МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

бакалавра

на тему: **«СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ»**

Виконала: студентка 4 курсу, групи 6.2312-сп-з
спеціальності 231 «Соціальна робота»
освітньої програми «Соціальна педагогіка»
Т. А. Куцаконь

Керівник: доцент кафедри соціальної педагогіки
та спеціальної освіти, кандидат педагогічних наук
доцент Ю. Р. Мацкевіч

Рецензент:_____
_____
(посада, вчене звання, науковий ступінь, ініціали, прізвище)

Запоріжжя
2026

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра соціальної педагогіки та спеціальної освіти
Рівень вищої освіти бакалаврський
Спеціальність 231 «Соціальна робота»
Освітньо-професійна програма «Соціальна педагогіка»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри _____
«____»_____2026 р.

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

Куцаконь Тетяні Анатоліївні
(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема роботи «Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану в Україні»
керівник роботи Мацкевіч Юліана Рафаїлівна, канд. пед. наук, доцент
(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)
затверджені наказом ЗНУ від «08» грудня 2025 року № 1780-с

2. Строк подання студентом роботи 30 квітня 2026 р.

3. Вихідні дані до роботи наукова та науково-методична література, матеріали науково-практичних конференцій з досліджуваних питань; матеріали практики соціального педагога

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) розкрити сутність, види та фактори формування агресивної поведінки підлітків у соціально-педагогічному вимірі; визначити вплив воєнного стану в Україні на психоемоційний стан і соціальну поведінку підлітків; охарактеризувати основні напрями, зміст, форми та методи соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків; виявити особливості профілактичної роботи з підлітками в умовах воєнного стану; розробити програму соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану та методичні рекомендації щодо її впровадження

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) _____

_____
_____

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Мацкевіч Ю. Р.		
Розділ 1	Мацкевіч Ю. Р.		
Розділ 2	Мацкевіч Ю. Р.		
Висновки	Мацкевіч Ю. Р.		
Додатки	Мацкевіч Ю. Р.		

7. Дата видачі завдання 01 січня 2026 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень	виконано
2	Написання вступу	лютий	виконано
3	Написання першого розділу	лютий–березень	виконано
4	Написання другого розділу	березень–квітень	виконано
5	Написання висновків	квітень	виконано
6	Оформлення додатків	квітень–травень	виконано
7	Оформлення роботи, рецензування	травень	виконано
8	Захист	травень	

Студент _____ Куцаконь Т. А.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Керівник роботи _____ Мацкевіч Ю. Р.
(підпис) (прізвище та ініціали)

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ Мацкевіч Ю. Р.
(підпис) (прізвище та ініціали)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 45 с., 38 джерел, 1 додаток.

Об’єкт дослідження – агресивна поведінка підлітків.

Предмет дослідження – соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати зміст, форми та методи соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану та розробити програму такої профілактики для роботи соціального педагога в закладі загальної середньої освіти.

Методи дослідження: аналіз і синтез наукової літератури, систематизація та узагальнення підходів до вивчення агресивної поведінки та її профілактики, порівняння поглядів різних авторів, теоретичне моделювання.

Теоретичне значення роботи полягає в систематизації наукових підходів до визначення сутності, видів і чинників агресивної поведінки підлітків та обґрунтуванні особливостей соціально-педагогічної профілактики в умовах воєнного стану з опорою на травмочутливий підхід.

Практичне значення роботи полягає в розробленні програми соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків (8 тренінгових занять) та методичних рекомендацій для соціальних педагогів щодо її впровадження.

Галузь використання: заклади загальної середньої освіти, центри соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, психологічні служби, заклади підготовки соціальних педагогів і соціальних працівників.

АГРЕСИВНА ПОВЕДІНКА, ПІДЛІТКИ, СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА, ВОЄННИЙ СТАН, СОЦІАЛЬНИЙ ПЕДАГОГ, ТРЕНІНГОВІ ЗАНЯТТЯ, ЕМОЦІЙНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ, РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ, ТРАВМОЧУТЛИВИЙ ПІДХІД, ЗАКЛАД ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.

SUMMARY

Kutsakon T. A. Social and Pedagogical Prevention of Aggressive Behavior of Adolescents under Martial Law in Ukraine.

The qualification work consists of an introduction, 2 sections, findings, a list of references (38 items, 1 of foreign origin) and 1 appendix on 15 pages. The qualification work volume is 64 pages, 39 of them – main text.

The research object is the aggressive behavior of adolescents.

The research subject – the social and pedagogical prevention of aggressive behavior of adolescents under martial law in Ukraine.

The aim of the study is to substantiate theoretically the content, forms, and methods of social and pedagogical prevention of aggressive behavior of adolescents under martial law in Ukraine and to develop a prevention program for social educators in general secondary education institutions.

The tasks of the qualification work:

1) to define the essence, types, and factors of aggressive behavior in adolescents in the social and pedagogical dimension;

2) to examine the impact of martial law in Ukraine on the psycho-emotional state and social behavior of adolescents as a factor increasing aggressive manifestations;

3) to characterize the main directions, content, forms, and methods of social and pedagogical prevention of aggressive behavior of adolescents;

4) to identify the specific features of social and pedagogical preventive work with adolescents under martial law;

5) to develop a program of social and pedagogical prevention of aggressive behavior of adolescents under martial law and to formulate methodological recommendations for social educators in general secondary education institutions.

To solve the tasks, theoretical research methods were used: analysis and synthesis of scientific literature on social pedagogy and social work; systematization

and generalization of approaches to defining the essence of aggressive behavior and its prevention; comparison of different authors' views; theoretical modeling for developing the prevention program.

Section 1 “Theoretical Foundations of Social and Pedagogical Prevention of Aggressive Behavior of Adolescents under Martial Law” analyzes the theoretical background of the problem. Aggressive behavior is defined as motivated destructive behavior that contradicts social norms and causes harm. The key forms (verbal, physical, indirect), types (hostile and instrumental), and main factors contributing to aggressive behavior in adolescents are identified. The impact of martial law on adolescents’ psycho-emotional state is examined: prolonged stress, traumatic experiences, forced displacement, and distance learning significantly increase the risk of aggressive manifestations.

Section 2 “Directions and Technologies of Social and Pedagogical Prevention of Aggressive Behavior of Adolescents under Martial Law” characterizes the main directions and content of prevention: formation of social and communication skills, development of emotional self-regulation, formation of value orientations toward nonviolent behavior, work with families, organization of meaningful leisure. The specific features of preventive work under martial law are identified: trauma-informed approach, creation of a safe space, restoration of social contacts, use of distance formats, development of resilience.

A comprehensive program of social and pedagogical prevention of aggressive behavior of adolescents under martial law has been developed and presented. The program consists of 8 group training sessions (1–1.5 hours each) for groups of 10–15 students in grades 7–9 and is intended for implementation by a social educator in a general secondary education institution. Methodological recommendations for social educators regarding program implementation are formulated.

Keywords: aggressive behavior, adolescents, social and pedagogical prevention, martial law, social educator, training sessions, emotional self-regulation, resilience, trauma-informed approach, general secondary education institution.

ЗМІСТ

Вступ 8
Розділ 1. Теоретичні основи соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану 12
1.1. Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків як наукова проблема 12
1.2. Агресивна поведінка підлітків: сутність, види, фактори формування у підлітковому віці 17
1.3. Вплив воєнного стану в Україні на психоемоційний стан і соціальну поведінку підлітків 22
Розділ 2. Напрями і технології соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану 26
2.1. Основні напрями та зміст соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків 26
2.2. Особливості соціально-педагогічної профілактичної роботи з підлітками в умовах воєнного стану 31
2.3. Програма соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану 38
Висновки 43
Список використаних джерел 46
Додатки 50

ВСТУП

Поширення агресивної поведінки серед підлітків залишається однією з найгостріших соціально-педагогічних проблем сучасної України. В умовах повномасштабної війни ця проблема набуває особливої гостроти: тривалий стрес, втрата близьких, вимушене переселення, дистанційне навчання, інформаційний тиск і нестабільність повсякденного життя суттєво впливають на психоемоційний стан підлітків і провокують зростання різних форм агресивних проявів: фізичних, вербальних, непрямих, аутоагресивних. За даними ЮНІСЕФ, значна частина українських підлітків переживає тривалий емоційний стрес, повідомляє про відчуття безнадії та потребує системної соціально-педагогічної підтримки [38].

Підлітковий вік сам по собі є кризовим періодом, в якому відбувається формування ціннісних орієнтацій, моральних уявлень, способів взаємодії з оточенням. Накладання вікової кризи на ситуацію воєнного стану створює умови, за яких традиційні форми реагування на стрес перестають працювати, а підліток не завжди має внутрішні ресурси і соціальні навички, щоб конструктивно опанувати власні емоції. Саме тому соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків в умовах війни виходить за межі звичної просвітницької роботи та потребує комплексного, системного підходу із залученням сім’ї, школи, громади та фахівців соціальної сфери.

Соціальна значущість проблеми визначається тим, що агресивна поведінка підлітків руйнує безпечне освітнє середовище, погіршує стосунки в сім’ї та класному колективі, ускладнює соціалізацію молодого покоління і за відсутності своєчасної профілактики може закріплюватися як стійкий стиль поведінки в дорослому віці. Для науки актуальність дослідження зумовлена потребою в осмисленні специфіки соціально-педагогічної профілактики саме в умовах воєнного стану – ситуації, з якою українська соціальна педагогіка системно не стикалася і яка вимагає переосмислення наявних підходів. Для

практики ця проблема значуща тому, що соціальні педагоги закладів освіти потребують чітких орієнтирів, змісту, форм і методів роботи з підлітками в кризовій ситуації – таких, що ґрунтуються на принципах профілактики, а не тільки на реагуванні на вже сформовані прояви агресії.

Різні аспекти проблеми агресивної поведінки та її профілактики висвітлено у працях українських дослідників. Сутність агресії та агресивної поведінки, їх види і фактори формування у підлітковому віці розглядали Н. Бафталовська [3], В. Іванова [12], Т. Карпінська [15], С. Кравчук [16], А. Мелоян [17], В. Павелків [20; 21; 22; 23; 24], А. Яковенко [36]. Соціально-педагогічні засади роботи з підлітками з агресивною поведінкою обґрунтовано у дослідженнях О. Безпалько [4], І. Богданової [6], Р. Вайноли [7], Н. Жигайло [8], А. Капської [13; 14], В. Поліщук [25], Л. Тюпті [33]. Питанням профілактики та корекції агресивних проявів у підлітків присвячено праці Т. Журавель [9; 11], Л. Зінченко [10], О. Мізерної [19], Г. Хоменко [34], Н. Щербак [35]. Окремі аспекти соціально-педагогічної підтримки дітей в умовах війни висвітлено у методичних розробках сучасних українських авторів [27; 28].

Водночас аналіз наукової літератури свідчить про те, що проблема соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків саме в умовах воєнного стану в Україні залишається недостатньо розробленою. Наявні наукові розвідки переважно стосуються мирного часу, а в кризових умовах потребують суттєвого переосмислення – як з огляду на нові фактори формування агресивної поведінки (травматичний досвід, переселення, дистанційне навчання), так і з огляду на нові умови роботи соціального педагога (онлайн-формат, обмежений ресурс, потреба в травмочутливому підході). Саме недостатня розробленість змісту, форм і методів соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану і зумовила вибір теми кваліфікаційної роботи.

Об’єкт дослідження – агресивна поведінка підлітків.

Предмет дослідження – соціально-педагогічна профілактика агресивної

поведінки підлітків в умовах воєнного стану.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати зміст, форми та методи соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану та розробити програму такої профілактики для роботи соціального педагога в закладі загальної середньої освіти.

Завдання дослідження:

1) на основі аналізу наукової літератури розкрити сутність, види та фактори формування агресивної поведінки підлітків у соціально-педагогічному вимірі;

2) визначити вплив воєнного стану в Україні на психоемоційний стан і соціальну поведінку підлітків як чинник зростання агресивних проявів;

3) охарактеризувати основні напрями, зміст, форми та методи соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків;

4) виявити особливості соціально-педагогічної профілактичної роботи з підлітками в умовах воєнного стану;

5) розробити методичні рекомендації для соціальних педагогів закладів загальної середньої освіти щодо впровадження програму соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану.

Методи дослідження. Для розв’язання поставлених завдань використано комплекс теоретичних методів: аналіз і синтез наукової літератури із соціальної педагогіки, соціальної роботи та суміжних галузей; систематизація і узагальнення підходів до визначення сутності агресивної поведінки та її соціально-педагогічної профілактики; порівняння поглядів різних авторів на зміст, форми та методи профілактичної роботи; метод теоретичного моделювання – для розроблення програми соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану.

Теоретичне значення дослідження полягає в систематизації та узагальненні наукових підходів до визначення сутності, видів і чинників агресивної поведінки підлітків, у конкретизації змісту соціально-педагогічної

профілактики такої поведінки в умовах воєнного стану та в обґрунтуванні особливостей профілактичної роботи соціального педагога з підлітками у кризовій ситуації.

Практичне значення дослідження полягає в розробленні програми соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану, що включає тематичний план занять, методичні рекомендації для соціальних педагогів та опис форм і методів роботи. Матеріали роботи можуть бути використані соціальними педагогами закладів загальної середньої освіти, фахівцями центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, психологічних служб, а також у підготовці майбутніх соціальних педагогів і соціальних працівників.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (38 найменувань) та додатка. Загальний обсяг роботи становить 64 сторінки.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

1.1. Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків як наукова проблема

Агресивна поведінка підлітків є однією з найгостріших соціально-педагогічних проблем сучасної України. У переломний період існування держави, в умовах воєнного стану, інформаційного перевантаження та соціальної нестабільності зростає кількість проявів фізичної, вербальної та непрямої агресії серед молоді, що негативно впливає на її соціалізацію, міжособистісні стосунки та становлення особистості. Саме тому розроблення та впровадження ефективної системи соціально-педагогічного профілактичного впливу, спрямованого на попередження агресивних проявів у підлітковому середовищі, набуває особливого значення [22, с. 217].

У період підлітковості заклад загальної середньої освіти стає для дитини головним соціальним інститутом, що забезпечує формування особистості у процесі навчання, виховання, перебування в класному колективі, спілкування з однолітками й педагогами. На жаль, реальність сьогодення засвідчує, що випадки жорстокої та агресивної поведінки в учнівському середовищі стають дедалі частішими. Розуміння того, що підліток здатен через прояви агресії встановлювати міжособистісні контакти, вирішувати власні проблеми та домагатися поваги однолітків, висуває перед фахівцями соціальної сфери завдання впроваджувати дієві засоби профілактики такого соціально небезпечного явища.

Термін профілактика (від грец. prophylaktikos – запобіжний) поширений у багатьох галузях знань і в широкому сенсі тлумачиться як дії або механізми, що

вживаються для недопущення певних відхилень [37, с. 102]. У понятійно-термінологічному словнику для підготовки спеціалістів соціальної сфери поняття «профілактика» визначається як науково обґрунтовані та своєчасно впроваджені дії, спрямовані на попередження ймовірних фізичних, психологічних або соціальних колізій у окремих індивідів групи ризику, збереження, підтримання та захист нормального рівня життя і здоров'я людей, сприяння їм у досягненні поставлених цілей та розкритті їх внутрішніх потенціалів [26, с. 87]. Отже, основними характеристиками профілактики є своєчасність, недопущення можливих відхилень та сприяння нормальному розвитку особистості.

У теорії соціальної педагогіки та соціальної роботи можна виділити два основні підходи до розуміння терміна профілактики. У межах першого підходу профілактику розглядають як сукупність заходів, спрямованих на попередження, обмеження та нейтралізацію негативних явищ у соціальному середовищі (Н. Жигайло [8], Л. Тюптя [33], Н. Щербак [35], Н. Якса [37]). Другий підхід трактує профілактику як напрям соціально-педагогічної роботи, що спрямований на попередження проблемних ситуацій у житті людини та недопущення негативного впливу на її розвиток (О. Безпалько [4], Т. Веретенко [30], А. Капська [13]). Обидва підходи доповнюють один одного і дають змогу розглядати профілактику як цілісну систему попереджувальних дій.

Визначення сутності профілактики агресивної поведінки підлітків як соціально-педагогічної проблеми неможливе без аналізу поняття соціально-педагогічної діяльності. А. Капська тлумачить соціально-педагогічну діяльність як надання допомоги тим, хто потрапив у складні життєві обставини, шляхом матеріально-фінансової, морально-правової, соціально-педагогічної підтримки [13, с. 56]. Звідси випливає, що мета соціально-педагогічної діяльності у закладі загальної середньої освіти – сприяння дитині у вирішенні проблем, які виникають у процесі її розвитку та соціалізації. Соціальну педагогіку дослідниці О. Безпалько, І. Звєрєва, Т. Веретенко визначають як галузь, що забезпечує успішну соціалізацію особистості та формування соціально-

схвалюваного способу поведінки [30, с. 14].

Аналіз наукової літератури дає підстави визначити соціально-педагогічну профілактику агресивної поведінки підлітків як комплекс індивідуальних та колективних заходів, спрямованих на особистість підлітка та її найближче соціальне оточення з метою недопущення розвитку негативних тенденцій у поведінці, формування соціально-позитивних рис і якостей, нейтралізації негативного впливу соціуму та переорієнтації особистості у процесі виховання. Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків у закладі загальної середньої освіти має розглядатися як окремий напрям соціально-педагогічної діяльності, що пов'язує формування особистісних рис підлітка з умовами його позитивної соціалізації та безконфліктної міжособистісної взаємодії.

Огляд зарубіжного досвіду свідчить про існування різних напрямів профілактики, які впроваджуються у різних країнах: медико-соціального (США); організаційно-адміністративного (Італія, Швеція); правового (Велика Британія, Данія, Швеція); педагогічного (Німеччина, США); економічного. Профілактика агресивної поведінки підлітків реалізується переважно у змісті педагогічного напряму соціальної профілактики, який передбачає формування соціально-схвалюваної системи цінностей, норм поведінки та контроль за їх дотриманням [14, с. 67].

Ефективність профілактичного впливу залежить від адекватного сприйняття проблеми та доцільності використання методів і засобів роботи на різних рівнях її здійснення. Вітчизняні дослідники (О. Безпалько, А. Капська, Л. Тюптя) виділяють такі рівні профілактики агресивної поведінки підлітків: загальносуспільний, що передбачає діяльність держави, суспільства та їхніх інститутів, спрямовану на вирішення певних протиріч у житті людини; соціальний рівень, який характеризується цілеспрямованим впливом на негативні фактори, що породжують виникнення агресивної поведінки школярів; індивідуальний рівень, який передбачає роботу з конкретним підлітком, поведінка якого характеризується вираженими агресивними

проявами [4, с. 124; 33, с. 217].

Профілактика агресивної поведінки підлітків у роботі соціального педагога повинна мати чітку структуру, яка передбачає: 1) постановку та дослідження проблеми, планування діяльності, організаційну і методичну підготовку; 2) вплив на особистість як профілактичну інтервенцію – підвищення ресурсів особистості, розвиток якостей, які підвищують її адаптивні можливості, формування адекватного ставлення до проблеми; 3) вплив на проблемне середовище; 4) моніторинг проблеми, аналіз ефективності профілактичних дій [9, с. 67].

Здійснюючи профілактичний вплив, важливо враховувати існування трьох видів профілактики – первинної, вторинної та третинної. Первинна профілактика має інформаційно-роз'яснювальний характер і забезпечує формування у підлітків розуміння цінностей, розвиток особистісних якостей і навичок, які допоможуть відмовитися від негативних стандартів поведінки. Первинна профілактика є наймасовішою та неспецифічною; завдяки своєчасності, повноті та постійності вона є найважливішим видом превентивних заходів. Вторинна профілактика передбачає обмеження поширення негативних явищ і спрямована не лише на зміну агресивної поведінки на індивідуальному рівні, а й на ті обставини, які можуть її спричиняти. Третинна профілактика орієнтована на запобігання рецидивам агресивної поведінки та відновлення особистісного і соціального статусу підлітка [11, с. 38].

Розглядати профілактику агресивної поведінки підлітків як поодинокі заходи недоцільно, оскільки вона пов'язана зі способом життя цільової групи, а її здійснення потребує впливу на все соціальне середовище та залучення різних соціальних інститутів. Тому профілактичні заходи є більш ефективними у комплексі та реалізуються як спеціально розроблений профілактичний вплив – система заходів, спрямованих на запобігання конкретній соціальній проблемі.

На основі аналізу праць О. Безпалько [4], Р. Вайноли [7], А. Капської [13], В. Поліщук [25] можна виділити такі принципи здійснення соціально-

педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків у роботі соціального педагога: довготривалість та неперервність; послідовність і систематичність; адресність; своєчасність; доступність; інтеграція в навчально-виховний процес; комплексність. Дотримання цих принципів дає змогу глибше осмислити процес профілактики та забезпечити необхідне залучення різних соціальних суб'єктів – сім'ї, однолітків, ЗМІ, позашкільних закладів, соціальних служб тощо.

Останнім часом проблема профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах закладу загальної середньої освіти активно досліджується, що підтверджується наявністю низки наукових розробок та практичних напрацювань: технологій комплексного впливу на особистість; програм запобігання й зниження рівня агресивної поведінки; методу позитивного підкріплення; технологій «Медіація», «Екстрене втручання», «Розгорнена програма для школи»; консультування; методичних рекомендацій тощо [11; 19; 32]. Усі вони мають теоретичне обґрунтування ефективності, проте безсистемність, відсутність моніторингу та невключення додаткових суб'єктів впливу часто стають причинами поширення такого соціального явища, як агресивна поведінка підлітків. Враховуючи те, що особистість підлітка формується під впливом різних соціальних інститутів, профілактику доцільно розглядати у системі взаємодії цих інститутів – родини, школи, громади, соціальних служб.

Отже, у науковій літературі існують певні здобутки в теорії соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків, але недостатньо розробленими залишаються аспекти застосування профілактичної роботи в системі взаємодії соціальних інститутів та закладу загальної середньої освіти. Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків – це складна, соціально зумовлена система дій, що вимагає науково-теоретичного обґрунтування та впровадження дієвих заходів із попередження агресивних проявів у підлітковому віці.

1.2. Агресивна поведінка підлітків: сутність, види, фактори формування у підлітковому віці

Поняття «агресія» та «агресивна поведінка» належать до базових для нашого дослідження. Більшість українських науковців (Н. Бафталовська [3], В. Іванова [12], А. Мелоян [17], В. Павелків [22], А. Яковенко [36]) погоджуються в тому, що агресія – це індивідуальна або колективна дія чи поведінка, спрямована на заподіяння фізичної або психологічної шкоди, збитків або на знищення іншої людини чи групи людей. Схильність суб'єкта до агресивної поведінки розглядається як відносно стійка риса особистості – агресивність [17, с. 127].

На основі аналізу наукової літератури агресивну поведінку ми визначаємо як мотивовану деструктивну поведінку, яка суперечить суспільним нормам, завдає шкоди об'єктам нападу та самим нападникам, спричиняє фізичний, моральний чи матеріальний збиток іншим або викликає у них психологічний дискомфорт. Агресивність є інтегральною властивістю особистості, що виступає стійкою основою її поведінки і мотивації [16, с. 78].

Агресивна поведінка розрізняється за інтенсивністю та формою вияву: від демонстрації неприязні й недоброзичливості (вербальна агресія) до використання грубої фізичної сили (фізична агресія) [15, с. 105]. Агресія проявляється у двох основних формах: ворожа агресія, яка має витоки у таких емоціях, як злість, і спрямована на завдання шкоди; та інструментальна агресія, що розглядається як засіб досягнення певної позитивної мети [22, с. 219].

В. Павелків виокремлює чотири основні наукові напрями, в межах яких аналізується природа агресії: 1) напрям, що вивчає біологічні основи агресивної поведінки; 2) напрям, що розглядає агресію як готовність до активних руйнівних дій, які слугують клапаном для виходу небезпечних бажань; 3) напрям, що пояснює агресію як наслідок соціального научіння; 4) напрям, що тлумачить агресію як реакцію на фрустрацію [22, с. 220]. Значне поширення в сучасній науці мають теорії соціального научіння, які стверджують, що агресія

з’являється тільки за відповідних соціальних умов, а отже, на відміну від інших теоретичних напрямів, оптимістично ставляться до можливості запобігання агресії або контролю над нею.

Термін «агресія» часто асоціюється з негативними емоціями (злість), мотивами (прагнення образити чи нашкодити) та негативними установками (упередженість). Усі ці чинники, безсумнівно, відіграють важливу роль у поведінці, результатом якої стає заподіяння шкоди, проте їх наявність не є обов’язковою умовою агресивних дій: агресія може розгортатися як у стані емоційного збудження, так і в умовах цілковитої холоднокровності [3, с. 10].

Агресивні реакції підлітків засвоюються та підтримуються шляхом особистої участі у ситуаціях прояву агресії, а також через пасивне спостереження її проявів. Згідно з теоріями соціального научіння, моделі агресивної поведінки формуються в підлітковому середовищі під впливом низки соціальних чинників: сім’ї, однолітків, школи, засобів масової інформації.

У підлітковому віці прояви агресії мають свою специфіку. Підлітковий вік – один з найбільш складних періодів розвитку людини. Не дивлячись на відносно коротку тривалість, він багато в чому визначає подальше життя особистості, оскільки саме на нього припадає пік формування характеру та ціннісних орієнтацій. Перехід від підпорядкованості дорослим до самостійності, зміна звичного шкільного навчання на інші види соціальної діяльності, гормональна перебудова організму роблять підлітка особливо вразливим до негативних впливів середовища [16, с. 82].

Підлітковий вік характеризується підвищеною збудливістю, нестійкістю емоцій і поведінки, підлітки погано контролюють свої реакції, вони емоційні та нестабільні [15, с. 107]. Пошуки друзів, невпевненість у собі та в оточенні, нестійкість характеру призводять до розвитку підозрілості – недовіри і обережності щодо людей, заснованих на переконанні, що оточуючі мають намір заподіяти шкоду. У результаті в поведінці підлітків зростає фізична агресія – використання фізичної сили проти іншої особи [12, с. 15].

Слід зазначити, що підлітковий вік є сензитивним для розвитку емпатії – здатності співпереживати, співчувати – і рефлексії – здатності розуміти й усвідомлювати власний стан, почуття, емоції. Тому демонстрована агресія в підлітків часто супроводжується почуттям провини, що є однією з найбільш виражених особливостей цього віку [22, с. 221].

Ще однією поширеною тенденцією у підлітків є непряма агресія – вираження агресивних проявів щодо інших людей у вигляді пліток, злісних жартів. У їхній поведінці можна спостерігати неспрямовані пориви люті, що проявляються у вигляді криків, тупотіння ногами, биття кулаками по столі. Досить вираженою є й схильність до роздратування – готовність до прояву при щонайменшому збудженні різкості, грубості [3, с. 11].

Причини формування агресивної поведінки у підлітковому віці можуть бути об’єктивними та суб’єктивними. До об’єктивних чинників, що сприяють формуванню в поведінці підлітків мотивації до агресії, насильства та жорстокості, належать економічні та соціальні умови життя суспільства: економічна нестабільність, криза, безробіття, різкий поділ на багатих і бідних, що супроводжується демонстрацією у ЗМІ яскравого стилю життя. Поряд із цим – зниження моральних вимог особи до себе та суспільства, втрата культурних і духовних цінностей, зниження особистої відповідальності значною мірою сприяють формуванню агресивної поведінки неповнолітніх. Суб’єктивними чинниками вибору підлітками агресивних форм поведінки можуть бути психічні аномалії, хронічні психічні захворювання, які іноді викликають прояви жорстокості й агресії [32, с. 87].

Серед взаємопов’язаних факторів, що обумовлюють вияв агресії у підлітковому віці, дослідники (С. Кравчук [16], В. Павелків [24], Н. Щербак [35]) виділяють такі: індивідуальний чинник, що діє на рівні психобіологічних передумов асоціальної поведінки і гальмує соціальну адаптацію підлітка; психолого-педагогічний чинник, що виявляється в дефектах шкільного і сімейного виховання; соціально-психологічний чинник, що розкриває несприятливі особливості взаємодії підлітка з найближчим оточенням у сім’ї,

на вулиці, в навчально-виховному колективі; особистісний чинник, який передусім виявляється в активно-вибірковому ставленні підлітка до власного середовища спілкування; соціальний чинник, який визначається соціально-економічними умовами існування суспільства [24, с. 146].

Особливе місце серед чинників формування агресивної поведінки підлітка посідає сім'я. Найперше підліток засвоює моделі агресивної поведінки вдома, наслідуючи чи спостерігаючи за агресивними діями батьків та старших родичів. Існує чимало досліджень, які показують залежність між негативними взаємовідношеннями у системі «батьки – підліток», емоційною депривацією в сім'ї та підлітковою агресією [9, с. 26]. Якщо у підлітка склалися негативні стосунки з одним чи обома батьками, якщо тенденції розвитку позитивної самооцінки й Я-концепції не знаходять підтримки в оцінках батьків, або якщо підліток не відчуває батьківської підтримки і опіки, то ймовірність агресивної, протиправної поведінки істотно зростає, погіршуються відносини з однолітками, проявляється агресивність щодо самих батьків.

Важливим аспектом сімейних взаємовідносин є характер сімейного керівництва – дії батьків, що мають на меті змінити поведінку підлітка. Деякі батьки втручаються рідко й свідомо дотримуються політики невтручання, не помічаючи, чи є прийнятною поведінка підлітка. Інші втручаються часто, заохочуючи за поведінку, що відповідає соціальним нормам, або караючи за неприйнятну агресивну поведінку. Іноді батьки ненавмисно заохочують агресивну поведінку або карають за прийняту в суспільстві. Заохочення значною мірою зумовлює становлення агресивної поведінки. Жорстокі покарання пов'язані з відносно високим рівнем агресивності у підлітків, а недостатній контроль і нагляд – з високим рівнем асоціальності, що часто супроводжується агресивною поведінкою [16, с. 89].

Ситуативні, «нормальні» реакції агресії можуть перерости у стійкі порушення поведінки, якщо підліток живе в атмосфері неприйняття, нелюбові, постійних агресивних проявів з боку дорослих або тривалого незадоволення базових потреб. Стійкі агресивні тенденції в поведінці підлітків мають витоки у

сфері взаємин зі значущими дорослими – батьками й учителями. Стиль поведінки дорослих тут є вирішальним: ступінь готовності прощати вчинки та суворість покарань визначають характер реагування підлітка. Найбільш адекватною позицією дорослих є виважене засудження агресії підлітка без застосування суворих покарань [3, с. 10].

Наступним значущим чинником становлення агресивних форм поведінки у підлітків є взаємини з однолітками. У ході взаємодії в групі однолітків підлітки засвоюють різні моделі поведінки – як прийнятні, так і неприйнятні в соціумі. Спілкування з однолітками для підлітка є провідною сферою діяльності й одночасно середовищем, у якому формуються та закріплюються певні форми реагування на конфліктні ситуації [20, с. 275]. Якщо в групі однолітків переважають моделі агресивної поведінки, підліток засвоює їх як норму та починає застосовувати їх у різних соціальних умовах.

Значущим фактором засвоєння підлітком моделей агресивної поведінки є засоби масової інформації, передусім кіно, телебачення, інтернет-контент. Систематична демонстрація сцен насильства формує толерантне ставлення до агресії, зменшує емоційну реакцію на жорстокість та сприяє закріпленню агресивних патернів поведінки [3, с. 11]. У сучасних умовах до цього переліку додаються соціальні мережі, відеоігри з елементами насильства, кібербулінг, що значно посилюють вплив медіасередовища на формування агресивної поведінки підлітків.

Окремо слід зупинитися на ролі вчителя та шкільного середовища. Підвищена дратівливість, підозрілість педагога щодо учнів, авторитарний стиль педагогічної взаємодії індукують агресивний фон поведінки в класі. Учитель подає приклад агресивних реакцій, унаслідок чого підлітки починають сприймати агресію як нормальний шлях подолання фрустрації [4, с. 142].

Водночас не всі причини агресії містяться у зовнішньому середовищі. Характерологічні особливості підлітка, які іноді мають біологічну детермінацію, також обумовлюють його схильність до агресивних проявів. Формування просоціальної, неагресивної поведінки особистості пов’язане не

лише з механізмами відсутності підкріплення або активного покарання, але й (можливо, насамперед) з активним соціальним навчанням неагресивним формам поведінки, конструктивним способам вирішення протиріч і реалізації різних мотивацій. Як засвідчують дослідження В. Павелківа, найбільш виражені відмінності між агресивними і неагресивними підлітками виявляються не в особистій перевазі агресивних альтернатив, а в незнанні конструктивних рішень [22, с. 222]. Отже, процес соціалізації неагресивної поведінки включає набуття системи знань і соціальних навичок, а також виховання системи особистісних установок, на основі яких формується здатність реагувати на фрустрацію прийнятним чином [12, с. 16].

Наслідки агресивної поведінки підлітків можуть бути найрізноманітнішими: конфлікти з однолітками, батьками та вчителями; зниження ефективності освітнього процесу; дезадаптованість підлітків; асоціальні прояви поведінки в дорослому віці; формування різних видів і форм агресивної поведінки тощо.

Отже, агресивна поведінка у підлітковому віці є складним соціально-педагогічним явищем, яке формується під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників – індивідуальних, психолого-педагогічних, соціально-психологічних, особистісних і соціальних. Урахування специфіки підліткового віку, природи агресії та факторів її формування є необхідною умовою для розроблення ефективної програми соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків.

1.3. Вплив воєнного стану в Україні на психоемоційний стан і соціальну поведінку підлітків

Воєнний стан в Україні суттєво вплинув на психоемоційний стан підлітків і їхню соціальну поведінку. Підлітковий вік є особливо чутливим до нестабільності, небезпеки та змін у середовищі, тому в умовах війни підлітки

опинилися в ситуації постійного стресу: порушився звичний спосіб життя, з’явилося відчуття небезпеки, невизначеності та втрати контролю над майбутнім. За даними ЮНІСЕФ, значна частина українських підлітків відчуває емоційні труднощі, і майже третина з них повідомляє про постійне відчуття смутку або безнадії [38].

Підлітки, які живуть в умовах воєнного стану, часто стикаються з тривожністю, страхом, апатією або агресією. Постійна невизначеність, загроза повітряних тривог, втрата рідних чи знайомих, евакуація або перебування в зоні бойових дій – усі ці фактори можуть викликати хронічний стрес. Деякі підлітки замикаються в собі, інші демонструють збуджену поведінку, у частини розвиваються депресивні стани або посттравматичний стресовий розлад. Тривалий стрес знижує адаптивні можливості особистості та підвищує ймовірність агресивних реакцій як способу опанування внутрішнього напруження [27, с. 45].

У поведінці підлітків ці зміни проявляються по-різному. Частина з них стає більш замкненою, уникає спілкування, втрачає інтерес до навчання чи звичних занять. Інші, навпаки, можуть проявляти дратівливість, агресію або протестну поведінку. Такі реакції є природною відповіддю на тривалий стрес і невизначеність. Водночас спостерігається й підвищена соціальна активність – частина підлітків долучається до волонтерства та допомоги іншим, що є способом адаптації до складних умов і відновлення відчуття контролю над власним життям [28, с. 32].

Соціальна поведінка підлітків також зазнає суттєвих змін через вимушене переселення та втрату звичного соціального оточення. Багато підлітків змушені адаптуватися до нових колективів або навчатися дистанційно, що може викликати відчуття ізольованості та труднощі у встановленні нових контактів. Водночас підтримка з боку сім’ї та однолітків відіграє ключову роль у збереженні психологічної стійкості підлітків в умовах воєнного стану.

Воєнний стан обмежує звичайні соціальні взаємини: навчання нерідко переходить у дистанційний формат, зникає можливість вільно проводити час з

друзями, відвідувати гуртки чи просто гуляти. Це може призвести до почуття ізоляції, втрати мотивації до спілкування або, навпаки, до надмірної прив'язаності до соціальних мереж як основного способу підтримки зв'язку зі світом. У підлітків може виникати агресія через неможливість виплеснути енергію у звичний спосіб. Тривалий стрес впливає на концентрацію, пам'ять і здатність до навчання – багато підлітків відчувають втому, розгубленість, їм важче засвоювати нову інформацію. Деякі втрачають інтерес до навчання через відчуття його безглуздості в умовах війни, що може призводити до академічної неуспішності та посилювати стресові стани [27, с. 78].

Психічний стан тісно пов'язаний із фізичним здоров'ям підлітка. У них можуть виникати проблеми зі сном (безсоння або, навпаки, надмірна сонливість), втрата апетиту або переїдання, головні болі, нудота, панічні атаки. Тілесні симптоми без явних медичних причин часто є сигналом про внутрішній психологічний дискомфорт і потребують уваги фахівців [28, с. 41].

Підлітки, які переживають війну, можуть мати спотворене сприйняття майбутнього: воно здається їм невизначеним або навіть загрозливим. Деякі ідеалізують минуле, інші втрачають віру у стабільність. Формування особистості в таких умовах ускладнюється, оскільки підлітки стикаються з екзистенційними питаннями раніше, ніж це передбачається їхнім віком.

Попри значні негативні наслідки, частина підлітків демонструє високу стійкість (резильєнтність) – здатність зберігати рівновагу, адаптуватися до складних обставин та відновлюватися після стресу. Окрім того, війна створює не лише ризики, а й певні умови для формування нових якостей особистості. У багатьох підлітків зростає рівень відповідальності, соціальної зрілості, усвідомлення цінності життя та взаємопідтримки. Водночас за даними ЮНІСЕФ, психічне здоров'я підлітків у період війни потребує системної підтримки, оскільки вони є однією з найбільш вразливих груп [38].

Отже, воєнний стан є серйозним випробуванням для психіки підлітків, і його наслідки можуть суттєво впливати на їхнє подальше життя. Тривалий стрес, травматичний досвід, втрата звичного соціального оточення та зміна

умов навчання значною мірою сприяють зростанню агресивних проявів у підлітковому середовищі. Саме тому соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків в умовах війни має враховувати специфіку кризової ситуації, спиратися на травмочутливий підхід та забезпечувати взаємодію всіх інститутів підтримки – сім’ї, школи, громади, соціальних служб.

РОЗДІЛ 2
НАПРЯМИ І ТЕХНОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

2.1. Основні напрями та зміст соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків

Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків – це система заходів соціального виховання, спрямованих на створення оптимальної соціальної ситуації розвитку особистості, попередження виникнення агресії, зниження її проявів та формування соціально прийнятних моделей поведінки [4, с. 152]. Її зміст охоплює комплекс взаємопов'язаних напрямів, що реалізуються через системну роботу з особистістю підлітка, його найближчим соціальним оточенням і середовищем у цілому.

О. Безпалько, аналізуючи зміст соціально-педагогічної роботи у територіальній громаді, наголошує, що ефективна профілактика можлива лише за умови дотримання таких принципів, як комплексність, послідовність, диференційованість, своєчасність, адресність та спрямованість у майбутнє [4, с. 156]. Ці принципи цілком узгоджуються із завданнями профілактики агресивної поведінки підлітків і визначають змістовну спрямованість роботи соціального педагога.

Профілактика агресивної поведінки підлітків як цілісний процес охоплює низку послідовних стадій. Першою з них є власне попередження, завданням якого є формування у підлітків соціально прийнятної системи цінностей, потреб і уявлень у сім'ї та школі. Друга стадія – запобігання, тобто недопущення виникнення ситуацій, які зумовлюють появу та закріплення агресивних моделей поведінки. Третя стадія – припинення, тобто блокування агресивних проявів і переорієнтація поведінки підлітків на конструктивні

форми взаємодії [9, с. 27].

Одним із ключових напрямів соціально-педагогічної профілактики є формування соціально-комунікативних навичок підлітків. Завдання соціального педагога полягає в тому, щоб навчити підлітків ефективній взаємодії з іншими, умінню висловлювати свої думки без агресії, слухати співрозмовника, конструктивно розв'язувати конфлікти. Особлива увага приділяється розвитку емпатії як здатності розуміти емоції інших і співпереживати їм, що, як свідчить досвід практичної роботи, знижує рівень ворожості та агресивних реакцій у підлітковому середовищі [15, с. 109].

Важливим напрямом є розвиток емоційної саморегуляції. Підлітки часто переживають сильні емоції, але не завжди вміють їх контролювати. Тому профілактична робота включає навчання розпізнаванню власних емоцій, керуванню гнівом, подоланню стресу, використанню безпечних способів вираження почуттів. Це допомагає зменшити імпульсивність і запобігти агресивним діям. Як свідчать дослідження О. Мізерної, тренінгові форми роботи, спрямовані на формування навичок саморегуляції, виявляють високу ефективність у роботі з агресивними підлітками [19, с. 39].

Суттєве значення має формування ціннісних орієнтацій і установок на ненасильницьку поведінку. У процесі соціально-педагогічної роботи підлітки засвоюють норми моралі, відповідальність за власні дії, повагу до прав інших людей. Важливо, щоб ці цінності не лише декларувалися, а й закріплювалися через практичний досвід та позитивні приклади. Цю позицію поділяє Л. Тюптя, наголошуючи на необхідності залучення підлітків до видів діяльності, в яких засвоєні цінності можуть бути перевірені та закріплені у повсякденній взаємодії [33, с. 234].

Сімейне середовище значною мірою впливає на формування поведінки. Соціальні педагоги проводять консультації з батьками, допомагають налагодити позитивний стиль виховання, зменшити рівень конфліктів, підвищити емоційну підтримку в родині. Гармонійні сімейні відносини виступають важливим захисним фактором проти формування агресивних

патернів поведінки у підлітків [9, с. 28; 35, с. 14].

Важливу роль відіграє організація змістовного дозвілля та залучення підлітків до соціально корисної діяльності. Участь у гуртках, спортивних секціях, волонтерських проєктах сприяє реалізації енергії підлітка в конструктивному напрямі, розвитку відповідальності, самоповаги та почуття приналежності до соціуму. Як зазначає А. Капська, саме конструктивна позашкільна діяльність часто стає тим середовищем, в якому підліток може самоствердитися без застосування агресивних форм поведінки [13, с. 78].

Значна увага в межах соціально-педагогічної профілактики приділяється роботі в освітньому середовищі. Це створення безпечного й підтримувального клімату в навчальному закладі, запобігання булінгу, впровадження програм розвитку життєвих навичок, проведення тренінгів та інтерактивних занять. Безпечне освітнє середовище знижує рівень агресії та сприяє гармонійному розвитку особистості підлітка.

Невід’ємним напрямом є раннє виявлення підлітків групи ризику та проведення з ними індивідуальної соціально-педагогічної роботи. Це включає діагностику рівня агресивності, консультування, соціально-педагогічну підтримку, профілактичні заняття. Індивідуальний підхід дозволяє врахувати особливості кожного підлітка і підвищити ефективність профілактичної роботи.

Зміст соціально-педагогічної профілактики також передбачає інформаційно-просвітницьку діяльність. Підліткам надається достовірна інформація про наслідки агресивної поведінки, відповідальність за правопорушення, вплив насильства на психічне і соціальне здоров’я особистості. Це сприяє усвідомленому вибору безпечної поведінки.

Ефективність соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків забезпечується комплексним застосуванням усіх напрямів і форм роботи соціального педагога: організацією комфортного, безпечного соціального середовища; інформаційно-просвітницькою роботою (лекції, бесіди тощо); формуванням соціально важливих навичок та здорового способу життя (тренінги); організацією альтернативної агресивній поведінки змістовної

діяльності; активізацією особистісних ресурсів підлітка; мінімізацією негативних наслідків агресивних проявів. Відповідні форми та методи реалізуються у різних організаційних формах – індивідуальних, групових, масових [18, с. 213].

Соціальний ефект соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків буде вищим за умови комплексного застосування різних груп методів: методів руйнування негативних стереотипів спілкування та реконструкції позитивних взаємин; методів перебудови мотиваційної сфери і самосвідомості (об'єктивне переосмислення своїх позитивних і негативних рис, переконання, прогнозування наслідків поведінки); методів перебудови життєвого і комунікативного досвіду (обмеження, переключення, приписи тощо); методів попередження негативної та стимулювання позитивної поведінки (заохочення, покарання, змагання, позитивна перспектива) [15, с. 108].

Першою формою соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків є організація соціального середовища, спрямована на усунення його негативного впливу. Вирішальним завданням є формування у підлітків стійкої позиції щодо несхвалення проявів агресії. Об'єктами професійної діяльності соціального педагога виступають сім'я, соціальна група однолітків та особистість самого підлітка.

Соціальна активність підлітків спрямована, передусім, на прийняття і засвоєння норм, цінностей, способів поведінки, характерних для дорослого світу та стосунків між дорослими. Особливе місце у формуванні певної моделі поведінки – нормативної чи агресивної – належить сім'ї. Як уже зазначалося в попередньому розділі, саме сім'я є основним фактором соціалізації, тому формування агресивної поведінки підлітка зазвичай зумовлене порушенням стосунків між її членами, втратою чи відсутністю близькості між батьками й дітьми, а також стилем сімейного спілкування.

Серед провідних шляхів соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків можна визначити: ознайомлення підлітків зі змістом і

особливостями культури спілкування; залучення до активного спілкування та діяльності за інтересами; організацію спілкування, що дає можливість залучити підлітків, схильних до агресивних проявів, до спільної цікавої роботи в позаурочний час; проведення ранньої діагностики; оздоровлення соціального середовища та надання допомоги підліткам, які опинилися в несприятливих умовах життя і виховання; реалізацію індивідуального підходу з опорою на позитивні якості; організацію самовиховання підлітків. Інструментами в профілактичній роботі соціального педагога мають стати рольові та ділові ігри; педагогічна підтримка; мозкові атаки; клуби спілкування підлітків групи ризику; авансування довірою; соціально-педагогічні тренінги; моделювання конфліктних ситуацій; інтерактивні методи навчання; створення ситуацій успіху; тематичні акції тощо [18, с. 254].

Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків передбачає ранню діагностику, попередження і подолання відхилень у поведінці підлітків, координацію спільних зусиль школи, сім'ї, громадськості, державних органів, постійне оновлення змісту, форм і методів профілактики [32, с. 93].

Робота з батьками та вчителями може проводитися у формі консультативної діяльності, спрямованої на зняття провокуючих факторів агресивної поведінки. Зокрема, вона включає: інформування педагогів і батьків про індивідуально-психологічні особливості агресивних підлітків; індивідуальні консультації, допомогу батькам у вихованні; вироблення навичок позитивної взаємодії з підлітком, що проявляє агресивність; допомогу сім'ї у виробленні єдиних вимог і правил виховання; відмову від покарань як основного методу виховання та використання методів переконання й заохочення; залучення підлітка до участі в гуртках, секціях, студіях; гуманізацію міжособистісних стосунків у класному колективі та створення сприятливого мікроклімату, що сприяє позитивній адаптації особистості в колективі однолітків [11, с. 72; 32, с. 95].

Соціально-педагогічна робота з батьками, діти яких виявляють агресію,

має включати їх інформування про причини та чинники, що провокують агресивні реакції підлітків. Окрім просвітницької функції, соціальний педагог допомагає батькам сформувати позитивне ставлення до дитини, вміння її підтримувати у різних життєвих ситуаціях.

На сьогодні чимало проблем емоційного плану в учнів виникає й через підвищену дратівливість та емоційну неврівноваженість самого вчителя. У роботі з педагогами доцільно використовувати як консультації, лекції, бесіди, так і тренінги педагогічної компетентності, розвивальні семінари, практичні заняття та соціально-педагогічні тренінги, метою яких є тренування навичок партнерського, ненасильницького спілкування з учнями [4, с. 168].

Із викладеного слідує, що комплексна програма соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків має на меті такі завдання: розвиток адекватної оцінної діяльності; формування і розвиток навичок самоконтролю та саморегуляції; розвиток здатності прогнозувати наслідки своєї поведінки; вироблення конструктивних поведінкових навичок; формування толерантного ставлення до інших.

Отже, соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків ґрунтується на засадах комплексності, системності, послідовності та цілеспрямованості. Її зміст охоплює роботу з особистістю підлітка, з його сім’єю та шкільним оточенням і реалізується через інформаційно-просвітницькі, тренінгові, консультативні, ігрові та проєктні форми роботи. Така робота має носити постійний характер, що дозволяє забезпечити реальні результати у запобіганні агресивних проявів у підлітковому середовищі.

2.2. Особливості соціально-педагогічної профілактичної роботи з підлітками в умовах воєнного стану

Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану має суттєві особливості, оскільки відбувається в

ситуації підвищеного стресу, небезпеки та нестабільності. Воєнні події впливають на психоемоційний стан підлітків, змінюють їхні життєві умови, порушують звичний ритм життя, що, як було показано в підрозділі 1.3, може спричиняти тривожність, агресію, апатію, страх або соціальну дезадаптацію. У таких умовах профілактика спрямовується не лише на попередження агресивної поведінки як такої, а й на підтримку психічного здоров'я підлітків, стабілізацію їхнього емоційного стану та формування стійкості до стресу [27, с. 92].

Однією з ключових особливостей соціально-педагогічної профілактичної роботи в умовах війни є орієнтація на травмочутливий (травмоінформований) підхід. Це означає, що соціальний педагог враховує можливий досвід травматичних подій у підлітків – вимушене переселення, втрату близьких, перебування у зоні бойових дій, постійну загрозу небезпеки. У роботі використовуються безпечні, ненасильницькі методи взаємодії, які не провокують повторну травматизацію, а навпаки сприяють відчуттю безпеки, довіри та підтримки [28, с. 18].

Другою особливістю є посилення ролі соціально-педагогічної підтримки та розвитку у підлітків навичок саморегуляції. Підлітків навчають розпізнавати свої емоції, опановувати стрес, тривогу, страх, використовувати техніки релаксації та самодопомоги. Така робота допомагає знизити ризик агресивної або інакшої деструктивної поведінки, яка часто є реакцією на внутрішнє напруження. У вітчизняній практиці добре зарекомендували себе методики групових занять із розвитку навичок саморегуляції, описані в роботах З. Кісарчук, Я. Омельченко, Г. Лазос [27, с. 110].

Особливого значення в умовах воєнного стану набуває створення безпечного простору – як фізичного, так і психологічного. Ним можуть бути освітні заклади, центри підтримки, безпечні онлайн-платформи, де підлітки можуть відкрито висловлювати свої думки, отримувати допомогу та відчувати стабільність. Безпечне середовище сприяє зниженню тривожності і формує у підлітка відчуття захищеності, що, у свою чергу, є важливою передумовою для зниження рівня агресивних проявів [28, с. 22].

Профілактична робота також враховує зміну соціального середовища підлітків. Через переміщення, втрату соціальних зв’язків і зміну умов навчання підлітки нерідко відчувають ізоляцію або труднощі адаптації. Тому важливим напрямом стає відновлення соціальних контактів, розвиток комунікативних навичок, підтримка групової взаємодії та інтеграція в нові класні чи позашкільні колективи.

Особливе місце посідає робота соціального педагога з сім’єю підлітка. Батьки в умовах війни також перебувають у стані стресу, що впливає на атмосферу в родині. Соціально-педагогічна підтримка включає консультування батьків, формування позитивних стилів взаємодії з підлітками, зниження рівня конфліктів у сім’ї. Стабільна сімейна підтримка є одним із найважливіших факторів захисту підлітків від формування агресивної поведінки в умовах кризи [27, с. 130].

В умовах воєнного стану активно застосовуються дистанційні та змішані форми соціально-педагогічної роботи: онлайн-консультування, тренінги в дистанційному форматі, освітні платформи, що дозволяють підтримувати контакт із підлітками навіть у складних умовах. Водночас важливо забезпечити якість такої взаємодії, враховувати рівень доступу підлітків до сучасних технологій та особливості онлайн-комунікації.

Окремою особливістю є посилення профілактики ризикованої поведінки – агресії, залежностей, кібербулінгу. Через стрес і нестабільність підлітки нерідко шукають способи втечі від реальності, що підвищує ризики формування деструктивних патернів. Тому профілактика спрямовується на формування здорових альтернатив, залучення підлітків до корисної діяльності, розвиток життєвих навичок [11, с. 84].

Важливим напрямом профілактичної роботи в умовах війни є формування резильєнтності – здатності підлітка адаптуватися до складних обставин і відновлюватися після стресу. Цей напрям передбачає розвиток внутрішніх ресурсів особистості, оптимізму, впевненості в собі, уміння знаходити підтримку та конструктивно вирішувати проблеми [28, с. 51].

На початку роботи соціальний педагог повинен мати хоча б мінімальний обсяг необхідної інформації про підлітка. До такої інформації належать: критерії опірності соціально-педагогічним впливам; контактність із класним колективом; стосунки з більшістю педагогів; реакція на педагогічні вимоги; схильність до сприйняття педагогічних впливів. Ознаки, що визначають рівень соціально-цінного життєвого досвіду підлітка: спілкування з оточенням (однолітками, дорослими); характер цього спілкування (контакти на корисливій основі, обмежені особистою сферою, стійкі прояви негативних вчинків); участь у різних видах діяльності (всебічна, спеціалізована, обмежена, слабка); подолання труднощів (прояв зібраності, цілеспрямованості, вимогливості до себе при невдачах чи розгубленість, низький тонус) [4, с. 178].

Важливими характеристиками, на які соціальний педагог звертає увагу під час планування профілактичної роботи, є провідні позитивні якості підлітка та його основні недоліки; рівень вихованості, що засвідчує ставлення до власних недоліків; рівень самоуправління поведінкою, що залежить від розвитку вольових якостей; рівень самокритичності й вимогливості до себе. Виявлення особистісних недоліків, без усунення яких соціально-педагогічний вплив залишається неефективним, є важливим завданням попередньої діагностики.

Основним завданням соціально-педагогічної роботи щодо профілактики агресивної поведінки в закладах освіти є перетворення соціальних цінностей класного (шкільного) колективу на значущі для індивідуальної переорієнтації підлітків морально-етичні орієнтири, цінності міжособистісних стосунків. Для визначення напряму соціально-педагогічного впливу на підлітка з агресивними проявами соціальному педагогові необхідно вивчити групу, в якій тривалий час перебуває підліток: спрямованість групи та її членів; структуру групи й характер взаємин; провідні види діяльності; характер стосунків групи з оточенням; ставлення групи до школи й до навчання; взаємини з іншими групами та учнівським колективом.

Варто пам’ятати, що негативний стереотип поведінки змінюється

повільно і лише за умови включення підліткової групи в соціально значущу діяльність (технічні гуртки, клуби, спортивні секції, волонтерські проєкти) та перебудови характеру стосунків у самій групі через залучення підлітків з міцними морально-етичними позиціями, лідерськими, організаторськими та комунікативними здібностями.

Одним зі шляхів попередження агресивної поведінки є обговорення з учнями (в класі) конкретних вчинків, ситуацій, прикладів зі шкільного життя. Надзвичайно важливо формувати в підлітків імунітет проти негативних впливів з боку оточення, навчати їх долати власні недоліки. Соціальний педагог будує свою роботу одночасно у кількох напрямах: «педагог – учень», «батьки – підліток», «педагог – батьки», «учень – батько», що дає змогу всебічно впливати на формування особистості підлітка та віднаходити ефективні форми соціально-педагогічного впливу [25, с. 60].

Для зміцнення позитивної поведінки підлітків у школі та вдома доцільно розробляти певні години етики під загальною назвою «Що таке добре і що таке погано», які включають правила і поради різного змісту: «Це дуже добре!», «Це можуть усі, це можеш ти!», «Це потрібно тобі самому!», «Цього робити не можна». Усі правила закріплюються через вправи, ігрові ситуації, практичні справи, що формують досвід поведінки та ставлення до оточення.

Для розв’язання завдань соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки в закладах освіти варто запровадити щотижневі бесіди на морально-етичні теми з метою формування критеріїв оцінки якостей, що сприяють прояву у підлітків інтересу до власного внутрішнього світу та самопізнання. Теми бесід можуть бути найрізноманітнішими, але цікавими для підлітків: «Що таке людська краса?», «Кого можна назвати прекрасною людиною?», «У чому проявляється прекрасне в людині?», «Що таке добро і зло?», «Як стати самостійною людиною?», «Як завоювати повагу дорослих?», «Як виробити силу волі?», «Про честь і чесність», «Що таке справжній чоловічий характер?», «Що таке жіночість і в чому вона виявляється?» тощо.

Важливе місце в системі соціально-педагогічної профілактики посідає

програма самовиховання підлітків. Для цього у підлітка необхідно сформувати прагнення до самопізнання, самовдосконалення, самокорекції поведінки та спілкування із соціальним оточенням, особливо найближчим (у сім'ї, в класі, з товаришами). Особливого значення набуває робота підлітка з виховання та вдосконалення стрижня свого характеру – волі та вольових рис, морального компонента, від яких залежить здатність контролювати свої стосунки і свою поведінку [25, с. 142].

Ще однією умовою успішної профілактики у поведінці підлітків є соціально-педагогічний контакт з ними. Соціальному педагогові слід враховувати, що заважає виховному впливу, на агресивні бар'єри, які підлітки самі вибудовують як захисні механізми (недовіра, підозрілість, неприязнь, ворожість). Ці бар'єри можуть бути зняті лише за наявності соціально-педагогічного контакту фахівця та підлітка. Завдяки такому контакту соціальний педагог отримує можливість розібратися в прихованих механізмах поведінки підлітка, стати для нього значущою довіреною особою та впливати на його ціннісні орієнтації, життєві плани. Соціальний педагог як ініціатор контакту повинен забезпечити такі умови: довірливе спілкування не нав'язується, основна увага спрямовується на формування у підлітка бажання спілкуватися; процес встановлення контакту проходить певні етапи й має послідовний характер; фіксація ознак цих етапів дає можливість використовувати різні способи розвитку контактів [13, с. 95].

У соціально-педагогічній профілактиці агресивної поведінки в закладах освіти надзвичайно важливу роль відіграє сім'я, якщо вона є благополучною або намагається такою стати. Щоб використати виховний потенціал сім'ї, соціальному педагогові необхідно вивчити її особливості та можливості: 1) структуру сім'ї та особливості сімейних стосунків, стиль і тон сімейного життя; 2) ціннісну спрямованість, причини сімейних конфліктів; 3) спосіб життя підлітка в сім'ї; 4) характер його стосунків з членами родини, позитивний чи негативний вплив окремих її членів, права та обов'язки, інтереси, види діяльності; 5) свідомий виховний вплив сім'ї та батьків на підлітка [9, с. 27].

Соціальним педагогам необхідно постійно працювати з батьками неблагополучних сімей, допомогти їм зрозуміти, що саме сім'я з її відхиленнями від моральних і культурних норм може бути причиною агресивної поведінки підлітка; довести, що сімейне благополуччя залежить від них самих; переконати, що виправити недоліки в розвитку сім'ї можна за наявності бажання; пояснити, що найбільший негативний вплив на підлітка має психологічний клімат у сім'ї та характер стосунків між батьками і дітьми.

До напрямів соціально-педагогічної роботи щодо профілактики агресивної поведінки серед підлітків у закладах освіти слід віднести: подолання відчуження підлітка з агресивними проявами в класному колективі; обговорення з учнями (в класі) конкретних вчинків, порушень поведінки, конкретних ситуацій; виправлення негативних рис і формування гуманних якостей особистості; формування критеріїв оцінки якостей, що сприяють прояву у підлітків інтересу до власного внутрішнього світу та самопізнання; використання програми самовиховання підлітків; роботу з сім'ями, у яких виховуються підлітки [4, с. 192].

Така соціально-педагогічна робота дасть змогу виявити джерела агресивних проявів і визначити оптимальні шляхи їх подолання, заблокувати подальший розвиток деструктивних форм поведінки у підлітків.

Аналіз літературних джерел засвідчив, що суб'єктивними умовами підвищеної агресивності підлітка є його індивідуально-психологічні особливості, психологічний клімат у сім'ї, взаємини з оточуючими, індивідуальний стиль поведінки [16, с. 98]. Падіння загальної культури спілкування підлітків впливає не тільки на їхні стосунки з однокласниками, а й на мікроклімат у класі: виникають непорозуміння з рідними, напруження у стосунках. Якщо суперечності загострюються, виникає відкритий конфлікт. З огляду на актуальність проблеми профілактики агресивної поведінки серед підлітків у наступному підрозділі ми пропонуємо програму соціально-педагогічної профілактики, побудовану на засадах соціально-педагогічного тренінгу.

Отже, соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану має низку особливостей, які вирізняють її від профілактики у звичних умовах: орієнтація на травмочутливий підхід, посилення ролі підтримки та саморегуляції, створення безпечного простору, відновлення соціальних зв'язків, активне використання дистанційних форм роботи, формування резильєнтності, тісна співпраця з сім'єю та громадою. Урахування цих особливостей є необхідною умовою для розроблення дієвої програми профілактичної роботи з підлітками, яку буде представлено у наступному підрозділі.

2.3. Програма соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану

Аналіз теоретичних засад соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану, проведений у попередніх підрозділах, дав підстави для розроблення відповідної програми, орієнтованої на роботу соціального педагога закладу загальної середньої освіти. Програма ґрунтується на засадах соціально-педагогічного тренінгу – активного методу групової роботи, що, як зазначає Р. Вайнола, забезпечує формування і закріплення навичок міжособистісних стосунків, спрямованих на розвиток особистості підлітка [7, с. 256].

Соціально-педагогічний тренінг, на відміну від суто психологічного, інтегрований у виховний процес закладу освіти і реалізується соціальним педагогом у межах його професійної компетенції. Він спрямований на розвиток комунікативних здібностей підлітка, уміння адекватно сприймати себе і оточуючих, формування соціально схвалюваних форм поведінки. У тренінгових групах виробляються й коригуються норми особистісної поведінки та міжособистісної взаємодії, розвивається здатність гнучко реагувати на ситуації, що виникають у класному колективі [18, с. 287].

Мета програми: створення позитивного емоційного фону в групі підлітків, попередження та зниження агресивних проявів у їхній поведінці, формування навичок конструктивної взаємодії з оточенням в умовах воєнного стану.

Завдання програми:

- формувати у підлітків навички роботи в групі та конструктивного спілкування;

- розвивати уміння розпізнавати, виражати та регулювати власні емоції соціально прийнятним способом;

- знижувати рівень тривожності та емоційного напруження, спричиненого умовами воєнного стану;

- формувати мотивацію до самовиховання, саморозвитку та позитивних змін у власній поведінці;

- підвищувати впевненість підлітка у собі, сприяти формуванню адекватної самооцінки;

- розвивати навички конструктивного вирішення конфліктних ситуацій без застосування агресії;

- формувати механізми співпраці, толерантності та взаємоповаги в підлітковій групі;

- розвивати елементи резильєнтності – здатності підлітка опановувати стресові ситуації, спричинені умовами воєнного стану.

Цільова група: учні 7–9 класів закладу загальної середньої освіти, серед яких виявлено підлітків з агресивними проявами в поведінці. Оптимальна кількість учасників – 10–15 осіб. До складу групи доцільно включати не лише підлітків з агресивними проявами, а й соціально адаптованих учнів, які швидко долучаються до роботи, проявляють активність і можуть позитивно впливати на групову динаміку.

Організаційні умови: групові заняття проводяться один раз на тиждень тривалістю 1–1,5 години. Загальна кількість занять – вісім. Програму впроваджує соціальний педагог закладу загальної середньої освіти у межах

своєї професійної компетенції. На початкових етапах рекомендовано поєднувати індивідуальну роботу з підлітком та групові заняття.

Структура заняття включає чотири послідовні частини: 1) вітання – емоційне входження учасників у заняття; 2) основна частина – комплекс інтерактивних вправ, ігор та обговорень, спрямованих на досягнення мети заняття; 3) рефлексія – обов'язкове колективне обговорення заняття, аналіз отриманого досвіду; 4) прощання – позитивне завершення заняття та закріплення відчуття групової підтримки.

Програма побудована таким чином, що кожне наступне заняття є логічним продовженням попереднього. Тематичний план програми представлено в таблиці нижче, а детальний зміст занять з описом конкретних вправ та інструкцій для соціального педагога подано в Додатку А.

Тематичний план занять програми:

Заняття 1. «Сприйняття свого Я. Знайомство». Створення позитивного емоційного фону, навчання навичкам роботи в групі, ознайомлення з правилами групової взаємодії.

Заняття 2. «Я серед інших». Розвиток соціальної активності членів групи, комунікативних навичок, формування адекватної самооцінки.

Заняття 3. «Долаємо агресію разом». Розкриття групових взаємовідносин, робота з усунення агресивних проявів у поведінці учасників, створення позитивного емоційного фону.

Заняття 4. «Емоції під контролем». Навчання навичкам соціально прийнятного вираження негативних емоцій і почуттів, розвиток навичок самоконтролю.

Заняття 5. «Я і моя злість». Опанування технік роботи з агресією та злістю, розвиток комунікативних навичок та соціальних емоцій, виховання вміння контролювати власні вчинки.

Заняття 6. «Образа і прощення». Формування мотивації самовиховання й саморозвитку, навичок ефективного самовираження почуттів, опанування прийомів зняття емоційного напруження.

Заняття 7. «Хто Я і яким хочу бути». Розвиток самоусвідомлення, формування позитивного образу «Я», підвищення впевненості підлітка у собі.

Заняття 8. «Підтримка і майбутнє». Закріплення набутих навичок, формування образу позитивного майбутнього в умовах воєнного стану, розвиток навичок взаємопідтримки в групі.

Реалізація програми передбачає дотримання таких принципів соціально-педагогічної роботи: добровільності участі підлітків; конфіденційності; рівності всіх учасників групи; активності; відсутності оцінювальних суджень щодо особистості підлітків; орієнтації на позитивний потенціал кожного учасника; врахування травматичного досвіду підлітків в умовах війни (травмочутливий підхід).

Очікуваним результатом упровадження програми є зниження рівня агресивних проявів у поведінці підлітків – учасників групи; формування у них навичок конструктивного спілкування та розв’язання конфліктів; підвищення емоційної саморегуляції та стресостійкості; покращення міжособистісних стосунків у класному колективі; формування у підлітків ціннісних орієнтацій, що відповідають моделі ненасильницької поведінки.

Методичні рекомендації для соціальних педагогів щодо впровадження програми:

1. Перед початком впровадження програми соціальному педагогу необхідно провести діагностику рівня агресивності учасників групи та виявити підлітків, які потребують додаткової індивідуальної роботи.

2. У роботі з підлітками, які пережили травматичний досвід під час війни, важливо дотримуватися принципів травмочутливого підходу: не вимагати розповіді про травматичні події, не використовувати техніки, що можуть провокувати ретравматизацію, забезпечити можливість підлітку відмовитися від виконання вправ, які викликають у нього сильні негативні емоції.

3. Необхідно забезпечити співпрацю з батьками учасників групи: інформувати їх про мету та зміст програми, проводити консультації щодо взаємодії з підлітками вдома, за потреби залучати батьків до окремих елементів

роботи.

4. У співпраці з педагогами закладу освіти соціальний педагог має створювати умови для перенесення набутих підлітками навичок у повсякденне шкільне життя – через сприятливий мікроклімат у класі, проведення тематичних класних годин, залучення підлітків до позашкільної діяльності.

5. У разі виявлення під час занять серйозних емоційних або поведінкових порушень у підлітків (ознаки депресії, тривожного розладу, ПТСР) соціальний педагог має забезпечити перенаправлення підлітка до психолога закладу освіти або фахівців із психічного здоров'я.

6. Програма передбачає гнучкість у виборі вправ: соціальний педагог може адаптувати конкретні вправи до особливостей групи, рівня її готовності, безпекової ситуації в регіоні (можливість офлайн чи лише дистанційного формату занять).

Отже, розроблена програма соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану має комплексний характер, ґрунтується на засадах соціально-педагогічного тренінгу, інтегрує сучасні підходи до травмочутливої роботи та орієнтована на практичне впровадження соціальним педагогом у закладі загальної середньої освіти. Програма поєднує роботу з особистістю підлітка, групову динаміку та взаємодію з найближчим соціальним оточенням, що, на нашу думку, забезпечує системний характер профілактичного впливу та ефективність попередження агресивних проявів у підлітковому середовищі.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено теоретичне дослідження проблеми соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану в Україні, що дало підстави для формулювання таких висновків відповідно до поставлених у роботі завдань:

1. На основі аналізу наукової літератури встановлено, що агресивна поведінка підлітків є мотивованою деструктивною поведінкою, яка суперечить суспільним нормам, завдає шкоди іншим людям або викликає у них психологічний дискомфорт. Агресивну поведінку підлітків розрізняють за формою прояву (вербальна, фізична, непряма), за спрямованістю (ворожа та інструментальна) та за чинниками формування. Підлітковий вік є сензитивним періодом для виникнення стійких агресивних патернів через підвищену емоційну збудливість, нестабільність самооцінки, інтенсивний пошук соціальної ідентичності та особливості соціалізації в групі однолітків. До основних чинників формування агресивної поведінки у підлітковому віці належать індивідуальний (психобіологічні особливості), психолого-педагогічний (дефекти сімейного і шкільного виховання), соціально-психологічний (несприятливі особливості взаємодії з найближчим оточенням), особистісний (активно-вибіркове ставлення до середовища) та соціальний (соціально-економічні умови існування суспільства) чинники. Особливе місце серед цих чинників посідає сім’я як основний інститут соціалізації.

2. Визначено, що воєнний стан в Україні суттєво впливає на психоемоційний стан і соціальну поведінку підлітків та виступає потужним чинником зростання агресивних проявів у підлітковому середовищі. Тривалий стрес, травматичний досвід, втрата близьких, вимушене переселення, дистанційне навчання, обмеження соціальних контактів, постійна загроза небезпеки породжують у підлітків тривожність, страх, апатію або, навпаки, дратівливість і агресію. Підлітки в умовах війни демонструють спектр реакцій –

від замкнутості та зниження мотивації до навчання до підвищеної соціальної активності й волонтерства. Стрес, спричинений умовами воєнного стану, накладається на природну вікову кризу і за відсутності своєчасної соціально-педагогічної підтримки може призводити до закріплення агресивних форм поведінки як стійкого стилю реагування.

3. Охарактеризовано основні напрями, зміст, форми та методи соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків. Соціально-педагогічна профілактика агресивної поведінки підлітків визначена як комплекс індивідуальних та колективних заходів, спрямованих на особистість підлітка та її найближче соціальне оточення з метою недопущення розвитку негативних тенденцій у поведінці, формування соціально-позитивних якостей та переорієнтації особистості у процесі виховання. До основних напрямів профілактики віднесено: формування соціально-комунікативних навичок; розвиток емоційної саморегуляції; формування ціннісних орієнтацій на ненасильницьку поведінку; роботу з сім'єю; організацію змістовного дозвілля; роботу в освітньому середовищі; раннє виявлення підлітків групи ризику та індивідуальну роботу з ними; інформаційно-просвітницьку діяльність. Профілактика реалізується на трьох рівнях (загальносуспільному, соціальному, індивідуальному) та включає три види роботи (первинну, вторинну, третинну).

4. Виявлено особливості соціально-педагогічної профілактичної роботи з підлітками в умовах воєнного стану. До таких особливостей належать: орієнтація на травмочутливий (травмоінформований) підхід, що враховує можливий травматичний досвід підлітків; посилення ролі соціально-педагогічної підтримки та розвитку навичок саморегуляції; створення безпечного фізичного і психологічного простору; робота над відновленням соціальних зв'язків та інтеграцією підлітків у нові колективи; активне використання дистанційних і змішаних форм роботи; посилення взаємодії з сім'єю; формування резильєнтності – здатності підлітка адаптуватися до складних обставин і відновлюватися після стресу. У сукупності ці особливості визначають специфіку соціально-педагогічного впливу в кризовій ситуації та

потребують відповідної професійної підготовки соціального педагога.

5. Розроблено програму соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану, яка ґрунтується на засадах соціально-педагогічного тренінгу та призначена для впровадження соціальним педагогом закладу загальної середньої освіти. Програма включає 8 занять тривалістю 1–1,5 години кожне, розрахована на групу 10–15 учнів 7–9 класів. Тематика занять охоплює формування навичок групової взаємодії, розвиток емоційної саморегуляції, опанування технік роботи з агресією, розвиток самоусвідомлення, формування позитивного образу «Я» та образу майбутнього в умовах війни. Сформульовано методичні рекомендації для соціальних педагогів щодо впровадження програми, які охоплюють діагностичний етап, дотримання травмочутливого підходу, співпрацю з батьками і педагогічним колективом, перенаправлення підлітків з ознаками глибших порушень до фахівців із психічного здоров’я та гнучке адаптування програми до конкретних умов закладу освіти.

Таким чином, поставлена мета кваліфікаційної роботи досягнута, завдання виконані. Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів окресленої проблеми. Перспективними напрямами подальших розвідок можуть стати експериментальна перевірка ефективності розробленої програми, дослідження особливостей соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків з числа внутрішньо переміщених осіб, а також розроблення моделі взаємодії соціального педагога із сім’єю підлітка в умовах воєнного стану.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агресивна поведінка підлітків. Теоретичні засади, соціальна профілактика та стратегії корекційної роботи / авт. тексту Т. Наумович. Київ : ЦУЛ, 2005. 112 с.
2. Алексєєва М. Л., Дригус М. Т. Дослідження мотиваційної сфери особистості підлітка. *Вивчення особистості підлітка* / за ред. М.Т. Дригус. Київ : Ін-т психології АПН України, 1994. 128 с.
3. Бафталовська Н. Я. Агресивна поведінка підлітків. *Шкільному психологу. Усе для роботи*. 2010. № 6. С. 9–11.
4. Безпалько О. В. Організація соціально-педагогічної роботи з дітьми та молоддю у територіальній громаді: теоретико-методологічні основи : монографія. Київ : Наук. світ, 2006. 363 с.
5. Берестюк М. Основні форми агресивної поведінки учнів ПТНЗ (результати дослідження на прикладі Дніпропетровської області). *Соціальний педагог.* 2012. № 5. С. 18–19.
6. Богданова І. М. Соціальна педагогіка : навч. посіб. Київ : Знання, 2008. 343 с.
7. Вайнола Р. Х. Особистісний розвиток майбутнього соціального педагога в процесі професійної підготовки : монографія / за ред. С. О. Сисоєвої. Запоріжжя : ХНРБЦ, 2008. 460 с.
8. Жигайло Н. І. Соціальна педагогіка : навч. посіб. Львів : Новий Світ-2000, 2007. 256 с.
9. Журавель Т. В., Грицай Є. Ю. Попередження агресивної поведінки підлітків як наслідку насильства в сім'ї. *Соціально-педагогічна підтримка сім'ї з дитиною* : матеріали Всеукр. наук.-практ. семінару (м. Запоріжжя, 20 берез. 2014 р.). Запоріжжя : НЗУ, 2014. С. 26–28.
10. Зінченко Л. М. Проблема профілактики та корекції проявів агресії у підлітків. *Наукові записки*. Київ, 2005. Вип. 26. Т. 1. С. 145–149.

11. Зупинись! – Посміхнись! : методичний посібник з профілактики агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації / Т. В. Журавель, К. В. Сергеєва, О. Г. Шаровара. Київ : ФОП Буря, 2013. 124 с.
12. Іванова В. В. Причини та форми агресивної поведінки підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. № 5. С. 14–16.
13. Капська А. Й. Соціальна робота: деякі аспекти роботи з дітьми та молоддю : навч.-метод. посіб. Київ : УДЦССМ, 2001. 220 с.
14. Капська А. Й., Завацька Л. М., Грищенко С. В. Технології роботи соціального педагога в зарубіжних країнах : навч. посіб. Київ : Слово, 2011. 248 с.
15. Карпінська Т. Основні методи та прийоми попередження і контролю агресивної поведінки. *Психологія і суспільство*. 2010. № 4 (42). С. 104–110.
16. Кравчук С. Л. Особливості психологічних детермінант агресивних проявів особистості : дис. … канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2002. 265 с.
17. Мелоян А. Е. Аналіз феномена агресії в психологічних дослідженнях. *Вісник Харківського держ. пед. ун-ту ім. Г. С. Сковороди. Сер. : Психологія*. 2001. Вип. 7. С. 126–130.
18. Методи та технології роботи соціального педагога : навч. посіб. / автори-уклад. С. П. Архипова, Г. Я. Майборода, О. В. Тютюнник. Київ : Слово, 2011. 496 с.
19. Мізерна О. О. Корекційна тренінгова програма «Самовдосконалення» для подолання агресивних проявів серед підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2003. № 4. С. 37–43; № 5. С. 54–60.
20. Павелків В. Р. Аналіз специфіки стосунків підлітків з агресивною поведінкою з однолітками. *Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2005. Вип. 26. Т. 3. С. 273–282.
21. Павелків В. Р. Динаміка стосунків підлітків з агресивною поведінкою з однолітками в умовах продуктивного розвивального середовища. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2005.

Т. 7. Вип. 6. С. 236–244.

22. Павелків В. Р. Методологічні та теоретичні засади дослідження агресії й агресивної поведінки. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2004. Т. 4. Вип. 4. С. 215–225.
23. Павелків В. Р. Проблеми агресії в зарубіжній літературі. *Актуальні проблеми психології. Т. 1 : Організаційна психологія. Соціальна психологія* : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки. Київ : Міленіум, 2004. Вип. 12. С. 115–118.
24. Павелків В. Р. Ситуативний фактор агресивності у самосвідомості підлітка. *Збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету*. Рівне : РДГУ, 2004. Вип. 30. С. 145–148.
25. Поліщук В. А. Теорія і методика підготовки соціальних педагогів в умовах неперервної освіти : монографія. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2006. 424 с.
26. Понятійно-термінологічний словник : для підготовки майбутніх спеціалістів соціальної сфери діяльності / Л. І. Міщик, Т. М. Тюпля, С. П. Панченко, О. Д. Вєтрова ; за ред. Л. І. Міщик. Глухів : РВВ ГНПУ ім. О. Довженка, 2013. 152 с.
27. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях : методи і техніки : методичний посібник / З. Кісарчук, Я. Омельченко, Г. Лазос та ін. Київ : Логос, 2016. 232 с.
28. Психологічна та педагогічна підтримка дітей в умовах війни : метод. рек. / уклад. О. Т. Соколова, М. М. Барчі. Мукачево : МДУ, 2022. 86 с.
29. Рибалка В. В. Методологічні питання наукової психології (Досвід особистісно орієнтованої систематизації категоріально-понятєвого апарату) : навч.-метод. посіб. Київ : Ніка-Центр, 2003. 204 с.
30. Соціальна педагогіка : навч. посіб. / О. В. Безпалько, І. Д. Звєрєва, Т. Г. Веретенко ; за ред. О. В. Безпалько. Київ : Академвидав, 2013. 312 с.
31. Соціальний педагог / упоряд. Т. Шаповал, Т. Гончаренко. Київ : Вид. дім

«Шкільний світ»; Вид. Л. Галіцина, 2006. 80 с.

32. Технологія підготовки педагогів до попередження насильства та агресії в сім'ї : методичні рекомендації / за заг. ред. Н. Ю. Волянюк. Рівне : Принт Хауз, 2011. 184 с.
33. Тюптя Л. Т., Іванова І. Б. Соціальна робота: теорія і практика : навч. посіб. 2-ге вид., перероб. і доп. Київ : Знання, 2008. 574 с.
34. Хоменко Г. Агресивність підлітків: причини, профілактика, корекція : міський семінар для психологів. *Психолог.* 2009. № 35. С. 17–23.
35. Щербак Н. Д. Соціально-педагогічна профілактика жорстокого ставлення до дітей у сім'ї : автореф. дис. … канд. пед. наук : 13.00.05 / Харківська державна академія культури. Харків, 2004. 21 с.
36. Яковенко А. О. Проблема агресії в західній психологічній науці. *Вісник Київського нац. ун-ту ім. Т.Шевченка. Сер. : Військово-спеціальні науки*. 2001. Вип. 4. С. 76–80.
37. Якса Н. В. Соціально-педагогічний тезаурус : словник. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2006. 154 с.
38. Children of Ukraine: a war of attrition on their physical and mental wellbeing : звіт UNICEF. URL: https://www.unicef.org/ukraine (дата звернення: 15.04.2026).

ДОДАТКИ

Додаток А

Зміст занять програми соціально-педагогічної профілактики агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану

ЗАНЯТТЯ № 1. «Сприйняття свого Я. Знайомство»

Мета: створення позитивного емоційного фону в групі, ознайомлення учасників з правилами групової взаємодії, формування довіри в групі.

Обладнання: м’яч, аркуші паперу, олівці, фломастери.

І. Вітання

Кожен учасник по черзі називає своє ім’я так, як він хотів би, щоб його називали в групі. Соціальний педагог пропонує групі ознайомитися з правилами роботи, обговорити їх та прийняти як спільну угоду:

- добровільність участі;
- говори тут і зараз;
- вислухай іншого, не перебивай;
- ми всі тут рівні;
- конфіденційність обговорюваного;
- активність;
- критикувати не людину, а конкретний учинок.

ІІ. Основна частина

Вправа «Прогноз погоди».

Соціальний педагог пропонує учасникам: «Іноді кожному з нас буває необхідно побути на самоті. Може, ви рано встали і почуваєтеся погано, може, щось зіпсувало настрій. У такі хвилини нормально, якщо інші залишать вас у спокої на якийсь час. Якщо з вами трапиться таке, ви можете дати нам зрозуміти, що вам хочеться побути на самоті. Візьміть аркуш паперу та олівці й

намалюйте малюнок, який відповідатиме вашому настрою. Ви можете показати, що у вас зараз «погана погода“ або «штормове попередження“, а можливо, для вас яскраво світить сонце».

Вправа «Знайомство».

Усі учасники стають в одне коло. По черзі, починаючи з ведучого, кожен учасник називає своє ім’я й говорить щось позитивне про себе. Фразу можна розпочати словами: «Мене звати… Моя краща подруга (друг) сказала б, що я…».

Вправа «Нетрадиційне вітання».

Учасники ходять по кімнаті й за командою ведучого при зустрічі вітаються: а) долонями; б) колінами; в) чолом; г) боком. Це допомагає зняти напруження та встановити неформальний контакт.

Вправа «Побажання».

Учасники по колу кидають один одному м’яч і одночасно говорять побажання сусідові на сьогоднішній день. Побажання має бути коротким, бажано в одне слово. Важливо, щоб м’яч побував у всіх – нікого не пропустили.

Вправа «Хто Я?».

За допомогою методу «мозкової атаки» учасники 10 разів відповідають на запитання «Хто Я?», використовуючи характеристики, риси, інтереси й почуття для опису себе, починаючи кожне речення із займенника «Я…». Потім розподіляють відповіді на «+» і «−». Завдання: спробувати замінити негативні характеристики на більш позитивні так, щоб речення не втратило правдивості. Наприклад: «Я наївний» – «Я відвертий у контактах із людьми». Обговорення допомагає розвинути позитивне самосприйняття.

III. Рефлексія

Соціальний педагог проводить колективне обговорення заняття за такими запитаннями: Що вам запам’яталося на сьогоднішньому занятті? Чи здивувало щось на занятті? Назвіть щось одне, що вам сподобалося, і щось одне, що не сподобалося.

IV. Прощання

Учасники сидять у колі, кидають один одному м’яч і говорять: «Мені в тобі подобається…».

ЗАНЯТТЯ № 2. «Я серед інших»

Мета: розвиток соціальної активності учасників, комунікативних навичок, формування адекватної самооцінки.

Обладнання: м’яч, аркуші паперу, олівці.

I. Вітання

Вправа «Настрій».

Кожен учасник по черзі приймає таку позу, яка відповідає його настрою в цей момент. Уся група за сигналом повторює цю позу. Потім свій настрій показує наступний учасник.

Вправа «Друкарська машинка».

Учасникам дається слово або фраза. Літери, що складають текст, розподіляються між членами групи. Потім фраза має бути «надрукована» якомога швидше: кожен по черзі називає свою літеру, а в проміжках між словами всі плескають у долоні.

II. Основна частина

Вправа «Автобус».

Двоє охочих сідають у центрі кола. Соціальний педагог пояснює ситуацію: «Ви їдете в автобусі й раптом бачите у сусідньому автобусі людину, яку давно не бачили. Хочете домовитися про зустріч у певному місці й у певний час. У вашому розпорядженні одна хвилина, поки автобуси стоять біля світлофора». Після невербального програвання ситуації учасники діляться інформацією, як вони зрозуміли один одного. Обговорення: Чи легко було зрозуміти партнера? Чи легко було висловлювати свої думки невербально? Які засоби використовували?

Вправа «Знайди пару».

Усі сидять у колі. За сигналом потрібно помінятися з кимось місцями.

Для цього попередньо, без слів, потрібно встановити контакт очима.

Вправа «Невербальний контакт».

Один з учасників (доброволець) виходить із кімнати. Коли він повернеться, йому треба буде визначити, хто з учасників готовий піти з ним на контакт. Усі використовують лише невербальні засоби. Група за відсутності добровольця обирає учасника, який буде демонструвати готовність вступити в контакт; інші демонструють небажання. Потім обираються інші добровольці. Кількість «контактних» учасників можна поступово збільшувати.

Вправа «Наляканий їжачок».

Учасники об'єднуються в пари. Один грає роль наляканого Їжачка, що згорнувся в клубочок, інший – Дитину, яка намагається його заспокоїти. Дитина тихенько говорить з Їжачком, обережно його гладить, демонструє, що йому можна довіряти. Через 30 секунд учасники змінюються ролями. Обговорення: Що ви відчували, коли були Їжачком? А коли були Дитиною? Як намагалися викликати довіру? У яких ситуаціях ви ведете себе як Їжачок?

ІІІ. Рефлексія

Соціальний педагог пропонує учасникам відповісти на запитання: Що сподобалося сьогодні на занятті? Яка вправа найбільше сподобалася? З яким настроєм ви йдете із заняття?

IV. Прощання

Вправа «Побажання» (як на занятті № 1).

ЗАНЯТТЯ № 3. «Долаємо агресію разом»

Мета: розкриття групових взаємовідносин, робота з усунення агресивних проявів у поведінці учасників, створення позитивного емоційного фону.

Обладнання: м'яч, кольорова крейда, дошка.

І. Вітання

Вправа «Прогноз погоди» та «Подаруй усмішку».

Усі учасники беруться за руки і дарують один одному усмішки. Кожен повертається до свого сусіда праворуч або ліворуч і, побажавши йому чогось

доброго, усміхається. Той, у свою чергу, усміхається іншому сусідові – і так по колу.

ІІ. Основна частина

Вправа «Сигнал».

Учасники стоять у колі досить близько і позаду тримають один одного за руки. Хтось, легко стискаючи руку, посилає сигнал у вигляді послідовності швидких або довших стискань. Сигнал передається по колу, доки не повернеться до автора. Можна посилати декілька сигналів одночасно – в один або в різні боки.

Вправа «Завмерла скульптура».

Двоє учасників зображають бійку, їм пропонується завмерти, демонструючи скульптуру в застиглих агресивних позах. Решті пропонується бути скульпторами і змінити щось у цій скульптурі – положення рук, ніг, вираз обличчя. Вийде зовсім інша скульптура – наприклад, спільна діяльність, потиск рук. Вправа допомагає побачити, що навіть в агресивній ситуації можна знайти конструктивне рішення.

Вправа «Перетворення злості».

Двом учасникам дається дві різнокольорові крейди й пропонується швидко замалювати дошку. Потім група дивиться на загальний малюнок і намагається побачити, що в результаті вийшло. Це загальне зображення обводять, відзначаючи, наприклад, тварину, рослину, хмаринку. Вправа символічно демонструє, як з негативної енергії може народитися щось нове, цікаве.

Вправа «Кулаки, долоні, перехрещені руки».

За командою всі учасники, не домовляючись, викидають руки одним зі способів: кулаки, долоні чи перехрещені на грудях руки. Завдання – щоб уся група викинула руки однаково. Вправа показує стан учасників групи: якщо багато кулаків, у групі високий рівень напруження; якщо багато відкритих долонь – група готова до співпраці.

Вправа «Порожній стілець».

Для проведення вправи потрібна непарна кількість учасників. Усі розраховуються на «перший» і «другий». Другі номери сидять на стільцях, перші стоять за спинками. Учасник, що залишився без пари, стоїть за спинкою порожнього стільця. Його завдання – невербально запросити кого-небудь із тих, хто сидить, на свій стілець. Усі, хто сидять, хочуть потрапити на вільний стілець; ті, хто стоїть за спинками, утримують своїх «підопічних», беручи їх за плечі в момент, коли той зібрався пересідати. Через певний проміжок часу учасники міняються місцями. Вправа розвиває здатність до невербального спілкування і стримування імпульсів.

III. Рефлексія

Запитання для обговорення: Що сподобалося сьогодні на занятті? Як ви себе почували під час вправ? З яким настроєм ви йдете із заняття?

IV. Прощання

Вправа «Віночок побажань». Учасники стають у коло один за одним і кладуть праву руку на плече сусіда. Кожен учасник по черзі називає ім’я сусіда і щось йому бажає.

ЗАНЯТТЯ № 4. «Емоції під контролем»

Мета: навчання навичкам соціально прийнятного вираження негативних емоцій, розвиток навичок самоконтролю.

Обладнання: кольорова крейда, папір, олівці, хустка.

I. Вітання

Вправи «Настрій» та «Число 3» (учасники по колу рахують до 15; той, кому дістається число 3, 13 або числа, що діляться на 3, мовчки плескає в долоні і підстрибує. Якщо збився – виходить з кола).

II. Основна частина

Вправа «Злючка».

Один з учасників сидить на стільці в центрі кола з хусткою в руках. Інші бігають навколо нього і намагаються будь-яким (соціально прийнятним) способом викликати в нього роздратування. Він повинен сидіти на місці й

стримувати реакцію стільки, скільки може. Коли вже не в змозі стриматися, він підводиться і починає бігати за «дражнильниками». Якщо когось наздогнав – легко торкається його хусткою. Той, кого «спіймали», сідає на стілець, і гра продовжується. Вправа допомагає підлітку відчути власні межі терплячості та усвідомити моменти, коли роздратування переходить у дію.

Вправа «Малюємо злість».

Учасникам пропонується намалювати на аркушах паперу свою злість так, як вони її уявляють, а потім порвати малюнок і викинути в кошик для сміття. Вправа дає змогу безпечно «вивільнити» накопичені емоції.

Вправа «Птахи».

Соціальний педагог пропонує: «Наша група схожа на пташину зграю: всі зайняті своїми справами, про щось перемовляються. Давайте побудемо цими птахами, уявимо себе ними… Що ви відчуваєте, літаючи у цій зграї?». Вправа допомагає в ігровій формі відреагувати накопичені почуття.

Вправа «Фігура монстра».

Соціальний педагог пропонує зібрати фігуру, яка складається з усього поганого, агресивного, що є в кожному учасникові. Учасники по черзі віддають для спільної фігури свої «кігті, зуби, шипи». Монстр символічно сідає в центр кола, усі одночасно «натискають кнопки», і як утілення всього негативного, він «стартує у відкритий космос та зникає». Вправа дає підлітку метафоричний досвід того, що від агресії можна відмовитися.

Вправа «Моя бразильська бабуся».

Усі стоять у колі. Соціальний педагог пропонує вивчити фразу «У мене в Бразилії є бабуся». Усі повторюють фразу швидко й ритмічно. Поступово додаються рухи: «У мене в Бразилії є бабуся, у неї ось такі ноги (потрясти ногами), ось такі руки (потрясти руками), ось таке обличчя (посмішка і висунутий язик), вона ось так стрибає і кричить: «У-ля-ля, у-ля-ля“». Завдання ведучого – бути емоційним і подавати приклад, а потім, коли учасники розіграються, перейти у позицію спостерігача. Завершальна репліка: «Та-ак… Яка бабуся – такі і онуки…». Вправа знімає напруження через сміх.

ІІІ. Рефлексія

Запитання: Яка вправа сподобалася найбільше? Яку було легко виконувати, а яку важко – і чому? З яким настроєм ви залишаєте заняття?

IV. Прощання

Вправа «Віночок побажань».

ЗАНЯТТЯ № 5. «Я і моя злість»

Мета: опанування технік роботи з агресією та злістю, розвиток комунікативних навичок та соціальних емоцій, виховання вміння контролювати власні вчинки.

Обладнання: папір, олівці, хустка.

І. Вітання

Вправи «Настрій» та «Подаруй усмішку».

ІІ. Основна частина

Вправа «Малюємо злість».

Соціальний педагог пропонує учасникам намалювати на аркушах паперу портрет людини, до якої вони відчувають злість, або написати її ім’я закарлючками, негарними літерами. Коли це зроблено, усі одночасно розривають малюнки і викидають їх у кошик для сміття. Це безпечний спосіб відреагувати накопичені емоції.

Вправа «Ану голосніше!».

Соціальний педагог пропонує учасникам сісти і заплющити очі. За сигналом «Починаємо» усі одночасно й якомога голосніше висловлюють незадоволення ситуацією (стосунками з учителями, батьками, друзями). Як тільки крики стихають, ведучий каже: «Розплющте очі. А тепер повторіть свої слова, дивлячись один одному в очі». Потім визначаються спільні скарги і відбувається групове обговорення. Вправа допомагає виплеснути назовні злість і перетворити образи та гнів на спільну розмову, в якій можна знайти рішення.

Вправа «Обережні рухи».

Учасники сідають у коло. Соціальний педагог пропонує заплющити очі й

злегка постукати пальцями по своїй голові з правого і лівого боку одночасно – як «крапельки дощу». Потім трохи сильніше, але так, щоб не завдати болю. Так само по обличчю, шиї. Після того, як кожен навчиться розраховувати силу своїх рухів, учасники об'єднуються в пари і повторюють вправу з партнером – стукають по спині, плечах партнера так, щоб не викликати неприємних відчуттів. Потім міняються місцями. Мета – навчитися розраховувати силу своїх рухів і торкатися іншої людини, не завдаючи їй болю.

Вправа «Фотовиставка».

Соціальний педагог пропонує: «Сядьте зручно, глибоко вдихніть 3–4 рази й заплющте очі. Уявіть, що ви потрапили на невелику фотовиставку, де представлені фотографії людей, які колись вас розгнівали. Уважно роздивіться фотографії. Виберіть одну й зупиніться біля неї. Згадайте конфліктну ситуацію. Уявіть, що ви розмовляєте з цією людиною й виражаєте їй свої почуття». Після паузи соціальний педагог просить учасників зробити знак, повернутися до реальності й поділитися враженнями: Що було легко, а що важко? Хто опинився у вашій галереї? Як змінювався ваш стан? Чим відрізняються ваші почуття на початку і в кінці вправи? Вправа допомагає опанувати техніку роботи з образами та злістю в безпечний спосіб.

III. Рефлексія

Запитання: Що сьогодні на занятті вам сподобалося найбільше? Як ви себе почуваєте порівняно з попередніми заняттями? Як вам працюється у групі?

IV. Прощання

Вправа «Аплодисменти по колу». Соціальний педагог починає плескати в долоні, дивлячись на одного з учасників. Той обирає наступного, кому аплодують удвох. Третій обирає четвертого – і так далі. Останньому учаснику аплодує вся група.

ЗАНЯТТЯ № 6. «Образа і прощення»

Мета: формування мотивації самовиховання й саморозвитку, навичок ефективного самовираження почуттів, опанування прийомів зняття емоційного

напруження.

Обладнання: папір, олівці, заздалегідь підготовлені «листівки з ситуаціями».

І. Вітання

Вправи «Настрій» та «Сигнал».

ІІ. Основна частина

Вправа «Я ображаюсь, коли…».

Кожен учасник по колу закінчує речення «Я ображаюсь, коли…». Соціальний педагог запитує: «У кого ще подібні ситуації викликають образу?». Після цього обговорюються найтиповіші ситуації, причини їх виникнення та способи звільнення від образи.

Вправа «Як виразити образу і незадоволення».

Соціальний педагог заздалегідь готує листівки з найтиповішими образами, характерними для підліткового віку. Кожна листівка розрізається на чотири частини, на яких зазначені: а) роль того, хто ображає; б) роль ображеного, який реагує агресивно; в) роль ображеного, який реагує невпевнено; г) роль ображеного, який реагує з почуттям власної гідності. Завдання учасників: з’єднати частини листівок в одне ціле і розіграти сценку для всіх. Кожна група показує різні типи реагування на ту саму ситуацію. Після цього обговорюються «вдалі» і «невдалі» способи реагування. Вправа дає підлітку розширений репертуар реакцій на образу.

Вправа «Випадок, коли мене несправедливо образили».

Учасники об’єднуються в пари й отримують завдання згадати випадок, коли їх несправедливо образили. Один із них розповідає ситуацію, а інший повинен довести, що він міг учинити інакше та уникнути образи. Крім того, він допомагає усвідомити, який позитивний досвід отримав той, хто розповідав. Через три хвилини учасники міняються ролями. Вправа розвиває рефлексію та здатність побачити ситуацію з іншого боку.

Вправа «Аукціон».

Соціальний педагог пропонує організувати «аукціон» способів, які

допомагають підняти поганий настрій. Учасники пропонують свої способи, а ведучий записує їх на дошці. Після цього відбувається обговорення. Учасники забирають із заняття «банк» конкретних інструментів роботи з власним емоційним станом.

III. Рефлексія

Запитання: Що нового із сьогоднішнього заняття ви візьмете з собою? Що ви хотіли б змінити в роботі групи? Яка вправа сподобалася найбільше?

IV. Прощання

Вправи «Віночок побажань» та «Аплодисменти по колу».

ЗАНЯТТЯ № 7. «Хто Я і яким хочу бути»

Мета: розвиток самоусвідомлення, формування позитивного образу «Я», підвищення впевненості підлітка в собі.

Обладнання: дошка, крейда, папір, олівці.

I. Вітання

Вправи «Прогноз погоди» та «Подаруй усмішку».

II. Основна частина

Вправа «Хто ти?».

Соціальний педагог 10 разів запитує учасників: «Хто ти?», а кожен записує на аркуші відповіді, що починаються зі слова «Я – … (учень, чесна людина, друг тощо)». Потім учасники нумерують відповіді за значущістю – найважливіша на першому місці. Соціальний педагог пропонує порахувати, які думки про себе переважають – позитивні чи негативні, і замислитися, з чим це пов’язано. Вправа дає можливість відкрити в собі щось нове, усвідомити речі, які раніше повністю не усвідомлювалися.

Вправа «Опудало».

Соціальний педагог говорить: «Кожна людина має недоліки. Чи настільки вони страшні, як ми собі уявляємо? Уявіть, що в центрі кола стоїть несимпатичне опудало – таке, яке ставлять на городах, щоб лякати птахів. Воно наділене всіма тими якостями, які ми вважаємо своїми недоліками». Той, хто

визнає за собою якийсь недолік, звертається до опудала: «Жалюгідне опудало, ти… (називає недолік)». Учасники, у тому числі й ведучий, називають власні недоліки. Соціальний педагог записує сказане і після гри зачитує. Члени групи обговорюють позитивні сторони названих «недоліків», звертаючи увагу не на власні якості, а на якості інших учасників. Вправа допомагає підлітку побачити свої «недоліки» з іншого ракурсу – як ресурс.

Вправа «Зміна негативних думок про себе на позитивні».

Соціальний педагог пропонує: «Пригадайте про ваші невдачі, які й нині впливають на ваше життя, поведінку та самопочуття. Напишіть п’ять таких речень. Тепер спробуйте змінити негативні думки на позитивні».

Це можна зробити трьома способами:

- звернення до своїх прав («Завжди я мушу все згладжувати» – «Я маю право на помилку»);

- звернення до позитивного досвіду на цю тему («Я нерішучий» – «Є ситуації, у яких мені вдається швидко приймати рішення»);

- заміна прикметників на більш позитивні (за збереженням правдивості думки).

Після виконання – обговорення в колі.

Вправа «Мій девіз».

Соціальний педагог розповідає про середньовічну традицію розміщувати на брамі замку та щиті лицаря родовий герб із девізом. Він пропонує придумати свій девіз, який виражає життєве кредо, ставлення до світу учасника. Щоб допомогти зрозуміти завдання, ведучий може назвати приклад свого девізу (наприклад, «Завжди йти своїм шляхом» або «Бути собою»).

III. Рефлексія

Запитання: Як ви себе почували, виконуючи вправу «Хто ти?»? Яка вправа сподобалася найбільше? Які з вправ будуть для вас корисні в майбутньому?

IV. Прощання

Вправа «Аплодисменти по колу».

ЗАНЯТТЯ № 8. «Підтримка і майбутнє»

Мета: закріплення набутих навичок, формування образу позитивного майбутнього в умовах воєнного стану, розвиток навичок взаємопідтримки в групі.

Обладнання: папір, олівці, фломастери, ватман.

І. Вітання

Вправи «Подаруй усмішку» та «Сигнал».

ІІ. Основна частина

Вправа «Міцне дерево».

Учасники об'єднуються в пари. Соціальний педагог пропонує: «Похитайтеся з носків на п'яти, плавно притискаючи п'яти до підлоги, аж поки не відчуєте легке напруження в литках. Постійте кілька секунд, напруживши м'язи ніг, живота, грудей. Відчуйте себе твердим і незламним, як міцне дерево, коріння якого глибоко входить у землю і яке здатне витримати будь-яку негоду. Нехай партнер легко штовхне вас у плече. Опирайтеся поштовху. Залишайтеся у цій позі стільки, скільки захочете. Розслабтеся й пройдіться. Зверніть увагу на свої відчуття – як зросла ваша впевненість у своїх силах, стійкість і витривалість». Вправа символічно формує відчуття внутрішньої стійкості – особливо важливе в умовах воєнного стану.

Вправа «Бомбардування».

Учасник сідає в крісло у центрі кола і вислуховує думки інших про свої сильні сторони, позитивні риси, ситуації, в яких вони виявляються. Потім «бомбардування» отримує наступний учасник – і так до кінця кола. Учасники мають можливість підняти свою самооцінку, навчаються знаходити сильні сторони інших людей, надавати їм підтримку та приймати її від інших.

Вправа «Яким я був у дитинстві».

Учасник сідає на «гарячий стілець». Решта створює навпроти нього півколо. Соціальний педагог пропонує: «Подивіться на учасника, що сидить у центрі. Спробуйте уявити, як він виглядав у дитинстві, який мав одяг, які іграшки, що любив робити, що їсти». Поки група висловлюється, учасник

«гарячого стільця» мовчить і висловлюється тільки наприкінці. Соціальний педагог запитує: «Що збіглося, а що – ні? Що ви любили робити, що любите дотепер? З ким із друзів приятелюєте дотепер?». Вправа допомагає підлітку відчути себе побаченим і прийнятим групою.

Вправа «Яким я буду через п’ять років».

Один учасник сідає на «гарячий стілець». Решта створює напроти нього півколо. Соціальний педагог пропонує: «Подивіться на цього учасника. Уявіть його через п’ять років. Розкажіть, де він навчатиметься, де працюватиме, що робитиме у вільний час, як буде одягнений тощо». Поки група висловлюється, «гарячий стілець» мовчить. Він говорить лише після того, як висловиться останній член групи. Запитання до «гарячого стільця»: «Яким уявляєте своє майбутнє? Чого очікуєте? Чого побоюєтеся?». Вправа особливо важлива в умовах війни, оскільки допомагає підлітку повернути відчуття перспективи майбутнього.

Вправа «Дерево нашої групи».

На ватмані соціальний педагог заздалегідь малює стовбур та гілки дерева. Кожен учасник на окремому листочку (з кольорового паперу) записує одне коротке побажання групі або одну навичку, яку він забирає із занять, та приклеює до дерева. Учасники по черзі читають свої «листочки». Дерево залишається в кабінеті соціального педагога як символ спільної роботи групи.

III. Рефлексія

Підсумкове обговорення проходить за чаюванням, де всі учасники мають можливість висловити свої враження і почуття від усієї роботи в групі. Орієнтовні запитання: Що для вас було найважливішим у нашій роботі? Що змінилося у вашій поведінці чи у ставленні до агресивних ситуацій? Які навички ви хочете застосовувати у повсякденному житті?

IV. Прощання

Вправа «Аплодисменти по колу».