Усі учасники були громадянами України та знаходились на території України. Серед представників не було внутрішньо переміщених осіб або військовослужбовців.

Вибір осіб цієї вікової групи не випадковий, оскільки ця фаза вважається «кризою середнього віку», а проблема агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії стоїть особливо гостро, особливо коли відбуваються суттєві зміни в психічному, соціальному та фізичному розвитку особистості. Сучасні кризові ситуації спричинили у багатьох осіб важку життєву кризу, психотравмуючий вплив якої дестабілізував нормальне становлення особистісних характеристик та створив підґрунтя для маніфестації деструктивних форм агресії.

Для емпіричного дослідження було обрано набір із 5 методів, а саме: Методика діагностики показників та форм агресії за Бассом А. та Даркою А.; тестову анкету Айзенк Г. – ЗІЗ; Методика дослідження «Маскуліність-фемінність» Сандри Бем; Методика діагностики міжособистісних стосунків Лірі Т.; Методика діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки Томаса К. Наше емпіричне дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці, засноване на п'яти методах та з урахуванням статі, виявило, що

зрілі чоловіки, як і жінки, характеризуються емоційною нестабільністю, але менш гармонійні у стосунках з іншими і, отже, більш схильні до різких перепадів настрою, дратівливості, нетерплячості та емоційних спалахів. Цікаво, що як чоловіки, так і жінки характеризуються прагненням індивіда до побудови дружніх стосунків, співпраці з іншими та пошуку компромісу. Однак показники чоловіків вказують на сильніші прояви домінантної позиції, що перешкоджає успішній співпраці та спільним діям. Слід також зазначити, що чоловіки демонструють сильніші прояви домінантної позиції в міжособистісній взаємодії, а також ширший спектр впливу.

Вираз агресії.

Було виявлено, що старші, м'язисті чоловіки частіше проявляють фізичну та вербальну агресію, ніж жінки, але кількість представників чоловічої статі з мускулунними якостіми дуже мала. Слід зазначити, що як жінки, так і чоловіки частіше проявляють андрогінні риси. Тому ці результати не підтверджують «теорію гегемонної маскулінності», яка стверджує, що контроль над жінками сприймається як важлива риса чоловічої культури, а причини агресивної поведінки та насильства пов'язані з бажанням зберегти домінування та нерівними стосунками між чоловіками та жінками [66].

Навіть емпіричне дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії в зрілому віці, враховуючи гендерний аспект, лише частково підтвердило гіпотезу, сформульовану на початку дослідження, згідно з якою зрілі чоловіки частіше вдаються до фізичної та вербальної агресії в міжособистісній взаємодії, ніж жінки, оскільки маскулінність у сучасному суспільстві пов'язана з агресивною поведінкою та насильством.

Було виявлено, що фізична агресія не є формою агресії у зрілих чоловіків чи жінок, але ця форма агресії є більш серйозною у чоловіків. Вербальна агресія частіше використовується як форма агресії у зрілих жінок, але проявляється з однаковою інтенсивністю в обох статей.

Виходячи з цього, можна зробити висновок, що агресивна поведінка та

прояви насильства можуть проявлятися в різних формах та проявах, охоплюючи не лише застосування сили та фізичного насильства, а й психологічний тиск, погрози, залякування тощо. Зазначається, що не всі ці випадки чітко сприймаються як акти насильства в суспільстві, оскільки деякі, через вплив патріархальних соціальних норм, вважаються повсякденною практикою пар та гендерних стосунків. Тому будь-яке гендерна-чутливе дослідження агресії як деструктивної форми міжособистісної взаємодії стикається з низкою викликів. До них належать небажання жертв ділитися своїм досвідом через можливість осуду або страх помсти з боку кривдника, а також неможливість ідентифікувати відповідні форми насильства. Тому дослідницькі зусилля, спрямовані на виявлення причин, обставин та наслідків агресивної поведінки та насильства, повинні зосереджуватися на поглибленому аналізі поведінки конкретних груп населення в контексті соціально-демографічних характеристик, включаючи вік, рівень освіти, місце проживання, а також гендерні та сексуальні характеристики. Пріоритетного дослідження вимагають особи обох статей, які мають документально підтверджений досвід вчинення домашнього насильства та співпрацюють із соціальними службами в рамках програм з попередження рецидиву.

Отже, емпіричне дослідження всебічно та комплексно охоплює досліджуване питання та було проведено з достатньою репрезентативністю. Отримані результати відповідають критеріям наукової достовірності, логіки та валідності, що також підтверджує доцільність використаних методів для вивчення проблеми та правильну характеристику агресії з урахуванням статі як деструктивної форми міжособистісної взаємодії у зрілому віці.

Результати проведеного емпіричного дослідження надають перспективи для виявлення, підтвердження або спростування нових гіпотез, а також сприяли розробці психокорекційної програми психологічної профілактики в роботі з людьми, що проявляють агресивну та деструктивну поведінку в міжособистісних контактах, з урахуванням гендерних та особистісних особливостей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Агресія як форма поведінки людини. URL: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/10152/> (дата звернення: 19.11.2023)
2. Актуальні проблеми сімейного насильства : монографія / за заг. ред. проф. Т. О. Перцевої та проф. В. В. Огоренко. Дніпро, 2021. 188 с.
3. Андрушко Я. С. Професійна ідентичність особистості як психологічний феномен : актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2013. Вип. 19. С. 104–110.
4. Андрушко Я. С. Психокорекція : навчально-методичний посібник / Я. С. Андрушко. Львів: ЛьвДУВС, 2017. 212 с.
5. Білюченко Ю. М. Емпіричне дослідження агресивності в різних статево- вікових групах. *Науковий журнал з соціології та психології «Габітус»*. 2023. Вип. 47. С. 158-163.
6. Бандура А. Підліткова агресія. Вивчення впливу виховання та сімейних відносин. 2000. 512 с.
7. Баран А. В. Домашнє насильство : історичні аспекти. : канд. юрид. наук, ас-нт каф. кримін. права та пр-су Ін-ту права, псих-гії та інн-ної освіти Національного ун-ту Львівська політехніка. *Європейські перспективи*. 2021. №4. С. 138–141.
8. Берон Р., Річардсон Д. Агресія. 2001. 352 с.
9. Богатирьова Т. М. Влив вікової кризи на рівень самореалізації особистості в сучасних умовах : матеріали III всеукраїн. наук.-практ. конф. (ВНПЗ ДГУ, 30.11.2022). Дніпро, 2022. С. 52-55.
10. Войцехівська Н. К. Гендерні особливості агресивної комунікативної поведінки : на матеріалі українського діалогічного дискурсу : канд. філолог. наук, док-нт інс-ту ім. О. О. Потебні Національної академії України. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. Сер.: Філологія. 2014. №9. С. 72.
11. Волянська О. В. Проблема агресивної поведінки підлітків: фактори та механізми соціалізації. *Вісник Націон. ун-ту Юридична академія*

України імені Ярослава Мудрого. 2016. № 3. С. 117–134.

12. Ворона С. В. Феномен агресивної поведінки в підлітковому віці. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*. Харків, 2019. С. 294-296.

13. Вправа на дослідження зв'язку емоції і тіла : карта емоцій. URL: <https://ukr-ednist.com.ua/vprava-na-doslidzhennya-zvyazku-emocziyi-i-tila/> (дата звернення 23.12.2023)

14. Вправи та ігри для розвитку емпатії. URL: <https://tustan.school.org.ua/vpravi-ta-igri-dlya-rozvitku-empatii-21-26-30-24-10-2018/> (дата звернення 23.12.2023)

15. В Україні зафіксували понад 200 тисяч звернень про домашнє насильство у 2020 році. URL: <https://hromadske.ua/posts/v-ukrayini-zafiksuvali-ponad-200-tisyach-zvernen-pro-domashnye-nasilstvo-u-2020-roci> (дата публікації: 10.03.2021)

16. Гнатюк Н. І. Проблема насильства в сучасній сім'ї : теоретичні аспекти : збірник наук. праць Хмельн. ін-ту соці. тех-гій Ун-ту "Україна". 2014. № 1. С. 17- 19.

17. Гоулман Д. Емоційний інтелект : переклад з англ. Гумецької С. Л. Х.: Віват, 2023. 512 с.

18. Грищенко І. Агресія в соціальних мережах: форми прояву та шляхи подолання. *Науково-методичний журнал «Педагогічні обрії № 1»*. Чернігів, 2023. С. 41-51.

19. Д-р Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства - від знущань у сім'ї до політичного терору : переклад з англ. Лизак О., Наконечна О., Шлапак О. Львів : Видавництво Старого Лева, 2022. 424 с.

20. Домашнє насильство крізь призму війни. URL: <https://life.pravda.com.ua/columns/2022/11/29/251536/>

21. До поліції та соцзахисту за 2022 рік надійшло понад 250 тисяч звернень щодо домашнього насильства. URL: <https://zmina.info/news/dopoliczii-ta-soczzahystu-za-2022-rik-nadijshlo-ponad-250-tysyach-zvernen->

22. Дроздов О. Агресіологія як міждисциплінарна галузь наукових досліджень : соціальна психологія. 2006. №1 (15). С. 43-49.

23. Дудоров О. О., Хавронюк М. І. Відповідальність за домашнє насильство і насильство за ознакою статі : наук.-практ. коментар новел Кримінального кодексу України / за ред. М. І. Хавронюка. К.: Ваїте, 2019. 288 с.

24. Кальницька К. О. Насильство як соціальний феномен : соціально-психологічні причини та етико-моральні засади протидії. *Проблеми політичної психології*. 2017. Вип. 6. С. 19–32

25. Качанова Ю. В. Агресивність та агресія як соціологічні категорії : наукові праці. 2010. Т. 146. Вип. 133. С. 50–54.

26. Кейсельман (Дорожкін) В. Р. Альтруїзм і агресивна поведінка людини : соціальна психологія : науковий журнал / гол. ред. Ю. Ж. Шайгородський. 2010.

27. № 5 (43). С. 124–129.

28. Кисельова О. Гендерний вимір пандемії COVID-19. Київ, 2020. 48 с.
URL: https://mof.gov.ua/storage/files/covid_final.pdf.

29. Климчук Ю. П. Гендерні відмінності насильницької поведінки підлітка: наукові записки. 2013. Вип. 25. С. 65–69.

30. Коберник (Котлова) Л. О. Психодіагностика конфліктних форм поведінки студентів в системі вищої освіти : психологічні науки : збір. наук. праць. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. Серія №12. С. 233 – 238.

31. Ковтун Н.М. Деструктивність як складова соціальної активності індивіда і суспільства. *Вісник Житомирського державного університету*. 2012. Вип. 63. С. 31-35.

32. Коковіхіна О. С. Агресивність у контексті гендерної ідентичності : інсайт : психологічні виміри суспільства : матер. міжнар. конф. / ред. кол. : І. С. Попович, С. І. Бабатіна, І. Р. Крупник та ін. Херсон : ВД «Гельветика», 2019. Вип. 1(16). С. 135-137.

33. Колесник В. А. Маскулінність у сучасному українському суспільстві. *Розуміння маскулінності та гендерної рівності в секторі безпеки України та представлення результатів дослідження* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 25 березня 2021 року). Київ, 2021. С. 102-105.

34. Комплексна Програма корекційної роботи з чоловіками, які вчиняють насильство або належать до групи ризику щодо його вчинення : інформаційно- методичні матеріали / за заг. ред. Бондаровської В. М., Журавель Т. В., Пилипас Ю. В. К.: ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2014. 284 с.

35. Кравченко А. В. Зарубіжний досвід запобігання домашньому насильству. *Сучасний стан та перспективи розвитку системи запобігання та протидії домашньому насильству та насильству за ознакою статі в умовах глобальних викликів сьогодення* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 08 липня 2022). Одеса, 2022. С. 154-157.

36. Кравчук С.Л. Особливості психологічних детермінант агресивних проявів особистості: дис. канд. психол. наук. К., 2002.

37. Кубриченко Т. В. Ідентичність особистості у гендерному вимірі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2012. Вип. 2. С. 323–331.

38. Купчишина В. Ч. Маскулінність як один із типів гендерної ідентичності особистості. *Розуміння маскулінності та гендерної рівності в секторі безпеки України та представлення результатів дослідження* : матеріали Міжнар. наук.- практ. конф. (Київ, 25 березня 2021 року). Київ, 2021. С. 115-117.

39. Лазоренко Б. П. Парадоксальна інтенція в опануванні особистістю негативних емоційних станів: дистанційний психологічний супровід. *Досвід переживання пандемії covid-19: дистанційні психологічні дослідження, дистанційна психологічна підтримка* : матеріали онлайн-семінарів (рлм. Київ, 23 квітня 2020; 15 травня 2020). Київ, 2020. С. 56-63.

40. Ларіонов С. О., Макаренко П. В. Діагностика агресивної поведінки особистості засобами психологічного тренінгу. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу* 155

системи МВС України : тези доп. наук.-практ. конф. (м. Харків, 30 берез. 2018 р.). Харків : ХНУВС, 2018. С. 179–182.

41. Лемешко О. В., Калинюк Н. В. Поняття маскулінності у світі. *Розуміння маскулінності та гендерної рівності в секторі безпеки України та представлення результатів дослідження* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 25 березня 2021 року). Київ, 2021. С. 121-124.

42. Лісовенко А. Ф., Долінська Л. В. Специфіка ворожості й агресивності осіб, схильних до переживання заздрощів за різним типом. *Юридична психологія*. 2020. № 1 (26). С. 31-39.

43. Лоренц К. З. Агресія, або Так зване зло / ред. Гладков А. переклад Федоров А. АСТ, Publishers, 2017. 352 с.

44. Мазоха І. С. Аналіз теоретико-емпіричних досліджень феномена агресії та агресивності. *Наука і освіта : наук.- практ. журнал*. 2011. № 1. С. 59–62.

45. Малоголова О. О. Питання гендерної рівності в Україні як гарантії забезпечення прав людини. *Розуміння маскулінності та гендерної рівності в секторі безпеки України та представлення результатів дослідження* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 25 березня 2021 року). Київ, 2021. С. 132-134.

46. Марценюк Т., Рябчук А. Агресори й жертви: насильство в житті українських чоловіків : гендер в деталях. 2021. URL: <https://genderindetail.org.ua/library/ukraina/nasylstvo-v-zhytti-ukrainskyh-cholovikiv.html>

47. Матвєєва О. А. Гендерні особливості агресивної поведінки у працівників слідчих підрозділів. *Юридична психологія*. Київ, 2016. № 2 (19). С. 139–146.

48. Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі. URL: <http://medbib.in.ua/metodika-diaagnostiki-mejlichnostnyih-39998.html>

49. Методика дослідження «Маскулінність-фемінність» Сандри Бем. URL: <https://studfile.net/preview/9738706/page:11/>

50. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують корекційні

програми для осіб, які вчинили насильство в сім'ї / укладачі: Мустафаєв Г. Ю., Довгаль І. І. Київ, 2011. 192 с.

51. Морозов О. М. Агресивні засуджені. К.: МП Леся, 2000. 204 с.

52. Основи психології та педагогіки : лабораторний практикум.

URL:

https://web.posibnyky.vntu.edu.ua/icgn/11prishak_osnovy_psiholog_pedagogiki_la_b_praktik/1.html

53. Особистісний опитувальник Айзенка. URL:

<https://studentam.net.ua/content/view/10951/86/>

54. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія : підручник : у 2 кн. кн. І : соціальна психологія особистості і спілкування. К.: Либідь, 2004. 576 с.

55. Павелків Р. В. Вікова психологія : підруч. для студ. вищ. навч. закл. К. : Кондор. 2011. 468 с.

56. Петечел О. Ю. Теоретичний аналіз проблеми агресії : актуальні проблеми вдосконалення чинного законодавства України. Івано-Франківськ, 2017. Вип. 44. с. 88–102.

57. Плутицька К. М. Проблеми кваліфікації фізичного домашнього насильства. *Вісник Запорізького національного університету*. 2018. №3. С. 112- 117.

58. Програма корекційної роботи з особами, які вчинили насильство в сім'ї, та основні засади її реалізації / упоряд. Кочемировська О. О., Мустафаєв Г. М. Київ, 2010. 126 с.

59. Палієнко Т. Основи реабілітаційної психології : подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Київ, 2018. Т 1. 208 с.

60. Річо Девід. Емоційні тригери : як зрозуміти, що вас засмучує, злить або лякає, і звернути реакцію в ресурс / пер. з англ. Чомахідзе-Дороніної М. В-цтво : Сучасна психологія, 2022. 240 с.

61. Розуміння маскулінності та гендерної рівності в секторі безпеки України та представлення результатів дослідження : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф.

62. Руденко Л. М. Біхевіоральний підхід до вивчення агресивної

поведінки розумово відсталих дітей : науковий часопис : спеціальна психологія : д-р псих. наук., пр-р. 2014. 332-336 с.

63. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія : навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

64. Скиба Е. К. Соціально-філософський аналіз генезиса агресії людини. *Науково-теоретичний альманах Грани*. 2019. Т. 22. № 5. С. 66-76.

65. Спринська З. В. Співвідношення агресивної поведінки та ціннісних орієнтацій особистості : дис. канд. психол. наук / наук. кер. Н. В. Скотіна. Львів. нац. ун-т ім. І. Франка. Львів, 2008. 160 с.

66. Степанюк О., Мельниченко О. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників : збірник практичних матеріалів. Київ, 2020. 132 с.

67. Сучасне розуміння маскулінності: ставлення чоловіків до гендерних стереотипів та насильства щодо жінок. К.: UNFPA Ukraine, 2018. 128 с.

68. Токарева Н. М. Основи вікової психології : навчально-методичний посібник. Кривий Ріг, 2013. 283 с.

69. Трофимчук В. В. Теоретичний аналіз феномену «агресивність особистості» : проблеми сучасної психології. 2018. № 1. С. 184-188.

70. Філософія: хрестоматія : від витоків до сьогодення : навч. посіб. / за ред. акад. НАН України Л. В. Губерського. К.: Знання, 2009. С. 270-279.

71. Чаговець Л. Психологічні особливості агресивності старших підлітків. *Психолог. Шільний світ*. 2004. № 15. С. 16–18.

72. Чернов Ю. О. Аналіз провідних теоретичних моделей дослідження маскулінної ідентичності чоловіка. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2022. Том 33 (72) № 1. С. 74-80.

73. Чорний Г. О., Луценко А. П. Деструктивна поведінка: визначення та форми її прояву. Націон. юрид. ун-т ім. Ярослава Мудрого. *Юридичний науковий електронний журнал*. Київ, 2022. С. 712-714.

74. Юрків Я. І. Насильство дітей у сім'ї як соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Ужгородського університету : Серія : Педагогіка*.

Соціальна робота. Ужгород : Говерла, 2013. Вип. 28. С. 185–189

75. Buss A. Some determinants of rigidity in discriminationreversion leaning. J. Exp. Psycho, 1952. vol. 44. P. 222–227.

76. Gavin H. Female Aggression. Wiley-Blackwell, 2014. 240 p.