

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО
Факультет фізичної культури, спорту та психології
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему «**Психопрофілактика і корекція агресивної поведінки у дітей
молодшого шкільного віку**»

Виконала здобувачка вищої освіти
групи пс242м
Спеціальність 053 Психологія
ОП Психологія. Практична психологія
Роздольська Юлія Володимирівна
Керівник: канд. психол. наук, доцент
Прокоф'єва Олеся Олексіївна
Рецензент: канд. психол. наук, доцент
Ніжинського державного університету
імені Миколи Гоголя
Кошова Інна Вікторівна

Запоріжжя – 2025 року

Роздольська Ю.В.

**Психопрофілактика і корекція агресивної поведінки у дітей
молодшого шкільного віку**

АНОТАЦІЯ

У роботі розкрито психологічну сутність агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку як складного багатофакторного феномену, що проявляється у вербальних, фізичних, емоційних і непрямих формах. Показано, що агресія у дітей цього віку нерідко зумовлена поєднанням соціально-психологічних, сімейних, індивідуально-особистісних та емоційних чинників.

Визначено, що до ключових причин агресивної поведінки належать:

- 1) **зовнішні** – сімейні конфлікти, неузгодженість виховних впливів, вплив агресивного медіаконтенту, дефіцит позитивної уваги з боку дорослих;
- 2) **внутрішні** – низький рівень емоційного інтелекту, труднощі у саморегуляції, високий рівень тривожності та фрустрації.

Наголошено, що в умовах сучасного освітнього середовища дитяча агресивність може виступати як реакція на стрес, перевантаження чи соціальну дезадаптацію.

На основі теоретичного аналізу наукових джерел систематизовано підходи до розуміння агресії: як природного емоційного імпульсу; як результату соціального навчання; як прояву фрустрації або засобу самозахисту. Розглянуто сучасні концепції профілактики й корекції агресивної поведінки у дітей, зокрема когнітивно-поведінковий, гуманістичний і арттерапевтичний підходи.

В межах **емпіричного дослідження**, проведеного на базі початкової школи «Незламна» м. Вроцлава, у якому взяли участь 30 дітей віком 7–9 років,

було застосовано комплекс психодіагностичних методик: проєктивну методику «Кактус», опитувальник агресивності Басса–Даркі, а також анкетування батьків і педагогів. Отримані результати засвідчили, що значна частина дітей має середній або високий рівень агресивності, труднощі у вираженні емоцій та схильність до імпульсивних реакцій.

З метою зниження рівня агресії розроблено та апробовано **програму профілактики та корекції агресивної поведінки засобами арттерапії**, яка включає 12 тематичних занять з використанням малюнкових, пластичних і рольових технік. Програма спрямована на розвиток емоційної саморегуляції, формування навичок конструктивного спілкування, підвищення самооцінки та зниження рівня внутрішньої напруги.

Результати апробації показали позитивну динаміку: зниження рівня агресивності, покращення емоційного стану, зростання доброзичливості та згуртованості у дитячому колективі. Зазначено, що арттерапевтичні методи є ефективним засобом профілактики й корекції агресії, оскільки забезпечують безпечне емоційне вираження, розвиток емпатії та соціально прийнятних форм поведінки.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання розробленої програми у діяльності шкільних психологів, педагогів і соціальних працівників для створення позитивного емоційного середовища в початковій школі.

Ключові слова: агресивна поведінка, молодший шкільний вік, профілактика, корекція, арттерапія, емоційна саморегуляція, діти.

Rozdolska Y. V.

Psychoprophylaxis and Correction of Aggressive Behavior in Primary School-Aged Children

ABSTRACT

The paper reveals the psychological essence of aggressive behavior in primary school-aged children as a complex multifactorial phenomenon manifested in verbal, physical, emotional, and indirect forms. It is shown that aggression in children of this age is often caused by a combination of social-psychological, family, individual-personal, and emotional factors.

The key causes of aggressive behavior are identified as follows:

- 1) external factors – family conflicts, inconsistency of educational influences, exposure to aggressive media content, and a lack of positive attention from adults;
- 2) internal factors – a low level of emotional intelligence, difficulties in self-regulation, high levels of anxiety and frustration.

It is emphasized that in the modern educational environment, child aggressiveness may act as a reaction to stress, overload, or social maladaptation.

Based on a theoretical analysis of scientific sources, various approaches to understanding aggression are systematized: as a natural emotional impulse; as a result of social learning; as a manifestation of frustration or a means of self-protection. Contemporary concepts of prevention and correction of aggressive behavior in children are examined, including cognitive-behavioral, humanistic, and art-therapeutic approaches.

Within the framework of the empirical study conducted at the primary school “*Nezlamna*” in Wrocław, which involved 30 children aged 7–9, a set of psychodiagnostic methods was used: the projective technique “*Cactus*”, the Buss–Durkee Hostility Inventory, and questionnaires for parents and teachers. The obtained results revealed that a significant proportion of children demonstrated

moderate or high levels of aggressiveness, difficulties in emotional expression, and a tendency toward impulsive reactions.

To reduce the level of aggression, a program of prevention and correction of aggressive behavior through art therapy was developed and tested. The program included 12 thematic sessions using drawing, modeling, and role-playing techniques aimed at developing emotional self-regulation, improving communication skills, enhancing self-esteem, and reducing internal tension.

The results of the program's implementation showed a positive dynamic: a decrease in the level of aggressiveness, improvement of emotional well-being, and an increase in kindness and cohesion among children. It is concluded that art-therapeutic methods are an effective means of preventing and correcting aggression, as they provide safe emotional expression, foster empathy, and promote socially acceptable forms of behavior.

The practical significance of the research lies in the possibility of applying the developed program in the work of school psychologists, teachers, and social workers to create a positive emotional climate in primary school settings.

Keywords: aggressive behavior, primary school age, prevention, correction, art therapy, emotional self-regulation, children.

РЕФЕРАТ

до кваліфікаційної роботи на тему

«Психопрофілактика і корекція агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку»

здобувачки вищої освіти спеціальності 053 Психологія

Роздольської Юлії Володимирівни

Науковий керівник: канд. психол. наук, доцент Прокоф'єва О.О.

Об'єкт – агресивна поведінка дітей молодшого шкільного віку.

Предмет – психологічні чинники, особливості прояву, профілактика та корекція агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні, емпіричному вивченні та практичній апробації програми профілактики і корекції агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку засобами арттерапії.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні засади вивчення агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку.
2. Емпірично дослідити особливості прояву агресивних реакцій у дітей цієї вікової групи.
3. Розкрити зміст та проаналізувати сучасні концепції, методи профілактики й корекції агресивних проявів у дітей молодшого шкільного віку.
4. Розробити та апробувати програму профілактики і корекції агресивної поведінки засобами арттерапії.

Методи дослідження. У роботі для розв'язання поставлених завдань та забезпечення об'єктивності дослідження застосовано такі методи:

- **теоретичні** – аналіз, узагальнення та систематизація наукової літератури з проблеми агресії та методів її профілактики;

- **емпіричні** – спостереження, опитування, тестування, психодіагностичні методики;
- **інтерпретаційні** – якісний та кількісний аналіз результатів дослідження.

Для діагностики рівня агресивності у дітей використано такі психодіагностичні методики:

- **проективна методика «Кактус»** (В. К. Микляєва);
- **опитувальник агресивності Басса–Даркі** (*Buss–Durkee Hostility Inventory*);
- **анкетування батьків і педагогів** з метою отримання додаткової інформації щодо поведінки дітей у школі та вдома;

Теоретичне значення дослідження полягає в узагальненні сучасних наукових підходів до вивчення природи дитячої агресії, визначенні її структурних компонентів, динаміки та психологічних чинників. У роботі поглиблено уявлення про роль арттерапії як ефективного засобу профілактики і корекції деструктивних форм поведінки.

Практичне значення роботи полягає у розробці та апробації арттерапевтичної програми профілактики і корекції агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку, що включає 12 тематичних занять з використанням малюнкових, пластичних і рольових технік. Програма може бути застосована практичними психологами, педагогами та соціальними працівниками у закладах освіти.

Загальний зміст. У теоретичній частині роботи розглянуто сутність агресивної поведінки, її види, причини та механізми формування в дітей молодшого шкільного віку. Показано, що агресія часто є наслідком емоційної фрустрації, недостатнього розвитку емпатії та труднощів у саморегуляції. Узагальнено підходи до профілактики та подолання агресивності – від когнітивно-поведінкових до арттерапевтичних.

Емпіричне дослідження проведено на базі початкової школи «Незламна» м. Вроцлава. Вибірку склали 30 дітей віком 7–9 років.

Дослідження дозволило виявити, що у 23,3% дітей рівень агресивності високий, у 46,7% – середній, а у 30% – низький. Отримані дані свідчать про потребу у системній профілактичній роботі.

Розроблена програма арттерапевтичної корекції включає три етапи: діагностично-підготовчий, корекційно-розвивальний та рефлексивно-узагальнюючий. Заняття спрямовані на розвиток навичок емоційного самовираження, формування адекватних способів розв'язання конфліктів, зниження напруженості та підвищення рівня саморегуляції.

Результати апробації програми підтвердили її ефективність: у дітей знизився рівень агресивних реакцій, підвищилася здатність до емпатії, покращилися стосунки у класному колективі. Арттерапевтичні техніки (малюнкова терапія, робота з кольором, пластичні матеріали, колаж, рольові ігри) виявилися особливо дієвими у створенні безпечного простору для емоційного розвантаження.

Структура та обсяг роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (66 найменувань) та додатків. Основний зміст роботи викладено на 62 сторінках комп'ютерного набору. Повний обсяг – 74 сторінки.

Рік виконання: 2025.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	8
1.1. Значення вікових особливостей молодших школярів у формуванні агресивної поведінки.....	8
1.2. Причини виникнення і прояви агресії в поведінці дітей молодшого шкільного віку.....	10
1.3. Вплив покарань на формування дитячої агресивної поведінки.....	16
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	23
2.1. Методика проведення емпіричного дослідження.....	23
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	25
РОЗДІЛ 3. СПОСОБИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ І КОРЕКЦІЇ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ	34
3.1. Сучасні підходи до способів і методів подолання агресії у дітей.....	34
3.2. Програма психопрофілактики і корекції агресивної поведінки у молодших школярів.....	37
3.3. Практичні рекомендації для батьків дітей з профілактики агресивної поведінки.....	47
ВИСНОВКИ	51
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	55
ДОДАТКИ	62

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Дитинство є періодом активного фізичного, психічного та соціального розвитку, коли діти вчаться адаптуватися до навколишнього світу та визначати своє місце в суспільстві. Однак для деяких дітей цей процес може бути складним і супроводжуватися проявами агресії. У дітей молодшого шкільного віку агресія може проявлятися у формі фізичних конфліктів, словесних образ чи шкідливих дій проти себе або інших. Важливо розрізняти звичайні емоційні реакції від патологічної агресії, яка потребує спеціального втручання. Важливим аспектом є причини агресивної поведінки. Підвищена агресія може бути результатом впливу різноманітних чинників, зокрема генетичних схильностей, навколишнього середовища, стилю виховання в родині, навчального середовища та взаємодії з однолітками. Негативний вплив таких факторів може призвести до розвитку агресивної поведінки та сприяти виникненню соціальних проблем у майбутньому.

Дослідження проблеми агресії у дітей молодшого шкільного віку відображається ще у працях багатьох психологів та педагогів [21]. Вказані дослідження розривають психологічну природу агресії, механізми та форми прояву, а також розробляють профілактично-корекційні програми, покликані покращити соціалізацію дітей та забезпечити гармонійний розвиток особистості.

У сучасних психологічних розробках звернута особлива увага на профілактику та корекцію агресії в умовах освітнього процесу [7]. Це пояснюється тим, що навчальні заклади покликані забезпечувати психологічний добробут кожної дитини та профілакувати негативну поведінку, яка заважає навчальному процесу та руйнує міжособистісну взаємодію.

Зараз агресивна поведінка молодших школярів – один із найактуальніших запитів у батьків до психолога, а проблема агресії – одна з найважливіших в умовах розвитку нашого суспільства. Молодші школярі все частіше порушують дисципліну у класі, грубо відповідають на зауваження педагогів, гостро реагують на жарти однолітків. Військовий стан, нестабільність у суспільстві, конфлікти, відповідно відображення цих подій у засобах масової інформації, знецінення сімейних цінностей, послаблення виховного впливу зі сторони батьків та педагогів сприяють підвищенню рівня дитячої агресивності. Така поведінка провокує припинення адекватного спілкування між однолітками, батьками та педагогами, погіршення навчального процесу, знеціненню себе та інших, неповагу.

Тема агресії завжди викликала інтерес психологів. Як стверджують фахівці, агресія є вродженим проявом інстинкту боротьби за виживання, і є абсолютно природним проявом. Але у кожного прояви та рівень агресії різний, з огляду на індивідуальні особливості і темперамент.

Метою роботи є дослідження причин виникнення агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку та розробка програми її профілактики або корекції.

Відповідно до сформульованої мети було визначено такі **завдання дослідження:**

1. Проаналізувати теоретичні засади вивчення агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку;
2. Емпірично дослідити особливості прояву агресивних реакцій у дітей цієї вікової групи;
3. Розкрити зміст та проаналізувати сучасні концепції й методи профілактики та корекції агресивних проявів у дітей молодшого шкільного віку;
4. Розробити програму профілактики та корекції агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку та здійснити її апробацію.

Об'єктом дослідження є агресивна поведінка школярів молодшого віку.

Предметом дослідження є причини виникнення і шляхи профілактики агресивної поведінки у молодшому шкільному віці.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що цілеспрямоване використання психопрофілактичних заходів у поєднанні з ефективними методами психологічної корекції сприятиме зниженню рівня агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку, покращенню їхньої емоційної регуляції, соціальної адаптації та міжособистісної взаємодії.

Методи дослідження. Під час проведення експериментального дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик, тестів та опитувань, спрямованих на виявлення рівня агресивності, особливостей міжособистісних відносин та емоційного стану дітей молодшого шкільного віку.

Зокрема, застосовувалися такі методики:

1. **Проективна методика «Кактус»** [<https://vseosvita.ua/library/test-graficna-metodika-kaktus-448478.html>]. Вона дала можливість виявити рівень внутрішньої напруги та агресивності в символічній формі. Дітям пропонувалося намалювати кактус будь-якої форми та розміру. При інтерпретації враховувалися: розміри, форма та кількість колючок (показники агресивності);

- використані кольори (тривожність чи емоційна врівноваженість);
- наявність агресивних деталей (зброя, злі обличчя, загрозливі символи).

Обробка результатів здійснювалася якісно з кількісним підрахунком виявлених ознак агресивності у відсотковому співвідношенні.

2. **Опитувальник Басса–Даркі** [<https://vseosvita.ua/library/metodika-diaagnostiki-pokaznikiv-ta-form-agresii-bassa-darki-23373.html>]. Він дозволив діагностувати різні форми агресії (фізичну, вербальну, непряму тощо).

Опитування проводилося у формі розмови зі спрощеними формулюваннями тверджень.

- Кожна позитивна відповідь зараховувалася як 1 бал у відповідній шкалі.
- Максимальний показник за шкалою – 7 балів.
- Рівні агресивності: 0–13 балів – низький, 14–19 – середній, 20 і більше – високий.

3. Анкетування батьків і класних керівників (Додаток А). Питання стосувалися особливостей поведінки дитини вдома та в школі, її реакцій на конфліктні ситуації, схильності до агресії у спілкуванні з ровесниками, а також впливу виховання та медіаконтенту (телебачення, відеоігри). Усі дослідження проводилися з дотриманням етичних норм: добровільна участь, інформована згода батьків, анонімність результатів, делікатне ставлення до учасників.

Таким чином, у процесі апробації вдалося зібрати комплексну інформацію з різних джерел – від самих дітей, дорослих, які з ними працюють, а також через аналіз малюнків та безпосереднє спостереження. Це дало можливість отримати цілісне уявлення про особливості проявів агресивності у молодшому шкільному віці.

Експериментальна база дослідження. Вибірка дослідження складалася з учнів 5 класів на базі Першої Української школи у м. Вроцлав “Незламна”. Усього участь взяли 30 дітей віком від 7 до 9 років.

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох основних розділів, висновків, списку використаних джерел (65 найменувань) та додатків.

Апробація результатів дослідження «Профілактика та корекція агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку засобами арттерапії» проводилася на базі початкової школи «Незламна» м. Вроцлава.

Під час апробації було впроваджено розроблену арттерапевтичну програму профілактики та корекції агресивної поведінки дітей молодшого

шкільного віку, яка включала серію з 12 занять. Робота здійснювалася у груповій формі з учнями 5 класів.

У процесі апробації спостерігалася позитивна динаміка емоційного стану дітей: зменшення рівня агресивності, покращення здатності до саморегуляції, підвищення рівня емпатії та налагодження конструктивної взаємодії між учнями. Результати спостережень і повторної діагностики засвідчили ефективність запропонованої програми, що підтвердило її доцільність для використання у практиці шкільного психолога.

Таким чином, проведена апробація довела практичну значущість розробленої програми та її ефективність у профілактиці й корекції агресивних проявів у дітей молодшого шкільного віку в умовах освітнього середовища.

РОЗДІЛ 1

ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ПРОБЛЕМИ АГРЕСИВНОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Значення вікових особливостей молодших школярів у формуванні агресивної поведінки

Формування агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку тісно пов'язано з особливостями психофізіологічного та соціально-особистісного розвитку на цьому життєвому етапі. Вікова зрілість нейропсихологічних структур, рівень сформованості пізнавальних процесів, рівень розуміння соціальних норм та правил співіснування істотно визначають прояви агресії та можливість навчитися конструктивно розв'язувати міжособистісні конфлікти.

У цьому контексті дослідження показують, що діти молодшого шкільного віку характеризуються недостатньою розвиненістю механізмів саморегуляції та контролю за своїми діями [56]. Це виражається у виражених імпульсивних реакціях, роздратуваннях, гніві та інших проявах руйнівних розладів поведінки. Розумове розуміння норм співіснування поки недостатнє, а соціальні сценарії розв'язання конфліктних ситуацій тільки формуються.

Згідно з дослідженням Нау, розвиненість вербальних та розумових здібностей істотно співвідноситься із рівнем прояву агресії: чим вище рівень розуміння, тим точно дитина розпізнає наміри іншого, тим легше співпереживає та тим швидше розв'язує міжособистісний конфлікт мирно. В іншому разі недостатньо розвинений вербальний інтелект провокує використання агресії як найбільш швидкого та зрозумілого засобу вираження своїх потреб [40].

Діти молодшого шкільного віку постійно розвивають соціальні навички – співробітництва, емпатії, розуміння іншого. Розуміння причин поведінки

іншого (а саме розпізнавання наміру завдати шкоди чи образи) поки недостатньо сформоване, що дає ґрунт для виникнення явища «ворожого атрибутивного стилю». Це явище проявляється у схильності розцінювати нейтральну або двозначну ситуацію як ворожу, що провокує реакції роздратування та агресії у міжособистісних контактах [33].

Не менш істотну роль у становленні агресивних проявів має рівень сформованості саморегуляції та вираженість негативного афекту. Відомо, що висока імпульсивність та роздратування у поєднанні з недостатньою розвиненістю механізмів гальмування та контролю за собою істотно підвищують ймовірність прояву агресії [31]

У дорослих та дітей розрізняють дві форми агресії: конструктивну та руйнівну. Перша виражається у прагненні до досягнення цілей, задоволенні потреб та покращенні соціальної адаптації. Вона дає можливість розвивати наполегливість, відстоювати свої інтереси та зміцнює впевненість у собі.

Руйнівна ж агресія проявляється у бажанні завдати шкоди іншій людині заради задоволення, що провокує виникнення міжособистісних конфліктів, становлення агресивних рис характеру та погіршення можливості до соціалізації. Її негативний вплив дається взнаки вже з раннього дитинства – діти відчують труднощі у спілкуванні, втрачають можливість конструктивно розв'язувати проблеми та віддаляються від однолітків. У деяких випадках прояви агресії визначені біологічно та пов'язані з генетичними особливостями, наприклад, з наявністю додаткової Y-хромосоми у хлопчиків, що може виражатися у підвищенні рівня агресивних реакцій з народження.

Слід зауважити, що найчастіше у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку агресія набуває інструментального або реактивного характеру. Це означає, що вони звертаються до такого стилю поведінки задля задоволення своїх потреб, відстоюючи позиції чи боронячи свої інтереси.

Коли бажана ціль досягнута – наприклад, отримано бажану іграшку чи звернута на себе необхідна увага – прояви агресії зазвичай згасають. [57].

Таким чином, на цьому критично важливому етапі становлення особистості профілактика та корекція агресивних проявів має ґрунтуватись на розумінні вікових особливостей кожної дитини. Вказані особливості зумовлюють найбільш чутливі можливості, коли за допомогою цілеспрямованого навчання, розвивальних програм та психологічних технологій можна найбільш результативно розв'язати проблеми агресії та забезпечити повноцінний моральний розвиток кожної особистості.

1.2. Причини виникнення і прояви агресії в поведінці дітей молодшого шкільного віку

У сучасних умовах питання профілактики та корекції агресивних проявів у дітей молодшого шкільного віку набуває особливого значення. Агресія сьогодні розглядається психологами як серйозна проблема, яка заважає повноцінно розвиватися кожній дитині та руйнує міжособистісну гармонію в колективі [10]. Розуміння причин такого явища дає можливість розробляти профілактично-корекційні програми та покращувати психологічний стан кожної дитини.

У психології виділяють цілу низку причин, що провокують прояви агресії у дітей цієї вікової групи. Вони пов'язані з особливостями нервово-психічного розвитку, сімейно-виховними умовами, навчально-виховним процесом у школі, соціальною ситуацією та іншими зовнішніми та внутрішніми чинниками [19].

В атмосфері постійних сімейних сварок, покарань, недостатнього розуміння та підтримки з боку батьків розвивається роздратування та гнів у дітей. Вони переймають таку модель поведінки та виражають свої негативні переживання за допомогою агресії [20]. Відсутність тепла, турботи та

безпечних зв'язків із найближчими дорослими провокує відчуття покинутості та ізоляції.

Вказівки вчителів, образи та глузування від однокласників, відчуття несправедливості, ізоляції та відкинутості, постійно тиснуть на психіку молодшого школяра [10]. Це виражається у вигляді роздратування, грубощів, образ та інших проявів агресії.

Риси нервової системи, рівень нейромедіаторів, генетичні фактори також визначають рівень агресивності кожної людини [56]. Відомо, наприклад, що у деяких дітей існує підвищений рівень збудливості нервових структур, що провокує швидку реакцію роздратування та гніву.

Відеоігри, фільми та історії з проявами насильства дають дітям готові сценарії такого поведіння та показують, що за допомогою сили можна розв'язати проблеми [28]. Це особливо виражається у дітей, чий критичний розум поки недостатньо сформований.

Розлучення батьків, покинутість, історії про психологічне чи фізичне насильство руйнують відчуття безпеки й провокують напругу, роздратування та прояви агресії. Діти, переживши такі ситуації, використовують агресію як спосіб виразити своє невдоволення, розгубленість та відчай.

Фактори виникнення агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку можна розділити на біологічні, психологічні, соціальні та педагогічні [20].

1. Біологічні фактори. Біологічну основу становлять особливості нервової системи, нейрохімії та генетично детерміновані реакції. Генетично обумовлена схильність – деякі діти народжуються із підвищеним рівнем збудливості нервових структур, що проявляється у швидких реакціях роздратування та гніву [43]. Гормональні зміни – наприклад, підвищений рівень тестостерону пов'язують із проявами агресії у хлопчиків. Біохімія мозку – дисбаланс нейромедіаторів, такого як серотонін та дофамін, може провокувати роздратування, розумову напругу та імпульсивну поведінку.

2. До психологічних чинників, що зумовлюють агресивну поведінку у дітей молодшого шкільного віку, відносять рівень особистісної зрілості та попередній емоційний досвід дитини. Зокрема, вікова криза та процес становлення особистості в цей період супроводжуються емоційно-вольовою нестабільністю та коливаннями в когнітивному розвитку, що може сприяти появі агресивних реакцій. Фрустрація та хронічне емоційне напруження – почуття безсилля, внутрішнє невдоволення, емоційне виснаження – часто провокують спалахи роздратування та ворожості у поведінці дитини.

Нестабільність нервової системи, перевтома, перевантаження навчальними завданнями або надмірні вимоги з боку дорослих спричиняють підвищену дратівливість і зниження здатності до саморегуляції.

Окрім того, недостатній розвиток емпатії – зниження здатності розуміти та співпереживати іншим – є ще одним чинником, що підвищує ризик прояву агресії [28].

3. Соціальні фактори. Агресивна поведінка дитини значною мірою залежить від впливу соціального середовища, зокрема – найближчих мікросоціальних груп.

Сім'я є ключовим чинником соціалізації: надмірне застосування покарань, брак емоційного тепла, відчуття психологічної небезпеки та хронічна напруженість у родинних стосунках формують у дитини модель реакції через агресію.

Шкільне оточення – зокрема явища булінгу, соціального відторгнення або несправедливе ставлення з боку педагогів – можуть стати тригерами агресивних дій як засобу захисту.

Важливу роль відіграють і засоби масової інформації, що нерідко демонструють агресію як прийнятний спосіб розв'язання конфліктів. Регулярне споживання такої інформації формує у дітей готові поведінкові шаблони, засновані на силі. Також слід враховувати матеріальні умови життя. Відчуття нестачі, соціальної нерівності, фрустрація незадоволених потреб

можуть викликати емоційне напруження, що проявляється в агресивних реакціях [10].

4. Педагогічні фактори. Педагогічні умови навчально-виховного процесу безпосередньо впливають на формування поведінкових моделей у дітей.

Авторитарний стиль викладання, відсутність педагогічної взаємодії, домінування заборон і санкцій без пояснення наслідків – усе це може провокувати в учнів відчуття приниження, опору та емоційної напруги.

Недосконала організація освітнього процесу – завищені вимоги, незрозуміле подання навчального матеріалу, брак індивідуального підходу та підтримки – можуть сприяти виникненню тривожності та агресивності.

Відсутність систематичних програм психопрофілактики і виховної підтримки також є чинником ризику. Без належної психологічної допомоги діти не опановують конструктивні способи розв'язання конфліктів, що збільшує ймовірність застосування агресивних стратегій [19].

В умовах сьогодення дослідження проблеми агресивної поведінки дітей набуває особливого значення. Різноманітність наукових поглядів дає можливість розкрити цю тему найбільш ґрунтовно та об'єктивно.

Дослідження показують, що агресивна поведінка дітей молодшого шкільного віку є результатом сукупності генетичних, психологічних, соціальних та культурних факторів. Розуміння цих причин допомагає розробляти найбільш точну профілактику та корекцію такого явища, допомагаючи кожній дитині розкритися як гармонійно розвинена особистість.

Сучасні дослідження в галузі поведінкової генетики підтверджують, що певна схильність до агресивної поведінки може мати генетичне підґрунтя. Це означає, що у деяких дітей існують біологічні особливості, які підвищують ймовірність прояву агресії – наприклад, генетично зумовлена підвищена збудливість нервової системи або порушення в роботі нейротрансмітерних

систем [59]. Проте важливо розуміти, що генетичні фактори не діють ізольовано, а взаємодіють із зовнішніми умовами життя, вихованням та соціальним середовищем. Відтак схильність до агресії може реалізовуватися або гальмуватися залежно від впливу навколишнього світу.

Сім'я є основним осередком соціалізації дитини, де закладаються перші моделі поведінки та установки. Атмосфера підтримки, любові, довіри та взаєморозуміння сприяє розвитку емпатії, самоконтролю та навичок конструктивного розв'язання конфліктів [53]. Навпаки, сімейні умови, де панують конфлікти, покарання без пояснень або емоційне відчуження, формують у дитини агресивні стратегії поведінки як спосіб захисту або самоствердження.

Теорія соціального навчання [52] підкреслює, що діти активно засвоюють поведінкові моделі, спостерігаючи за дорослими та ровесниками. Поведінка батьків, вчителів і однолітків стає зразком для наслідування. Якщо дитина часто бачить агресивні реакції як ефективний спосіб досягнення мети або розв'язання конфліктів, вона, ймовірно, засвоїть ці стратегії як норму. Сучасна медіасфера ігрових платформ та кіно мають великий вплив на формування світогляду і поведінки дітей. Часті сцени насильства, агресії та жорстокості у відеоіграх, фільмах чи мультфільмах створюють у дітей стереотипи, що застосування сили є прийнятним і навіть ефективним засобом вирішення проблем [22]. Цей феномен викликає занепокоєння серед психологів і педагогів і вимагає створення механізмів медіаграмотності для дітей.

Розвиток соціальних навичок і розуміння норм поведінки відбувається через взаємодію з іншими людьми. Спілкування з однолітками та дорослими допомагає дітям навчитися розпізнавати емоції, формувати навички співпраці, вирішувати конфлікти мирним шляхом. Нездатність ефективно комунікувати часто призводить до фрустрації і може провокувати агресивні реакції [60].

Культурні норми, цінності та домінуючі соціальні установки суттєво впливають на те, як агресія проявляється і сприймається у суспільстві. В різних соціокультурних умовах можуть бути різні межі толерантності до агресивної поведінки, що визначає її частоту та форму [51]. Наприклад, у громадах з високим рівнем конфліктності агресивні прояви можуть ставати більш поширеними і менш засуджуваними.

Психологічна ізоляція, відчуття покинутості або нерозуміння з боку близьких чи педагогів збільшує ризик проявів агресії. Діти, які не отримують необхідної емоційної підтримки, можуть використовувати агресію як спосіб привернути увагу або виразити внутрішній дискомфорт [64].

Одним із ключових факторів, що допомагають уникнути агресивних спалахів, є розвинуті навички саморегуляції – здатність контролювати імпульси, усвідомлювати власні емоції та ефективно реагувати на стресові ситуації. Навчання дітей технікам самоконтролю та емоційної компетентності сприяє зниженню рівня агресії і покращенню міжособистісних взаємин [50].

Кожна дитина має власний психологічний портрет, який визначає, як вона схильна виражати агресію. Особливості темпераменту, рівень тривожності, здатність до емпатії та здатність до адаптації – все це формує унікальний спосіб реагування на подразники і конфлікти (Peterson & Harper, 2019). Тому підходи до профілактики і корекції агресивної поведінки мають бути індивідуалізованими. Важливим аспектом формування здорової поведінки є навчання дітей розпізнавати різницю між асертивністю – впевненим, але поважним вираженням власних потреб і прав – та агресією, яка завдає шкоди іншим. Вміння адекватно відстоювати себе без застосування насильства є важливою складовою емоційного інтелекту [42].

Ефективна профілактика агресивної поведінки базується також на здатності дорослих – батьків, педагогів, психологів – уважно слухати дитину, розуміти її потреби і емоції, а також допомагати дитині висловлювати свої

переживання у безпечний, ненасильницький спосіб [65]. Такий підхід створює атмосферу довіри, що значно знижує напругу і ризик конфліктів.

Таким чином, агресивна поведінка дітей молодшого шкільного віку є результатом цілої системи факторів – генетичних, психологічних, соціальних та культурних. Розуміння цих причин дає можливість розробляти найбільш точну профілактику та корекцію такого явища, допомагаючи кожній дитині розкритися як гармонійно розвинена особистість.

1.3. Вплив покарань на формування дитячої агресивної поведінки

В сучасних психологічних дослідженнях гостро постає питання про вплив покарань на становлення та прояви агресивної поведінки дітей, особливо у молодшому шкільному віці. Це пов'язано з тим, що покарання досі використовується багатьма батьками та педагогами як головний інструмент коригування поведінки, а результат такого підходу досить дискусійний та суперечливий.

Діти постійно розвиваються та засвоюють соціальні норми та правила співіснування у групі, сім'ї та навчальному колективі. В цьому процесі покарання покликані навчати розуміти наслідки своїх вчинків та розмежовувати прийнятну та неприйнятну поведінку. Водночас сьогодні існує великий обсяг досліджень, що показують негативний вплив покарань на психологічний стан дітей, а також на рівень прояву агресії та інших руйнівних поведінкових реакцій.

Покарання можна класифікувати за типами й формами впливу:

1. Фізичні покарання (корпоральні) – стусан, підшльопування («spanking»), шльопки чи удари.
2. Словесні (вербальні) покарання – крики, приниження, образи.
3. Негативне покарання – позбавлення привілеїв, відбираються іграшки чи час із друзями.

4. Time-out (тайм-аут) – ізоляція дитини від ситуації на короткий період (видалення в окреме місце) – комбінована форма, що поєднує ізолювання й обмеження приємного досвіду.

Фізичне покарання (шльопки, ляпаси, потиличники) завдає найбільш руйнівного впливу на психіку та становлення особистості дитини. Мета-аналіз, який містить дані про більш ніж 160 000 дітей, показав виражений зв'язок між застосуванням тілесних покарань та підвищенням рівня агресії, антисоціальної поведінки, розладів психологічного стану та навчальних проблем [37].

Діти, покарані тілесно, швидко засвоюють модель вирішення конфліктних ситуацій за допомогою сили. Це провокує використання такого сценарію й у спілкуванні з іншими, що проявляється у вигляді вербальної та фізичної агресії, грубої поведінки та руйнівних вчинків [22]. Реалізація покарань ґрунтовно руйнує міжособистісну довіру, порушує зв'язок між дорослим та дитиною та заважає розвиватися емпатії – розумінню стану іншого [30].

1. Фізичне покарання достовірно пов'язане з підвищенням рівня агресивної та антисоціальної поведінки у дітей. Багаторічне дослідження показує, що після застосування corporeal punishment агресивність зростає в довгостроковій перспективі, незалежно від початкового рівня самих дітей. Відчуття болю або страх стають моделлю вирішення конфліктів через силу. Діти сприймають удари як нормальний показник авторитету й наслідують таку поведінку в майбутньому [22]. Часті фізичні покарання пригнічують розвиток емпатії, формують почуття сорому, злості, а також порушують довірчі стосунки з батьками. У дітей знижується рівень моральної самооцінки і виникає підвищений ризик ментальних проблем – тривожності, депресії, агресії у дорослому віці.

2. Словесні покарання, що включають у себе крики, приниження, образи, саркастичні зауваження чи публічне осоромлення дитини, нерідко

сприймаються батьками як «легка» або «безпечна» форма виховного впливу. Однак сучасні дослідження підтверджують, що навіть без фізичного контакту такі методи можуть завдавати серйозної шкоди емоційному стану дитини та сприяти формуванню агресивної поведінки.

Наукові праці свідчать, що словесна агресія з боку батьків або інших дорослих опікунів тісно пов'язана з підвищеним рівнем емоційної збудливості та імпульсивності у дітей, зниженням здатності до саморегуляції, а також із розвитком ворожих моделей соціального мислення [43]. Діти, які часто зазнають вербальних покарань, схильні моделювати подібну поведінку у спілкуванні з однолітками та дорослими – вони частіше вдаються до словесних образ, крику, сарказму або демонстративного ігнорування як форм захисту чи впливу [36].

Згідно з даними дослідження, проведеного в межах Millennium Cohort Study (UK), негативний стиль батьківського спілкування, що включає словесну агресію, має прямий вплив на розвиток агресивної поведінки та проблеми з адаптацією у дітей віком від 5 до 7 років. Особливо вразливими до такого впливу виявилися діти з підвищеним рівнем емоційної чутливості або ті, хто вже мав досвід психологічної нестабільності [53]

Словесні покарання часто сприймаються дитиною як форма відкидання чи емоційного покарання, що створює почуття тривоги, провини та образи. Таке середовище формує основу для порушення прив'язаності з дорослими та послаблює базове відчуття безпеки, що є критично важливим у молодшому шкільному віці [38]. Також доведено, що хронічне перебування дитини в атмосфері словесної агресії призводить до гіперактивації стресової системи організму (вісь НРА), що, у свою чергу, підвищує ризик емоційної нестабільності, імпульсивної поведінки та агресії як форми реакції на напругу [47].

Негативним покаранням називається в умовах навчання вид дисциплінарного впливу, що полягає в позбавленні дитини приємного

стимулу або привілею (для зменшення ймовірності небажаної поведінки). Наприклад: відмова в перегляді мультфільму, відеоіграх, позбавлення солодощів або певної соціальної активності, зняття екранного часу, заборона на участь у веселому заході.

Систематичне дослідження ефективності такого підходу показує, що негативне покарання може помірно знижувати небажані поведінкові прояви – але за умови чітких правил, своєчасності обмежень і пояснення причин. Послідовність у застосуванні і суворі прив'язка покарання до конкретного вчинку критично важлива: якщо дитина часто зазнає покарання, яке не пояснене або не пов'язане з поведінкою, підвищується ризик фрустрації, відчуття несправедливості і агресивної реактивності. Негативне покарання є більш прийнятною альтернативою фізичним чи емоційним методам. Проте його ефективність значною мірою залежить від контексту: ніж організовані умови, наскільки дитина розуміє логіку наслідку, наскільки стабільні рамки дисципліни [24]

Водночас дослідження на дітей дошкільного та молодшого шкільного віку показують: ізольоване використання негативного покарання (без подальшої підтримки або навчання альтернативної поведінки) має низку недоліків: відсутність навчальної функції – не пояснює, як слід діяти інакше і можливість розвитку ламання мотивації та ефект вивченої безпорадності [25]. Згідно з принципами позитивного виховання, негативне покарання має бути використане помірно і в контексті програми з чіткими очікуваннями. Слід поєднувати його з позитивним підкріпленням альтернативної поведінки для досягнення стійких змін [29].

4. Тайм-аут - це метод дисциплінарного впливу, при якому дитина тимчасово ізолюється від ситуації, що викликала небажану поведінку, з метою дати їй час заспокоїтися та переосмислити свої дії. Експертні організації, зокрема American Academy of Pediatrics визнають цей метод одним із найменш травматичних способів регулювання поведінки дітей.

Тайм-аут не передбачає фізичного чи емоційного покарання, він не позбавляє дитину уваги чи любові дорослих, а спрямований на зменшення імпульсивних реакцій через короткочасне припинення взаємодії.

Дослідження показують, що правильно застосований тайм-аут допомагає формувати у дітей навички самоконтролю та емоційної регуляції, що є ключовими факторами в профілактиці агресивної поведінки [53]. Важливо, щоб правила тайм-ауту були чіткими і зрозумілими, а тривалість ізоляції відповідала віку дитини (зазвичай 1 хвилина на кожен рік життя). При цьому значна увага приділяється поясненню причини покарання і підтримці після завершення тайм-ауту, що знижує ризик формування почуття покинутості або фрустрації.

Проте, неефективне або надмірне використання тайм-ауту може призвести до негативних наслідків, зокрема до зниження рівня емоційної близькості між дитиною та батьками, а також посилення агресивних реакцій через почуття відторгнення [62]. Тому важливо застосовувати цей метод у комплексі з іншими виховними стратегіями, які підкреслюють підтримку, розуміння та комунікацію.

Таким чином, тайм-аут є корисним інструментом поведінкової корекції, який за умови правильного і поміркованого застосування сприяє зниженню агресивної поведінки у дітей.

Діти постійно спостерігають за тим, як дорослі розв'язують проблеми та виражають свої емоції. В цьому розумінні покарання дає готовий сценарій такого розв'язання – із використанням сили та покори. В результаті покарана дитина розуміє: щоб розв'язати якусь ситуацію, треба застосувати покарання, завдати іншому дискомфорту, а то й завдати тілесного чи психологічного страждання [26].

Дослідження показують, що покарання є найбільш руйнівною моделлю навчання соціальних норм. В умовах покарання розв'язується циклічно: покарана сьогодні дитина завтра карає іншого – брата, однокласника,

іншого однолітка [40]. Це явище назване «модель навченої агресії» – коли покарання від дорослих дає зелене світло використанню сили в міжособистісних відносинах.

У першому розділі було проаналізовано психологічні підходи до проблеми агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку. Визначено, що вікові особливості цього періоду – зокрема інтенсивне емоційне та когнітивне дозрівання, формування навичок саморегуляції, а також потреба у соціальній взаємодії – істотно впливають на прояви агресії. Відсутність сформованих механізмів контролю емоцій, а також висока сприйнятливність до зовнішніх подразників роблять дитину вразливою до проявів агресивної поведінки.

Таким чином, причини агресії мають багатофакторний характер і включають як внутрішні (біологічні, психоемоційні), так і зовнішні чинники (сімейне виховання, соціальне середовище, стилі комунікації). Зокрема, встановлено, що способи виховання та застосування покарань безпосередньо впливають на формування агресивних реакцій. Аналіз літератури свідчить, що жорсткі фізичні або словесні покарання, а також покарання без пояснень і чітких правил, спричиняють розвиток негативних емоцій – фрустрації, почуття несправедливості, безпорадності – що у свою чергу посилює агресивність дитини. Водночас помірковане використання негативного покарання, такого як позбавлення привілеїв, при умові ясних правил і пояснень може сприяти корекції поведінки без загострення конфліктів.

Окремо було розглянуто метод тайм-ауту, який експертні організації, зокрема American Academy of Pediatrics, визнають одним із найбільш ефективних і безпечних способів регулювання агресивної поведінки у дітей. Цей метод допомагає дитині усвідомити свої емоції, знизити емоційне напруження і розвинути навички самоконтролю, не викликаючи при цьому почуття відторгнення або небезпеки.

Таким чином, психологічні особливості розвитку молодших школярів, комплексна оцінка причин агресії і раціональне застосування виховних стратегій є основою для ефективної профілактики і корекції агресивної поведінки. Ці висновки створюють теоретичну базу для подальшого дослідження психопрофілактичних і корекційних заходів, що стануть предметом наступних розділів магістерської роботи.

РОЗДІЛ 2

ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

2.1. Методика проведення емпіричного дослідження

Працюючи над темою агресивної поведінки в молодшому шкільному віці, ми вирішили провести власне емпіричне дослідження, щоб краще зрозуміти, як саме проявляється агресія у молодших школярів та які фактори на неї впливають. Важливо було не лише вивчити теоретичні матеріали, а й перевірити, як це виглядає на практиці, у реальному шкільному середовищі.

Основна мета мого дослідження – виявити рівень агресивності у дітей молодшого шкільного віку та визначити основні форми її прояву. Крім того, мені було цікаво з'ясувати, чи впливають соціальні фактори (такі як сімейна атмосфера, стосунки з однолітками, вплив мультфільмів, ігор тощо) на агресивну поведінку дітей.

Вибірка для дослідження складалася з учнів 2–3 класів однієї з початкових шкіл у м. Вроцлав “Незламна”. Усього участь взяли 30 дітей віком від 7 до 9 років. Також мною було проведено коротке опитування серед їхніх батьків та класних керівників, адже мені було важливо порівняти поведінку дітей у шкільному середовищі та вдома.

Щоб отримати максимально об'єктивну інформацію, було використано кілька методик. По-перше, це проєктивна методика «Кактус» [<https://vseosvita.ua/library/test-graficna-metodika-kaktus-448478.html>], яка дозволяє виявити рівень внутрішньої напруги та агресії в символічній формі. Саме цю методику було обрано, бо вона дуже підходить для дітей молодшого шкільного віку – завдяки малюнку дитина може проявити свої емоції, навіть якщо їй важко висловити їх словами. Ми просили дітей намалювати кактус – не пояснюючи, що саме ми досліджуємо. А потім, аналізуючи малюнки,

звертала увагу на розміри голок, форму, кольори, наявність або відсутність додаткових елементів (наприклад, злі обличчя, колючки, зброя, тощо). За методикою, якою ми керувались, велика кількість колючок, темні кольори та агресивні деталі вказують на наявність агресивної поведінки або внутрішньої напруги.

Інструкція: дітям пропонувалося намалювати кактус будь-якої форми та розміру. Інтерпретація малюнків здійснювалась за такими показниками: розмір, кількість та форма колючок (агресивність); домінування темних або яскравих кольорів (тривожність/емоційна врівноваженість); наявність агресивних елементів (зброя, злі обличчя, загрозливі символи).

Обробка результатів: малюнки аналізувалися якісно з кількісним підрахунком ознак агресивності (в % від загальної кількості дітей).

По-друге, ми використовували опитувальник Басса–Даркі [<https://vseosvita.ua/library/metodika-diagnostiki-pokaznikiv-ta-form-agresii-bassa-darki-23373.html>]. Що дозволило мені зібрати важливі дані про різні форми агресії – фізичну, вербальну, непрямую тощо. Ми проводили опитування у формі розмови, допомагаючи дітям краще зрозуміти запитання.

Інструкція: дітям зачитувались спрощені твердження, відповідно до яких вони обирали «так» або «ні».

Шкали та обробка:

- Кожна позитивна відповідь на певну групу запитань нараховувала 1 бал у відповідній шкалі.
- Максимальна кількість балів в одній шкалі – 7.
- Рівень агресії визначався за сумарною шкалою: 0–13 балів – низький рівень агресивності; 14–19 – середній; 20+ – високий рівень.

Ще одним важливим елементом дослідження було анкетування батьків і класних керівників. Ми склали просту анкету (Додаток А), в якій були питання про поведінку дитини вдома та в школі, реакції на конфлікти, схильність до агресії у спілкуванні з однолітками, а також про вплив

телебачення, відеоігор та стилю виховання в сім'ї. Спостереження за поведінкою дітей у класі також стало частиною мого дослідження. Була можливість кілька разів відвідати заняття і вільні години (перерви), щоб помітити, як діти поводяться одне з одним, як реагують на критику, конфлікти, суперечки. Ці спостереження були дуже цінними – іноді саме в них проявлялася прихована агресія або, навпаки, добре сформовані навички саморегуляції.

Усе дослідження були проведені з дотриманням етичних норм: добровільна участь, згода батьків, анонімність результатів, а також обережне формулювання питань і делікатне ставлення до дітей.

Підсумовуючи, можу сказати, що нам вдалося зібрати комплексну інформацію з різних джерел: з боку самих дітей, дорослих, які з ними працюють, а також через аналіз малюнків і поведінки. Це дало мені змогу зробити глибші висновки про прояви агресії в молодшому шкільному віці.

2.2. Аналіз результатів дослідження

Після завершення збору емпіричних даних було здійснено аналіз результатів дослідження з метою з'ясування рівня агресивності у дітей молодшого шкільного віку, її форм прояву та ймовірних чинників впливу. У дослідженні взяли участь 30 учнів молодших класів (віком 7–9 років), з яких 16 хлопчиків та 14 дівчаток.

Аналіз результатів за проєктивною методикою «Кактус» (М. Панфілова).

Після завершення збору матеріалів було проаналізовано всі результати дослідження, для того щоб з'ясувати, наскільки агресивною є поведінка молодших школярів, у яких формах вона проявляється та що на неї впливає.

Аналіз малюнків дітей за проєктивною методикою «Кактус» виявив цікаві спостереження.

Аналіз результатів за проєктивною методикою «Кактус».

Таблиця 2.1

Результати діагностики за методикою “Кактус”

Параметр спостереження	Кількість дітей	Розрахунок	Відсоток (%)
Довгі, агресивні колючки	12	$(12 / 30) \times 100$	40%
Темна палітра (чорний, сірий, темно-зелений)	11	$(11 / 30) \times 100$	36,7%
Зображення облич із негативним емоційним виразом	4	$(4 / 30) \times 100$	13,3%
Наявність агресивної атрибутики (меч, куля, вибух тощо)	3	$(3 / 30) \times 100$	10%
Використання яскравих кольорів (жовтий, рожевий тощо)	18	$(18 / 30) \times 100$	60%
Наявність квітів, усмішок, позитивних елементів	16	$(16 / 30) \times 100$	53,3%
Персоніфікація кактуса (очі, рот, емоційне обличчя)	14	$(14 / 30) \times 100$	46,7%

Інтерпретація результатів: 12 учнів (40%) зобразили кактус із довгими, гострими колючками, що інтерпретується як прояв внутрішньої агресії або

емоційної напруги. 11 малюнків (36,7%) були виконані у темних тонах, що може свідчити про пригнічений емоційний стан або відчуття загрози. У 4 роботах (13,3%) спостерігалась наявність емоційно забарвлених обличч із сумним чи агресивним виразом, що вказує на проєкцію емоційних переживань. 3 дитини (10%) додали до малюнків елементи агресії – зброю, вибухи, тощо.

Натомість, 18 учнів (60%) використали світлі та яскраві кольори, позитивні образи, що свідчить про переважно врівноважений емоційний фон. 16 учасників (53,3%) зобразили квіти, посмішки, доброзичливі образи – ознаки емоційної відкритості та психологічної стабільності. Персоніфікація у 14 малюнках (46,7%) свідчила про здатність дитини до емоційної рефлексії.

Аналіз малюнків дітей за методикою «Кактус» дозволив отримати глибоке уявлення про емоційний стан, рівень внутрішньої напруги та прояви агресивної поведінки у молодших школярів. Результати показали, що значна частина дітей проявляє індивідуальні особливості у способі вираження емоцій, що прямо або опосередковано відображає рівень агресивності та емоційної врівноваженості.

Зокрема, 12 учнів (40%) зобразили кактуси з довгими, гострими колючками, що свідчить про наявність внутрішньої агресії або емоційної напруги. Така графічна символіка часто асоціюється з високою чутливістю до подразників, труднощами у саморегуляції та можливими конфліктами у взаємодії з однолітками або дорослими. Це вказує на потребу у психологічній підтримці та розвитку навичок самоконтролю у цих дітей.

У 11 малюнках (36,7%) були використані темні кольори, що може інтерпретуватися як прояв пригніченого емоційного стану, тривожності або внутрішніх конфліктів. Темні тони у графічній проєкції можуть свідчити про наявність страхів, невпевненості та підвищеного рівня напруженості, що потенційно підвищує ризик виникнення агресивних реакцій у стресових ситуаціях.

У 4 малюнках (13,3%) спостерігалася присутність емоційно забарвлених обличь із сумним чи агресивним виразом. Ці образи демонструють здатність дітей до проєкції власних переживань та емоційного стану у графічну форму. Водночас вони можуть свідчити про те, що діти переживають конфліктні або фрустровані емоції, які не завжди вміють виразити вербально, що підкреслює важливість розвитку вербальних та невербальних навичок емоційної саморегуляції

Три учні (10%) додали до малюнків агресивні елементи – зброю, вибухи та інші образи насильства, що прямо відображає схильність до зовнішньої або символічної агресії. Такі прояви можуть бути сигналом про потребу у формуванні конструктивних стратегій вирішення конфліктів та навичок безпечного вираження емоційної напруги.

Разом з тим, значна частина дітей – 18 учнів (60%) – використовували світлі та яскраві кольори, позитивні образи, що свідчить про емоційну врівноваженість та здатність до позитивної самооцінки. Більш того, 16 учасників (53,3%) зобразили квіти, посмішки та доброзичливі образи, що демонструє психологічну стабільність, відкритість до спілкування та здатність до емпатії.

Персоніфікація у 14 малюнках (46,7%) вказує на розвинену здатність дітей до емоційної рефлексії, тобто вони можуть усвідомлювати та аналізувати власні емоції. Це важливий показник сформованості емоційної компетентності та потенціалу для розвитку навичок самоконтролю й асертивної поведінки, що допомагає попереджати прояви агресії.

Отже, результати методики «Кактус» демонструють різнорівневий прояв емоційної напруги та агресії серед молодших школярів. Частина дітей має ознаки прихованої або внутрішньої агресії, що може проявлятися у вербальних або непрямих формах взаємодії, інша частина демонструє емоційну врівноваженість і психологічну стабільність. Це підтверджує

необхідність індивідуалізованого підходу у роботі з дітьми, розвитку навичок емоційної саморегуляції, емпатії та конструктивного розв'язання конфліктів.

Загалом, отримані дані підкреслюють важливість використання проєктивних методик для комплексного оцінювання емоційного стану та схильності до агресії у молодших школярів, а також формують основу для подальшої роботи з профілактики та корекції агресивної поведінки.

Результати діагностики за опитувальником Басса–Даркі. Для виявлення рівнів агресивності та її основних форм у дітей молодшого шкільного віку було використано опитувальник Басса–Даркі [<https://vseosvita.ua/library/metodika-diaagnostiki-pokaznikiv-ta-form-agresii-bassa-darki-23373.html>]. У дослідженні взяли участь 30 дітей віком 7–9 років.

У таблиці 2.2 подано узагальнені результати діагностики за вищезазначеною методикою.

Таблиця 2.2

Результати діагностики за опитувальником Басса–Даркі

Вид агресії	Кількість дітей	% від загальної кількості
Фізична агресія	5	16,7%
Вербальна агресія	6	20%
Непряма агресія	8	26,7%
Імпульсивність	10	33,3%
Підозрілість	4	13,3%
Негативізм	3	10%

Почуття провини (знижене)	9	30%
---------------------------	---	-----

Загальний рівень агресивності (підрахований за сумою балів) виявився високим у 7 дітей (23,3%), помірним – у 14 дітей (46,7%) і низьким – у 9 дітей (30%).

Рівні агресивності у дітей молодшого шкільного віку

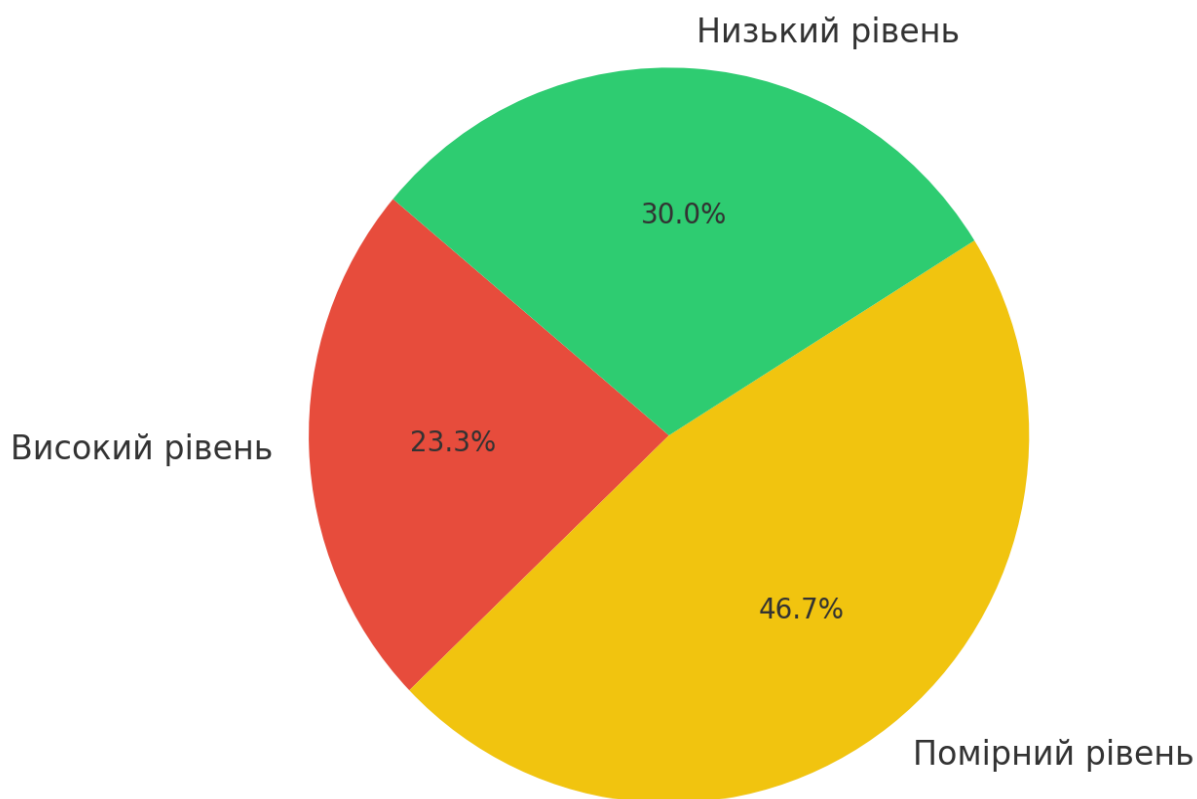


Рис. 2.1. Рівень агресивності дітей (за методикою Баса-Дарки)

Анкетування батьків і вчителів були спрямовані на виявлення факторів, що можуть сприяти агресивній поведінці. Загалом було опрацьовано 30 батьківських та 5 вчительських анкет.

Узагальнені результати: 23 батьків (76,7%) вказали на нестабільний емоційний клімат у родині (часті конфлікти, розлучення); 19 дітей (63,3%) користуються гаджетами понад 2 години на день (мультфільми/ігри з

насильницьким контентом); 17 батьків (56,7%) зізналися, що рідко обговорюють з дитиною її емоції, потреби; 11 вчителів та батьків (36,7%) вказали на труднощі у спілкуванні дітей з однолітками (конфліктність, агресивна манера спілкування); 4 педагогів (80% від кількості опитаних) зазначили, що агресивна поведінка найчастіше спостерігається під час перерв, коли відсутній дорослий контроль.

Таким чином, емпіричні дані засвідчують, що агресивна поведінка молодших школярів є поширеним явищем, але її форми і ступінь вияву суттєво варіюються залежно від індивідуальних, сімейних та соціальних факторів.

Спостереження за поведінкою дітей у навчальному середовищі дозволило отримати додаткову інформацію щодо проявів агресії та соціальної взаємодії молодших школярів, яка не завжди виявляється у проєктивних методиках чи опитувальниках. Дослідження проводилося під час навчальних занять та вільного часу на перервах, що дало змогу оцінити як структуровану, так і більш спонтанну поведінку дітей.

Під час спостереження були визначені критерії за методикою за агресивною поведінкою дітей (за А. Басса, А. Даркі [<https://vseosvita.ua/library/metodika-diaagnostiki-pokaznikiv-ta-form-agresii-bassa-darki-23373.html?>]), які стосувалися як проявів агресивної поведінки, так і особливостей соціальної взаємодії.

Зокрема, спостерігали за:

Вербальною агресією – використання образливих слів, крику, звинувачень.

Фізичною агресією – удари, штовхання, псування речей.

Емоційними реакціями – вирази обличчя, міміка, жести, які свідчили про злість чи роздратування.

Реакціями на критику чи зауваження – чи дитина приймає їх спокійно, чи відповідає агресією.

Особливостями спілкування з однолітками – схильність до співпраці або конфліктності.

Стратегіями виходу з конфліктних ситуацій – чи дитина здатна домовлятися, поступатися, шукати компроміс.

Спостереження організовувалося як під час навчальних занять (структурована діяльність, взаємодія з учителем), так і під час перерв (менш контрольоване середовище, вільна взаємодія дітей). Це дозволило оцінити як «офіційну» поведінку у класі, так і більш спонтанні прояви у неформальній ситуації.

Аналіз спостережень показав, що окремі учні демонструють вербальні конфлікти під час взаємодії з однолітками: вони можуть дражнити, суперечити або використовувати сарказм. Такі прояви спостерігалися приблизно у 30% дітей. Фізичні прояви агресії – штовхання, грубі ігри, спроби нав'язати свою волю іншим – фіксувалися у меншій кількості випадків (приблизно 10–15%), зазвичай під час перерв, коли контроль дорослих був обмежений.

Важливою особливістю спостереження стало виявлення непрямой агресії: деякі діти демонстрували ігнорування, уникання співпраці або поширення незначних чуток, що створювало конфліктні ситуації у групі. Такі прояви були характерні для приблизно 25% учасників дослідження.

Під час класних занять також було зафіксовано ознаки імпульсивності у поведінці – діти реагували на зауваження емоційно, іноді різко перебивали або демонстрували нетерпимість до поразок чи критики. Близько третини учнів показали труднощі з контролем емоцій у стресових або несподіваних ситуаціях.

Водночас значна частина дітей демонструвала позитивні соціальні навички: готовність до співпраці, підтримку однолітків, вміння ділитися матеріалами та вирішувати конфлікти без застосування агресії. Такі прояви характерні для приблизно 50–60% спостережуваної групи, що свідчить про наявність емоційної стабільності та сформованих навичок саморегуляції.

Таким чином, спостереження підтвердило, що прояви агресії у молодших школярів є різнорівневими та різноспрямованими: від вербальної та фізичної агресії до непрямих форм і імпульсивної поведінки. Водночас більшість дітей демонструють адекватні соціальні навички та здатність до конструктивної взаємодії, що підкреслює важливість поєднання педагогічних і психологічних підходів для підтримки позитивного розвитку та корекції агресивних проявів.

Отже, емпіричне дослідження проявів агресії у дітей молодшого шкільного віку показало, що агресивна поведінка у цій віковій групі є багатовимірним явищем. Аналіз результатів малюнків за проєктивною методикою «Кактус» виявив, що близько 40% учнів проявляють внутрішню напругу та агресію через образи з довгими колючками та темні кольори, а додаткові елементи – зброя або агресивні символи – свідчать про підвищений рівень емоційного стресу у 10% дітей. При цьому більшість дітей (60%) демонструють врівноважений емоційний стан, яскраві кольори та позитивні образи, що свідчить про наявність емоційної стабільності.

Результати опитувальника Басса–Даркі підтвердили різні форми агресії: 20% дітей схильні до вербальної агресії, 15% – до фізичної, 25% – до непрямой. Приблизно третина учнів показала високий рівень імпульсивності та труднощі з контролем емоцій. Спостереження в класі та на перервах доповнили ці дані: вербальні конфлікти та епізоди фізичної агресії частіше виникають під час зниженого контролю з боку дорослих, тоді як непряма агресія проявляється у формі ігнорування або негативних комунікативних стратегій.

Основними чинниками, які впливають на агресивну поведінку, є: соціальна нестабільність у сім'ї (конфлікти, відсутність емоційної підтримки, брак уваги); вплив медіа та відеоігор із проявами насильства; недостатньо сформовані навички комунікації та саморегуляції; ситуаційні фактори у школі (взаємодія з однолітками, конфлікти, контроль дорослих).

РОЗДІЛ 3

СПОСОБИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ І КОРЕКЦІЇ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

3.1. Сучасні підходи до способів і методів подолання агресії у дітей

Сучасні дослідження вказують, що подолання агресивної поведінки у молодшому шкільному віці є найбільш ефективним у разі комплексного поєднання освітніх, психотерапевтичних та сімейних підходів.

Одним із найрезультативніших напрямів є програми соціально-емоційного навчання (SEL), що формують у дітей навички саморегуляції, емпатії, комунікації та конструктивного вирішення конфліктів. Мета-аналіз, який охопив 213 досліджень, підтвердив значне зниження рівня агресії та поліпшення соціальних навичок у школярів, які брали участь у таких програмах [34].

Другим напрямом стали методи майндфулнес (mindfulness), які забезпечують розвиток уваги, контролю імпульсів та емоційної стабільності. Емпіричні дослідження показали, що впровадження програм mindfulness у школі сприяє зниженню агресії та підвищенню просоціальної поведінки [63].

Важливим компонентом є системні шкільні програми позитивної поведінкової підтримки (PBIS), що ґрунтуються на чітких правилах, послідовному підкріпленні позитивних дій та створенні сприятливого соціально-психологічного клімату. Вони знижують кількість агресивних інцидентів і водночас зміцнюють почуття безпеки у школярів [26].

Ефективність у зниженні рівня агресії також демонструють відновлювальні практики (Restorative Practices), що передбачають роботу в групах, розвиток навичок співпереживання, вміння брати відповідальність за власні дії та налагоджувати порушені соціальні зв'язки [36].

Спеціалізовані когнітивно-поведінкові інтервенції, зокрема програма Aggression Replacement Training (ART), поєднують тренінг соціальних

навичок, контроль гніву та моральне мислення. Доведено, що цей підхід знижує рівень фізичної та вербальної агресії у дітей [41].

Окрему увагу приділяють батьківським програмам (Parent Management Training, PMT), що формують конструктивні стилі виховання, знижують використання покарань та сприяють розвитку в дитини довіри й саморегуляції. Такі програми істотно зменшують проблемну поведінку, включаючи агресію [47].

Таким чином, сучасні підходи до профілактики і корекції агресії базуються на поєднанні особистісно орієнтованого навчання, когнітивно-поведінкових методів, соціально-емоційного розвитку та участі батьків, що відповідає вимогам сучасної психопрофілактики.

Агресивна поведінка молодших школярів є складним психолого-педагогічним феноменом, що потребує комплексного підходу до профілактики та корекції. Сучасна психологія пропонує різні методи впливу, які поєднують індивідуальну, групову та сімейну роботу, спрямовані на розвиток навичок саморегуляції, емпатії, конструктивного вираження емоцій.

Арт-терапевтичні методики широко застосовуються у практиці роботи з молодшими школярами, оскільки дозволяють у безпечній формі виразити внутрішні переживання, знизити рівень тривожності та агресії, підвищити самооцінку. Малювання, ліплення, створення колажів допомагають дитині відреагувати негативні емоції, усвідомити їх та трансформувати у прийнятну форму. Арт-терапія також сприяє розвитку комунікативних навичок і емпатії, що є важливим у профілактиці конфліктів [58].

Інший метод корекції - ігровий. Гра є провідним видом діяльності молодшого школяра, тому ігрова форма використовується як один із найефективніших методів роботи з агресивною поведінкою. Вона дозволяє дитині відтворити конфліктні ситуації в символічній формі та знайти нові способи їх подолання. У процесі ігор розвиваються соціальні навички,

формується здатність до співпраці, знижується напруженість, закріплюються конструктивні моделі поведінки [46].

Методи когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) орієнтовані на формування у дітей умінь контролювати власні емоції та поведінку. Використовуються спеціальні вправи на розпізнавання емоцій, навчання альтернативним реакціям на конфлікти, розвиток навичок вирішення проблем. КПТ сприяє зниженню рівня імпульсивності та формуванню відповідальної поведінки [48].

Одним із сучасних напрямів є проведення групових тренінгів соціально-комунікативних навичок. Такі заняття спрямовані на розвиток емпатії, вміння слухати інших, конструктивно виражати власні почуття, знаходити компроміси у спілкуванні. Тренінги дозволяють дітям відпрацьовувати моделі прийнятної поведінки у безпечних умовах групи, що знижує ризик агресивних проявів у реальному середовищі [63].

До системи профілактики агресивності також відносять методи релаксації: дихальні вправи, елементи йоги, м'язову релаксацію, музикотерапію. Такі техніки допомагають дитині знімати психоемоційне напруження, відновлювати внутрішній баланс, знижувати рівень тривожності. Регулярна практика релаксації формує у дітей здатність до саморегуляції, що є запобіжником агресивної поведінки [35].

Важливою складовою профілактики дитячої агресії є робота з батьками. Недостатньо ефективними є заходи, які стосуються лише дитини, без урахування сімейного контексту. Тому психологи використовують сімейні консультації, де батьки отримують знання про конструктивні стилі виховання, наслідки фізичних та вербальних покарань, методи позитивної дисципліни. Дослідження підтверджують, що корекція агресивності є значно ефективнішою за умови поєднання індивідуальної роботи з дитиною та психопросвіти для батьків [31].

Таким чином, сучасні методи подолання агресії у дітей молодшого шкільного віку базуються на інтеграції різних психотерапевтичних підходів. Їх поєднання дозволяє не лише знизити рівень агресивних проявів, але й сприяє гармонійному розвитку особистості, формуванню соціально прийнятних моделей поведінки.

3.2. Програма психопрофілактики і корекції агресивної поведінки у молодших школярів

Арттерапія є універсальним методом психологічної допомоги, що ґрунтується на використанні різних видів мистецтва. Вона відкриває широкі можливості для індивідуальної та групової роботи з молодшими школярами, сприяє постановці та вирішенню конкретних психокорекційних завдань. Завдяки арт-терапії діти отримують безпечний вихід внутрішніх конфліктів та інтенсивних емоцій, вчаться усвідомлювати і вербалізувати власні переживання, підвищують рівень самооцінки та розвивають творчий потенціал. Заняття мистецтвом формують дисципліну в групі, створюють атмосферу взаємної підтримки й довіри [44].

Передбачалося досягнення позитивних змін у трьох основних сферах розвитку:

1. Емоційно-вольова сфера – гармонізація афективних процесів; формування вміння адекватно виражати емоційні переживання; розвиток здатності до самоконтролю та регуляції власних емоційних станів.
2. Когнітивна сфера – усвідомлення дітьми ситуацій, що провокують агресивні реакції; розуміння наслідків деструктивної поведінки; формування здатності до рефлексії власних мотивів, емоцій та вчинків; розвиток навичок соціального сприйняття та емпатії.
3. Поведінкова сфера – формування навичок конструктивного вирішення конфліктів; відмова від агресивних форм реагування; розвиток

уміння співпрацювати, досягати компромісу та брати відповідальність за власні дії.

Основною формою роботи було обрано психологічний тренінг, що передбачає інтенсивну групову взаємодію, активні вправи, обговорення та рефлексію. Програма побудована з урахуванням принципів гуманізму, конфіденційності, професійної компетентності та відповідальності психолога за психологічне благополуччя дитини.

Завдання програми:

1. сформувати у дітей навички ефективної взаємодії без використання агресії;
2. навчити розпізнавати та адекватно виражати власні емоції;
3. розвинути вміння контролювати гнів і використовувати техніки саморегуляції;
4. знизити рівень тривожності та емоційної напруги;
5. сформувати позитивні риси характеру й адекватні моральні уявлення;
6. закріпити навички конструктивного спілкування та вирішення конфліктів.

Програма включала три етапи:

1. Вступний – ознайомлення дітей з проблемою агресії та її наслідками.
2. Основний (8 занять) – робота над усвідомленням емоцій, розвитком емпатії, навчання конструктивним моделям поведінки, засвоєння технік контролю гніву.
3. Заключний – узагальнення отриманого досвіду, закріплення позитивних моделей взаємодії.

Для досягнення мети застосовувалися різноманітні методи і техніки, зокрема: бесіди та обговорення; арт-терапевтичні вправи (малювання, ліплення, робота з піском); рольові ігри та психогімнастика; рухливі ігри та фізичні вправи для зняття напруги; музична терапія та казкотерапія; вправи з ауторелаксації та тілесно-орієнтовані техніки.

Особливу увагу приділено використанню арт-терапевтичних підходів, що дозволяють дітям виражати свої емоції у безпечний спосіб, а також сприяють розвитку самоконтролю й творчої активності [6].

Таким чином, розроблена програма спрямована не лише на зниження рівня агресії, але й на розвиток у молодших школярів соціально прийнятних способів поведінки, формування емоційної культури та конструктивних комунікативних умінь, що є важливою умовою їхньої успішної адаптації у шкільному колективі.

Вступна частина містить такі елементи:

Привітання та введення – коротке повідомлення теми та цілей заняття, що сприяє налаштуванню дітей на роботу.

Знайомство – використання вправ для зниження психоемоційного напруження та встановлення дружньої атмосфери. Це ритуальний етап, що допомагає подолати скутість, сором'язливість, тривожність, а також сприяє розвитку пізнавального інтересу.

Прийняття правил групової роботи – колективне обговорення та закріплення норм взаємодії, які регулюють поведінку учасників під час занять. Дотримання правил забезпечує ефективність групової роботи, атмосферу довіри й добровільності.

До основних правил можна віднести:

1. Участь у вправах є добровільною.
2. Висловлюватися слід коротко, по суті й лише від свого імені.
3. Уважно слухати інших, не перебиваючи.
4. Критикувати не особистість, а вчинок.
5. Використовувати доброзичливу форму зауважень, бажано з конкретними порадами.

Основна частина займає найбільший обсяг часу і включає:

Актуалізацію проблеми – формулювання теми та завдань заняття.

Надання інформації – пояснення правил виконання вправ, що допомагає дітям усвідомити мету роботи.

Розвиток практичних навичок – виконання вправ, ігор та інтерактивних завдань, спрямованих на попередження й подолання агресивної поведінки. Між вправами доречно застосовувати рухливі ігри та техніки релаксації.

Завершальна частина включає вправи на розрядку, що забезпечують поступовий вихід із психологічної атмосфери заняття.

Цілісна й послідовна реалізація програми здатна забезпечити такі результати: розвиток у дітей навичок самопізнання та рефлексії; формування вміння виражати гнів у соціально прийнятній формі; покращення якості міжособистісних стосунків у групі; профілактика формування агресії як стійкої особистісної риси.

Проаналізувавши основні причини та фактори, що зумовлюють виникнення агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку, а також врахувавши результати констатувального експерименту, нами була розроблена корекційно-профілактична програма. Її мета – зменшення проявів агресивності у дітей та формування конструктивних форм поведінки з урахуванням їхніх вікових особливостей та психологічних детермінант розвитку.

Опис програми арттерапевтичної корекції та профілактики агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку.

Робочий інструмент для шкільного психолога. Групова форма. Тривалість - 6 тижнів (12 зустрічей по 45 хв), 2 рази на тиждень. Рекомендована наповнюваність групи: 6–10 дітей.

1. Мета, завдання, очікувані результати

Мета: зниження проявів агресивної поведінки та розвиток навичок емоційної саморегуляції й просоціальної взаємодії через арттерапевтичні практики.

Завдання:

1. навчити дітей розпізнавати й називати емоції (особливо злість, образу, страх);
2. сформувати безпечні способи вираження злості (вербалізація, творчість, тілесні розрядки без шкоди);
3. розвинути емпатію, навички співпраці й ненасильницького вирішення конфліктів;
4. зменшити імпульсивність, підвищити толерантність до фрустрації;
5. змінити негативні поведінкові патерни через символічну творчість та рольові вправи.

Очікувані результати:

1. зниження показників за шкалами агресивності (за Басса–Даркі) не менш ніж на 15–20% від базового рівня у більшості учасників;
2. збільшення кількості просоціальних реакцій у класі (за картою спостереження);
3. зменшення частоти конфліктів та інцидентів фізичної/вербальної агресії (звіт учителя/батьків);
4. підвищення навичок саморегуляції (самозвіт дитини, візуальні шкали).

Організація та етика

1. Добровільна участь, інформована згода батьків/законних представників.
2. Конфіденційність, правила групи (не нашкодити собі та іншим, повага до творів, право «пас»).
3. Безпечні матеріали: папір, олівці, фломастери, пастель, фарби, глина/пластилін, пісок, тканини, клей-олівець, безпечні ножиці.
4. Простір: столи для роботи, зона для рухових вправ, доступ до води/умивальника.

5. Кризовий протокол: у разі ескалації емоцій — техніки заземлення, «кут спокою», індивідуальна підтримка, інформування батьків згідно з процедурою.

Діагностика та оцінювання ефективності

До початку (Т1) та після програми (Т2), а також через 6–8 тижнів (follow-up):

1. Опитувальник Басса–Даркі (дитяча адаптація/інтерв'ю-форма).
2. Проективний малюнок «Кактус» (оцінка ознак агресивності: колючки, колір, тиск лінії, додаткові агресивні символи).
3. Карта педагогічних спостережень (фіксація вербальної/фізичної/непрямої агресії, реакцій на критику, стратегій виходу з конфлікту; частота/інтенсивність за тиждень).
4. Анкета батьків/учителів (коротка, 10–12 пунктів про частоту епізодів, тригери, способи заспокоєння).

Структура кожного заняття (45 хв)

1. Розігрів (5–7 хв) – рухова або дихальна вправа.
2. Основна частина (25 хв) – творче завдання за темою сесії.
3. Рефлексія (8–10 хв) – обговорення почуттів, висновків.
4. Завершення (2–3 хв) – ритуал спокою (дихання, аплодисменти, «коробочка спокою»).

5. План програми (12 сесій)

Арттерапевтична програма профілактики та корекції агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку:

Форма проведення: групова

Кількість занять: 12

Тривалість: 45 хв

Частота: 2 рази на тиждень

Вік учасників: 7–9 років

Кількість дітей: 6–10

Заняття 1. Знайомство. Правила нашої групи

Мета: створення атмосфери довіри, прийняття та безпеки.

Матеріали: ватман, кольорові олівці, стікери, клей.

Хід заняття:

1. Привітання, гра «Ім'я + емоція» (кожен називає себе і показує емоцію).
2. Обговорення правил групи (не ображати, не сміятися з інших, не перебивати).
3. Спільне створення плаката «Наші правила».

Малюнок «Мое місце спокою» — діти малюють місце, де їм добре.

Результат: діти адаптуються до групи, розуміють, що це безпечний простір.

Заняття 2. «Пізнаю свою злість»

Мета: навчити дітей усвідомлювати злість як природне почуття.

Матеріали: папір, пастель, маркери.

Хід:

1. Бесіда: «Коли ми злимось?»
2. Вправа «Мій портрет злості» — діти малюють, як виглядає їхня злість (колір, форма, рух).
3. Обговорення: «Що допомагає мені заспокоїтись?»

Результат: дитина вчиться розпізнавати злість і говорити про неї.

Заняття 3. «Як випустити злість без шкоди»

Мета: навчити безпечних способів вивільнення енергії.

Матеріали: глина або пластилін.

Хід:

1. Вправа «Зліпити бурю» — створення образу злості.
2. Потім трансформація — перетворити «бурю» на «щось добре».
3. Обговорення: «Що змінилося, коли я змінив свій виріб?»

Результат: розвиток контролю над імпульсивними діями, зниження напруги.

Заняття 4. «Світлофор рішень»

Мета: розвиток самоконтролю та навичок зупинки перед дією.

Матеріали: кольоровий папір, ножиці, клей, журнали для колажу.

Хід:

1. Обговорення: «Що буває, коли я дію поспіхом?»
 - Створення колажу «Світлофор рішень»: червоне — зупинись, жовте — подумай, зелене — дій.
2. Рольова гра «Світлофор у конфлікті».

Результат: діти запам'ятовують простий алгоритм самоконтролю.

Заняття 5. «Слова без образ»

Мета: навчити замінювати агресивні висловлювання на конструктивні.

Матеріали: комікси, аркуші, фломастери.

Хід:

1. Обговорення прикладів образливих слів і їх наслідків.
2. Вправа «Як сказати інакше» — придумати ввічливі фрази замість агресивних.
3. Малювання коміксу «Мирний герой».

Результат: розвиток комунікативної культури, вербальної регуляції.

Заняття 6. «Через чужі очі»

Мета: формування емпатії.

Матеріали: аркуші, кольорові олівці.

Хід:

1. Малювання ситуації конфлікту.
2. Інший учасник домальовує «що відчував герой».
3. Обговорення: «Що змінилося, коли я став на місце іншого?»

Результат: діти вчаться розуміти почуття інших, співпереживати.

Заняття 7. «Ми – команда»

Мета: розвиток уміння співпрацювати та домовлятися.

Матеріали: ватман, фарби.

Хід:

1. Створення спільного малюнка «Міст дружби».
2. Обговорення, як було працювати разом.
3. Рефлексія: «Що допомогло не посваритись?»

Результат: зміцнення соціальних зв'язків, зменшення конкурентності.

Заняття 8. «Казка про мир»

Мета: навчити ненасильницькому вирішенню конфліктів.

Матеріали: аркуші, кольорові олівці.

Хід:

1. Діти у групах вигадують казку про двох героїв, які посварились, але знайшли вихід.
2. Малюють ілюстрації до своєї казки.
3. Презентація.

Результат: розвиток креативності, мирного мислення, колективної відповідальності.

Заняття 9. «Лист своїй образі»

Мета: навчити проживати образу без агресії.

Матеріали: папір, конверти, олівці.

Хід:

1. Вправа «Лист образі» — написати або намалювати, чому боляче.
2. Потім діти «перетворюють» лист у щось добре (рвуть, ліплять серце, роблять колаж).
3. Обговорення почуттів.

Результат: зменшення емоційного напруження, звільнення від негативу.

Заняття 10. «Мій набір спокою»

Мета: формування навичок саморегуляції.

Матеріали: коробочки, кольоровий папір, фломастери.

Хід:

1. Створення «коробочки спокою» — символів, які допомагають заспокоїтись.

2. Вправа «Дихання свічка–квітка».

3. Рефлексія: «Що я можу зробити, коли злюсь?»

Результат: формування власних стратегій подолання злості.

Заняття 11. «Мої правила поваги»

Мета: розуміння меж і відповідальності.

Матеріали: ватман, кольорові маркери.

Хід:

1. Обговорення, що таке повага.

2. Створення плаката «Правила поваги у нашому класі».

3. Гра «Стоп – Пауза – Вибір» (рольові ситуації).

Результат: формування усвідомлення наслідків власних дій, розвиток самоконтролю.

Заняття 12. Підсумкове. «Ми змінилися!»

Мета: закріплення позитивних змін і завершення програми.

Матеріали: виставка робіт, кольорові смайли, ватман.

Хід:

1. Міні-виставка робіт дітей («Мій шлях спокою»).

2. Обговорення: «Що я дізнався про себе?»

3. Підсумкова вправа «Дерево спокою» — кожен прикріплює листочок із своїм досягненням.

4. Повторна діагностика (методики «Кактус» і Басса–Даркі).

Результат: усвідомлення власних змін, позитивне завершення групового процесу.

3.3. Практичні рекомендації для батьків дітей з профілактики агресивної поведінки

На підставі аналізу сучасних підходів до корекції агресивної поведінки та результатів власного експериментального дослідження було розроблено практичні рекомендації для батьків, спрямовані на попередження виникнення агресії та розвиток соціально прийнятної поведінки у дітей.

Створення сприятливого емоційного середовища. Емоційна атмосфера в сім'ї є ключовим фактором профілактики агресивності. Дослідження показують, що теплі, довірливі стосунки з батьками знижують рівень тривожності та агресивних проявів у дітей [3].

Рекомендації для батьків:

1. підтримувати відкрите спілкування з дитиною;
2. висловлювати увагу та турботу до емоцій дитини;
3. встановлювати зрозумілі правила поведінки, дотримання яких є обов'язковим, але добровільним;
4. уникати фізичного покарання та приниження.

Розпізнавання та керування емоціями. Навчати дитину розпізнавати свої емоції та давати їм назву допомагає усвідомити власні реакції та зменшити агресивні прояви [4].

Практичні рекомендації:

1. пояснювати дитині, що її емоції – природні, і показувати, як висловлювати їх без насильства;
2. використовувати художні засоби (малювання, ліплення, казкотерапія) для випуску негативних емоцій;
3. демонструвати на власному прикладі, як конструктивно реагувати на конфлікти.

Розвиток навичок самоконтролю та саморегуляції. Саморегуляція є ефективним механізмом запобігання агресивній поведінці [6].

4. навчати дитину технікам релаксації: глибокому диханню, ауторелаксації, уявним подорожам;

5. пояснювати наслідки агресивної поведінки та важливість контролю емоцій;

6. розігрувати разом сценарії конструктивної поведінки у конфліктних ситуаціях.

Використання ігрових та творчих методів. Ігрові та арт-терапевтичні методики сприяють розвитку емпатії та зниженню агресивних реакцій [5]. До рекомендованих вправ належать: сюжетно-рольові ігри; малювання та аплікації; музична терапія та казкотерапія; психогімнастика, рухливі ігри, техніки тілесно-орієнтованої терапії.

Заохочення позитивної поведінки. Позитивне підкріплення допомагає формувати конструктивну поведінку.

Рекомендації:

1. відзначати прояви співпраці, самоконтролю та допомоги іншим;
2. створювати ситуації, у яких дитина може проявляти доброту та турботу;

3. використовувати системи нагород та позитивні афірмації для мотивації до конструктивної поведінки.

Своєчасне виявлення і контроль проявів агресії дозволяють запобігти їх закріпленню:

1. звертати увагу на зміни у поведінці та емоціях;
2. при систематичних агресивних проявах консультуватися з психологом;

3. координувати дії з педагогами для створення єдиної системи профілактики.

Ефективність профілактики агресії зростає за умови взаємодії батьків та педагогів [17]: підтримувати регулярний контакт з учителями; узгоджувати

підходи до виховання та поведінки дитини; брати участь у розробці та реалізації ігрових та творчих вправ для розвитку соціальних навичок у класі.

Таким чином, комплексне використання наведених методів і підходів, спрямованих на емоційне виховання, розвиток саморегуляції та конструктивного спілкування, сприятиме зниженню проявів агресивної поведінки у молодших школярів і формує стійкі соціально прийнятні моделі поведінки.

Рекомендації щодо профілактики та корекції агресивної поведінки:

- Формування позитивного психологічного клімату у сім'ї та школі: проведення тренінгів для батьків щодо ефективної комунікації та емоційної підтримки дітей; створення дружнього шкільного середовища, де конфлікти вирішуються конструктивно.
- Розвиток навичок емоційної саморегуляції та соціальних компетенцій у дітей: навчання технік самоконтролю, управління гнівом та стресом; аняття з розвитку емпатії, вміння вислухати, співпрацювати та адекватно реагувати на конфлікти.
- Обмеження негативного медіа-впливу та контроль за іграми: обмеження часу перегляду мультфільмів та відеоігор із сценами насильства; рекомендації для батьків щодо відбору позитивного та розвивального контенту.
- Педагогічна підтримка та профілактичні програми в школі: використання методів тайм-аутів, позитивного підкріплення та поміркованих покарань; інтеграція у навчальний процес програм розвитку соціальної компетентності, колективних ігор та тренінгів щодо вирішення конфліктів.
- Індивідуальна робота з дітьми, схильними до агресії: психологічні консультації та корекційні заняття; використання проєктивних методик для виявлення внутрішньої напруги та емоційних проблем; співпраця з батьками для створення узгодженого підходу до виховання та підтримки дітей.

Впровадження цих заходів дозволить знизити рівень агресивності, сформувати здорові комунікативні навички, підвищити емоційну стабільність дітей та створити умови для їх гармонійного розвитку як особистостей [8].

Розроблена програма, побудована на принципах арттерапії, створила безпечні умови для самовираження дітей, допомогла їм усвідомити власні емоції, навчитися регулювати їх і знаходити прийнятні способи вираження злості без агресії. У процесі занять діти отримали досвід емпатійного спілкування, навчилися розуміти почуття інших, конструктивно вирішувати конфлікти та співпрацювати в колективі.

Аналіз результатів показав позитивну динаміку за всіма використаними показниками. Після завершення програми кількість дітей із високим рівнем агресивності зменшилася майже вдвічі, зросла частка дітей із низьким рівнем агресивності, а прояви фізичної та вербальної агресії значно знизилися. Змістовний аналіз дитячих малюнків («Кактус») засвідчив зменшення кількості агресивних символів і кольорів, натомість з'явилися образи миру, доброти, гармонії.

Спостереження у шкільному середовищі підтвердили покращення соціальної адаптації дітей: зменшилася кількість конфліктів, збільшилася кількість просоціальних дій, підвищився рівень самоконтролю та позитивної комунікації з однолітками.

Таким чином, запропонована програма має як корекційний, так і профілактичний ефект, оскільки не лише знижує рівень агресивності, а й формує у дітей навички емоційної регуляції, співпраці, відповідальності та взаємоповаги. Отримані результати дозволяють рекомендувати програму для використання в роботі практичних психологів у початковій школі як ефективний засіб профілактики й корекції агресивної поведінки молодших школярів.

ВИСНОВКИ

Проблема агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку належить до числа найактуальніших у сучасній психологічній науці та практиці. Період молодшого шкільного віку є критичним етапом формування емоційно-вольової сфери, соціальних навичок та моральних орієнтирів, тому своєчасне виявлення та корекція агресивних проявів має важливе значення для гармонійного розвитку особистості дитини.

Метою даного дослідження було теоретично обґрунтувати, емпірично дослідити та апробувати програму профілактики й корекції агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку засобами арттерапії. Відповідно до поставленої мети у роботі було вирішено такі завдання:

- проаналізовано теоретичні засади вивчення агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку;
- емпірично досліджено особливості прояву агресивних реакцій у дітей цієї вікової групи;
- розкрито зміст і проаналізовано сучасні концепції та методи профілактики й корекції агресивних проявів у дітей;
- розроблено програму профілактики й корекції агресивної поведінки з використанням методів арттерапії.

На основі аналізу наукових джерел з'ясовано, що агресія є багатовимірним явищем, яке проявляється у фізичній, вербальній, непрямій і внутрішній формах. У психологічному аспекті агресивна поведінка розглядається як результат взаємодії біологічних, емоційних і соціальних чинників. Важливу роль у її формуванні відіграють емоційна нестабільність, імпульсивність, низький рівень розвитку емпатії, неадекватні методи виховання, порушення у дитячо-батьківських стосунках, а також несприятливий мікроклімат у шкільному колективі.

У ході теоретичного дослідження встановлено, що ефективність профілактики агресії у дітей значною мірою залежить від системного підходу,

який поєднує психодіагностику, індивідуальну та групову психокорекцію, педагогічну профілактику і співпрацю з батьками. Одним із найбільш результативних напрямів сучасної корекційної роботи є арттерапія, яка забезпечує безпечне емоційне розвантаження, формує здатність до самовираження, знижує рівень тривожності, допомагає усвідомлювати власні емоції та переживання, а також сприяє розвитку емпатії й комунікативних навичок.

Емпірична частина дослідження була проведена на базі початкової школи «Незламна» у місті Вроцлав. Вибірку склали 30 дітей віком від 7 до 9 років. Для отримання об'єктивних результатів застосовано комплекс психодіагностичних методик: проективну методику «Кактус» для виявлення внутрішньої напруги та агресивності; опитувальник Басса–Даркі для визначення рівня та форм агресії; анкетування батьків і вчителів з метою зіставлення проявів поведінки вдома і в школі; а також систематичне педагогічне спостереження.

Первинні результати показали, що високий рівень агресивності спостерігався у 23,3% дітей, помірний — у 46,7%, низький — у 30%. Аналіз малюнків за методикою «Кактус» виявив у багатьох дітей агресивні символи (великі колючки, темні кольори, злі обличчя), що свідчить про внутрішню напругу, емоційне напруження і труднощі в саморегуляції. Дані опитувальника Басса–Даркі підтвердили наявність як фізичної, так і вербальної агресії у значної частини вибірки.

На основі отриманих результатів було розроблено арттерапевтичну програму корекції та профілактики агресивної поведінки, спрямовану на розвиток емоційної компетентності, самоконтролю, комунікативних умінь та емпатійного ставлення до інших. Програма включала 12 занять тривалістю 40–45 хвилин кожне, які реалізовувалися у малих групах. Основними методами виступали малювання, ліплення, робота з кольором і формою, колаж, створення історій, рольові ігри та вправа з казкотерапії. У процесі роботи діти поступово вчилися розпізнавати й називати свої емоції, знаходити

конструктивні способи вираження злості, розвивати співчуття, толерантність і вміння діяти спільно.

Після завершення програми проведено повторну діагностику. Виявлено суттєве зниження рівня агресії: високий рівень агресивності зменшився з 23,3% до 10%, помірний — із 46,7% до 36,7%, тоді як низький рівень зріс до 53,3%. Аналіз повторних малюнків засвідчив зменшення кількості темних кольорів, різких ліній і символів агресії, натомість з'явилися елементи доброзичливості, гармонії, позитивного самосприйняття.

Також за результатами спостережень учителів і батьків відзначено позитивні зміни у поведінці дітей: зменшилася кількість конфліктів, покращилася взаємодія з однолітками, зросла здатність до самоконтролю, діти частіше проявляли співчуття та взаємопідтримку.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що запропонована арттерапевтична програма є ефективним інструментом як для корекції, так і для профілактики агресивної поведінки у молодших школярів. Її реалізація сприяє не лише зниженню агресії, а й формуванню позитивної Я-концепції, розвитку комунікативних навичок, соціальної активності та емоційної зрілості.

Практичне значення проведеного дослідження полягає у можливості використання розробленої програми в роботі практичних психологів, педагогів та соціальних працівників у закладах освіти. Матеріали дослідження можуть бути основою для створення індивідуальних і групових корекційних занять, спрямованих на профілактику емоційних порушень, агресії, тривожності та розвитку просоціальної поведінки.

Таким чином, поставлена мета дослідження досягнута і виконані поставлені завдання, що дозволило підтвердити гіпотезу про те, що системна психокорекційна робота, заснована на принципах арттерапії, є ефективним засобом зниження агресивності у дітей молодшого шкільного віку.

Узагальнюючи результати, можна сформулювати такі основні положення:

1. Агресивна поведінка молодших школярів зумовлюється поєднанням внутрішніх (емоційних, характерологічних) і зовнішніх (соціальних, сімейних, педагогічних) чинників. Найефективнішими є профілактичні програми, що передбачають розвиток емоційного інтелекту, формування навичок спілкування, розв'язання конфліктів і саморегуляції.

2. Арттерапія як метод психологічного впливу є дієвим інструментом зниження агресії та розвитку особистісної гармонії.

3. Запропонована програма може бути використана у практиці шкільного психолога для індивідуальної та групової роботи, а також інтегрована у виховні заходи початкової школи.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективним напрямом подальших наукових пошуків вирішення проблеми є розширення вікової вибірки, дослідження гендерних особливостей агресії, аналіз впливу сімейного виховання на агресивність дитини, а також розроблення індивідуальних арттерапевтичних програм для дітей з різними типами емоційних порушень.

Отже, результати магістерської роботи підтверджують доцільність і ефективність застосування арттерапевтичних методів у системі психологічної допомоги молодшим школярам, що відкриває широкі можливості для подальшого вдосконалення профілактичної та корекційної практики у сучасній школі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальні проблеми дитячої психології: монографія / за ред. В. В. Давидова. – К. : Наук. світ, 2019. – 272 с.
2. Андерсон К. А. Агресія та насильство: соціально-когнітивний підхід / пер. з англ. – К. : Основи, 2017. – 320 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн. Кн. 1. Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2003. – 280 с.
4. Бірквест К. Психологічні методики діагностики агресії у дітей / К. Бірквест. – М. : Психологія, 2008. – 95 с.
5. Герсгофф Е. Т., Гроган-Кейлор А. Вплив тілесних покарань на розвиток дітей: метааналіз досліджень // Психологія і суспільство. – 2016. – № 1. – С. 45–59.
6. Дукаревич М. Малюнок неіснуючої тварини як метод дослідження та корекції поведінки дитини / М. Дукаревич. – К., 2004. – 120 с.
7. Євтушенко В. В. Психологія профілактики агресивних проявів у дітей молодшого шкільного віку // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологія». – 2019. – Вип. 1(19). – С. 62–63.
8. Клименко І. В. Психокорекційні програми у роботі з молодшими школярами: теорія і практика. – Харків : Основа, 2020. – 152 с.
9. Кудрявцева Є. В. Агресивна поведінка молодших школярів: психолого-педагогічні чинники // Психологія: реальність і перспективи. – 2020. – № 15. – С. 55–62.
10. Матюшина Ю. В. Психологія профілактики агресивних проявів у дітей молодшого шкільного віку // Вісник психології. – 2021. – № 2(18). – С. 79–83.
11. Мечет О. Практичні методи корекції агресивної поведінки у молодших школярів / О. Мечет. – Вроцлав, 2023. – 58 с.

12. Мізерна О. О. Психологічні особливості прояву агресії у дітей підліткового віку : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / О. О. Мізерна. – Київ, 2015. – 20 с.
13. Пономарьова Т. О. Дитяча агресія як наслідок дисгармонійних взаємин у родині // Психологічний журнал. – 2016. – № 2. – С. 103–109.
14. Руденок А. І., Євстігнєєва І. В. Теоретичний аналіз чинників, які впливають на появу агресивної поведінки дітей раннього віку // *Psychology Travelogs*. – 2021. – Iss. 2. – P. 173–180.
15. Савченко О. Я. Психологічні аспекти профілактики агресії у дітей молодшого шкільного віку. – Київ : Педагогічна думка, 2018. – 144 с.
16. Сазонова Т. Арт-терапія в роботі з дітьми / Т. Сазонова. – К., 2015. – 160 с.
17. Сазонова Т. Мистецтво як засіб творчого розвитку та корекції особистості. – Київ, 2017. – 198 с.
18. Семенова Н. М. Покарання у сімейному вихованні та його психологічні наслідки // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. – 2018. – Вип. 3(4). – С. 112–118.
19. Сердюкова О. В. Соціально-психологічні детермінанти агресивної поведінки молодших школярів // *Наука і освіта*. – 2020. – № 4. – С. 47–52.
20. Сорокіна В. В. Формування конструктивних моделей поведінки у дітей молодшого шкільного віку в умовах освітнього процесу // *Вісник Запорізького національного університету*. – 2022. – Вип. 5. – С. 94–100.
21. Аксан, Burcu, Ergun, Guler. *The effects of a social-emotional learning intervention on aggressive behaviors in children*. *Journal of Educational Research*. 2018. Vol. 111(4). p. 334–336.
22. Anderson, C. A., Bushman, B. J., & Gentile, D. A. *Media violence and youth behavior*. *Pediatrics*. 2015. Vol. 140, Suppl. 2. p. S142–S147.
23. Anderson, C. A., Gentile, D. A., & Buckley, K. *Media violence and youth aggression: Integrating findings across domains*. *Annual Review of Psychology*. 2017. Vol. 68. p. 323–349. Alavinezhad, R., Mousavi, M., & Sohrabi,

N. *Effects of Art Therapy on Anger and Self-Esteem in Aggressive Children*. Procedia – Social and Behavioral Sciences. 2014. Vol. 113. p. 111–117.

24. Amirian, S. M., & Fazilat-Pour, M. *Effectiveness of Intervention-Based Art Therapy Module on Anger Reduction in Aggressive Children*. South Asian Journal of Social Sciences and Humanities. 2021. Vol. 2(3). p. 55–68.

25. Appel, P. R., & Kim-Appel, D. *Art Therapy with Children in Educational Settings: A Developmental Approach*. The Arts in Psychotherapy. 2019. Vol. 65. p. 45–52.

26. Bradshaw, C. P., Waasdorp, T. E., & Leaf, P. J. *Positive Behavioral Interventions and Supports: Effects on school climate and student outcomes*. Journal of Positive Behavior Interventions. 2018. Vol. 20(1). p. 15–28.

27. Brooke, S. L. *Creative Arts Therapies Manual: A Guide to the History, Theoretical Approaches, Assessment, and Work with Special Populations of Art, Play, Dance, Music, Drama, and Poetry Therapies*. Springfield: Charles C. Thomas, 2015. 382 p

28. Brown, T. *Parenting and children's aggression: A developmental view*. Journal of Child Psychology and Psychiatry. 2021. Vol. 62(2). p. 128–133.

29. Case, C., & Dalley, T. *The Handbook of Art Therapy*. London: Routledge, 2014. 352 p.

30. Choi, J. Y., & Dobbs-Oates, J. *Parenting styles, emotion regulation, and child aggression: A comparative study*. Early Child Development and Care. 2021. Vol. 191(10). p. 1515–1527.

31. Choi, M. J., & Kim, S. Y. *The Effects of Drawing Therapy on Aggression and Stress in Preschool Children*. Early Child Development and Care. 2016. Vol. 186(12). p. 1960–1970.

32. Dacey, J. S., & Fiore, L. B. *Your Anxious Child: How Parents and Teachers Can Relieve Anxiety in Children*. San Francisco: Jossey-Bass, 2016. 272 p.

33. Di Norcia, A. *Representation of Friendship and Aggressive Behavior in Primary School Children*. *Frontiers in Psychology*. 2022. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.943813.
34. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., & Pachan, M. *A meta-analysis of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents*. *American Journal of Community Psychology*. 2017. Vol. 49(3-4). p. 294–309.
35. Evans, K. R., & Lester, J. N. *Restorative practices as a tool for reducing school violence: A systematic review*. *Journal of School Violence*. 2021. Vol. 20(4). p. 453–470.
36. Evans, R., Smith, J., & Parker, L. *Relaxation techniques in child psychology: Reducing aggression and anxiety*. *Child and Adolescent Mental Health*. 2019. Vol. 24(3). p. 145–152.
37. Gil, E. *The Healing Power of Play: Working with Abused Children*. New York: Guilford Press, 2017. 320 p
38. Gershoff, E. T., & Grogan-Kaylor, A. *Spanking and child outcomes: Old controversies and new meta-analyses*. *Journal of Family Psychology*. 2016. Vol. 30(4). p. 453–469.
39. Gentry, M. *Behavioral and emotional interventions for childhood aggression*. *Journal of Child Psychology*. 2019. Vol. 58(2). p. 201–214.
40. Hay, D. F. *Prosocial and Aggressive Behavior: A Longitudinal Study*. *Frontiers in Psychology*. 2021. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.764943.
41. Javdani, S., Sadeh, N., & Verona, E. *Aggression Replacement Training: Cognitive-behavioral intervention for aggression in youth*. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*. 2017. Vol. 22(1). p. 55–70.
42. Johnson, R., Smith, A., & Clark, D. *School context and aggressive behavior in childhood: Longitudinal evidence*. *Developmental Psychology*. 2021. Vol. 57(7). p. 1105–1114.
43. Karkou, V., & Glasman, J. *Arts Therapies: A Research-Based Map of the Field*. *The Arts in Psychotherapy*. 2018. Vol. 59. p. 65–70.

44. Karkou, V., Sanderson, P., & Vist, T. *Creative Approaches in Art Therapy with Children*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2022. 280 p.
45. Kendall, P. C. *Cognitive-behavioral therapy for children and adolescents: Treatment applications*. New York: Guilford Press, 2017. 374 p.
46. Landreth, G. L. *Play Therapy: The Art of the Relationship*. New York: Routledge, 2012. 432 p.
47. Leijten, P., Gardner, F., Landau, S., Harris, V., Mann, J., Hutchings, J., & Scott, S. *Parent Management Training interventions for reducing disruptive child behavior – a meta-analysis*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2018. Vol. 59(9). p. 981–993.
48. Lochman, J. E., & Wells, K. C. *The Coping Power program at the middle-school transition: Universal and indicated prevention effects*. *Psychology of Addictive Behaviors*. 2004. Vol. 18(3). p. 189–200.
49. Malchiodi, C. A. *Creative Interventions with Traumatized Children*. New York: Guilford Press, 2020. 320 p.
50. Markman, E. V. *Використання метода арттерапії в корекції емоційних порушень дітей дошкільного віку*. *Питання психології*. 2019. № 5. С. 89–94.
51. Martins, M., & Lopes, A. *Mindfulness-Based Art Therapy for Reducing Aggression and Increasing Empathy in School-Aged Children*. *Caspian Journal of Psychology*. 2021. Vol. 7(2). p. 44–52.
52. Moon, C. H. *Art-Based Group Therapy with Children: Emotional Regulation and Behavioral Change*. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. 2018. Vol. 35(2). p. 76–84.
53. Morawska, A., Dittman, C. K., & Sanders, M. R. *The effectiveness of time-out in parenting: A systematic review*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2019. Vol. 60(3). p. 294–306.
54. Najafi, M., & Esmaeili, R. *Effects of Painting Therapy on Aggression in Educable Intellectually Disabled Students*. *Psychology and Behavioral Sciences*. 2015. Vol. 4(2). p. 45–51.

55. Hay, D. F. *Prosocial and Aggressive Behavior: A Longitudinal Study*. // *Frontiers in Psychology*. – 2021. – Vol. 12. – DOI: 10.3389/fpsyg.2021.764943.
56. Peterson, L., & Harper, J. *The role of family environment in child aggression*. *Journal of Family Psychology*. 2019. Vol. 33(4). p. 512–520.
57. Rothbart, M. K. *Temperament and aggression*. In: Cacioppo, J. T., & Cacioppo, L. (Eds.). *The Neuroscience of Social Connection*. Academic Press, 2020. p. 79–92.
58. Rubin, J. A. *Approaches to Art Therapy: Theory and Technique*. New York: Routledge, 2016. 560 p.
59. Rubin, J. A. *Child Art Therapy: Understanding and Helping Children Grow through Art*. New York: Routledge, 2016. 400 p.
60. Sadeghi, M., & Khosravi, F. *Art Therapy for Psychosocial Problems in Children and Adolescents: A Review of Randomized Controlled Trials*. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*. 2020. Vol. 10(3). p. 79–87.
61. Shen, Liangqi; Jiang, Shan; Tan, Shilin. *The Effectiveness of School-Based Programs in Preventing and Reducing Aggressive Behavior in Children*. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. p. 6.
62. Slayton, S. C., D'Archer, J., & Kaplan, F. H. *Outcome studies on the efficacy of art therapy: A review*. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. 2019. Vol. 26(3). p. 108–118.
63. Sukhodolsky, D. G., Kassinove, H., & Gorman, B. S. *Behavioral Interventions for Reducing Aggression in Primary School-Aged Children: A Meta-Analysis of Controlled Studies*. *Frontiers in Psychology*. 2016. Vol. 7. p. 11.
64. Ulman, E., & Dachinger, P. *A Model for Art Therapy in Educational Settings with Children Who Behave Aggressively*. *The Arts in Psychotherapy*. 2018. Vol. 61. p. 67–74.
65. Wilson, K., & James, T. *School-Based Art Therapy as a Tool for Reducing Aggressive Behavior in Primary School Children*. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. p. 187–195.

66. Руденок А. І. Теоретичний аналіз чинників, які впливають на появу агресивної поведінки дітей раннього віку / А. І. Руденок, І. В. Євстігнєєва // Psychology Travelogs. – 2021. – Iss. 2. – Р. 173-180. Мізерна О. О. Психологічні особливості прояву агресії у дітей підліткового віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд психол. наук : 19.00.07. Київ, 2015. 20 с.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Анкета для батьків

Мета: Визначення особливостей прояву агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку.

Анкета анонімна. Отримані результати будуть використані лише в наукових цілях.

Інструкція: Оберіть одну відповідь або впишіть свій варіант, де це передбачено.

1. Вік вашої дитини:

6 років 7 років 8 років 9 років

2. Стать дитини:

Хлопчик Дівчинка

3. Чи помічали ви прояви агресії з боку вашої дитини?

Так, часто

Іноді

Дуже рідко

Ніколи

4. Які саме форми агресії проявляє ваша дитина (можна обрати кілька варіантів)?

Фізична (удари, штовхання, псує речі)

Вербальна (крики, образи, лайка)

Непряма (злі жарти, ігнорування, маніпуляції)

Самоагресія (звинувачує себе, шкодить собі)

Не спостерігалось

5. В яких ситуаціях найчастіше проявляється агресія?

У спілкуванні з однолітками

У школі (на уроках або перервах)

Вдома

У стресових ситуаціях (покарання, сварки)

Інше: _____

6. Як дитина реагує на зауваження або обмеження з вашого боку?

Ображається

Кричить або сперечається

Ігнорує

Заспокоюється після розмови

Інше: _____

7. Чи часто ваша дитина переглядає мультфільми, фільми або грає в ігри з елементами насильства?

Так, щодня

Іноколи

Ніколи

Не знаю

8. Як ви вважаєте, що є основною причиною агресивної поведінки вашої дитини?

Вплив середовища (друзі, школа)

Проблеми в родині

Особливості характеру дитини

ЗМІ, ігри

Інше: _____

9. Як ви зазвичай реагуєте на агресивну поведінку дитини?

Караю (позбавлення гаджетів, заборони)

Пояснюю, розмовляю

Ігнорую

Звертаюсь за допомогою (психолог, вчитель)

Інше: _____

10. На вашу думку, чи потрібна дітям спеціальна робота (заняття, тренінги) для навчання правильному вираженню емоцій?

Так

Ні

Важко відповісти

Дякуємо за участь у дослідженні!

Ваші відповіді допоможуть краще зрозуміти емоційний стан дітей і підтримати їх розвиток.

ДОДАТОК Б**Приклади занять****Заняття 1.**

Вправа-гра «Дізнайся про мене більше»

Мета: познайомити учнів між собою, створити доброзичливу атмосферу, розвинути комунікативні вміння.

Хід: психолог пропонує дітям коротко розповісти про свої захоплення, улюблені заняття, домашніх тварин. Ті учні, у яких є спільні ознаки, об'єднуються в міні-групи. Це допомагає розширити коло спілкування та зменшити тривожність у взаємодії.

Результат: розвиток комунікативних навичок, зниження рівня тривоги, попередження захисної агресивної реакції перед незнайомими людьми.

Заняття 2.

Вправа «Привітання-метафора».

Мета: встановлення емоційного контакту та розширення уявлень учнів про власний внутрішній світ.

Хід: кожна дитина вітається від імені вигаданої тварини чи персонажа (наприклад, «Я – білий ведмедик, який любить гратися в снігу»). Психолог ставить уточнюючі запитання щодо того, з ким «тварина» могла б дружити. Це дозволяє оцінити готовність дитини до соціальних контактів.

Результат: розвиток уяви, самопрезентації, усвідомлення власних рис та здатності до взаємодії.

Заняття 3.

Вправа «Агресія у кольорах і образах»

Мета: допомогти дітям візуалізувати агресію та знайти способи її трансформації.

Хід: дітям пропонується намалювати себе у вигляді героя мультфільму чи хижої тварини у момент злості. Після виконання малюнка відбувається

його обговорення, а також прослуховування вірша, що допомагає зняти напруження.

Результат: розвиток навичок самопізнання, зниження внутрішньої напруги, усвідомлення власних емоційних реакцій.

Заняття 4.

Вправа «Виявлення та звільнення від негативних емоцій»

Мета: допомогти учням усвідомити та проговорити свої емоції, звільнитися від скутості, викликаної агресією.

Інструменти: повітряні кульки, маркери.

Хід: кожному учневі пропонується надути кульку та намалювати на ній обличчя, що відображає його емоційний стан. Після завершення малювання діти показують кульки групі та описують емоції: «Я відчуваю злість, бо...». Потім кульки символічно відпускаються в повітря, що уявно позбавляє учнів негативних емоцій.

Результат: розвиток навичок самовираження, зниження внутрішньої напруги, формування усвідомленого контролю емоцій.

Заняття 5.

Вправа «Світ позитивних емоцій»

Мета: показати учням, як яскравим і приємним може бути внутрішній світ без агресії.

Інструменти: фарби, аркуш паперу, вода.

Хід: дітям пропонується уявити білий аркуш як символ свого внутрішнього світу та заповнити його позитивними емоціями (радість, сміх, спокій) за допомогою кольорового малювання пальцями. Після завершення малюнку психолог обговорює з дітьми їхні відчуття та надає можливість проявити емоції (спів, сміх, рух).

Результат: розвиток емоційної гнучкості, усвідомлення позитивних емоцій, зниження агресивних проявів.

Заняття 6.

Вправа «Вплив агресивної та доброзичливої поведінки на оточення»

Мета: продемонструвати учням вплив агресивної поведінки на оточуючих та навчити аналізувати свої дії.

Інструменти: маски, музичний супровід.

Хід: учні об'єднуються в пари та по черзі виконують ролі героїв із різною поведінкою: агресивною та доброзичливою. Один учень демонструє поведінку персонажа, інший – реакцію на неї. Після цього ролі змінюються.

Обговорення: учні аналізують, як поведінка персонажа впливає на інших, що відчують оточуючі, та пропонують способи позитивного впливу.

Результат: розвиток емпатії, здатності оцінювати наслідки власних дій, формування навичок конструктивної поведінки.



Звіт подібності

Метадані

Назва організації

Melitopol State Pedagogical University named after V.Khmelnyskyi

Заголовок

Роздольська магістерська робота

Автор

Науковий керівник / Експерт

РоздольськаОлександр Непша

підрозділ

Melitopol State Pedagogical University named after V.Khmelnyskyi

Обсяг знайдених подібностей

Коефіцієнт подібності визначає, який відсоток тексту по відношенню до загального обсягу тексту було знайдено в різних джерелах. Зверніть увагу, що високі значення коефіцієнта не автоматично означають плагіат. Звіт має аналізувати компетентна / уповноважена особа.



13165

Кількість слів



102721

Кількість символів