

ПСИХОЕМОЦІЙНІ МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Полевська Карина

Повномасштабна війна створила тривале середовище хронічного стресу, яке істотно впливає на психоемоційний розвиток підлітків. Порушення базового відчуття безпеки, соціальна нестабільність, інформаційне перенасичення та травматичний досвід сприяють підвищенню рівня емоційної напруги та агресивних реакцій. У підлітковому віці відбувається активне становлення самосвідомості, тому рівень самооцінки може виступати як чинником ризику, так і ресурсом психологічної стійкості [1–8].

Мета публікації – теоретично обґрунтувати психоемоційні механізми формування агресивності у підлітків із різним рівнем самооцінки в умовах воєнного стресу.

Самооцінка розглядається як емоційно-ціннісний компонент «Я-концепції», що визначає ставлення особистості до себе, рівень впевненості та самоприйняття. У підлітковому віці вона характеризується нестійкістю та високою залежністю від соціального середовища. В умовах війни самооцінка може зазнавати дестабілізації через втрату звичних соціальних орієнтирів, зміни ролей і порушення системи підтримки. *Агресивність* трактується як відносно стійка схильність до ворожих або імпульсивних реакцій. У кризових умовах вона може виконувати захисну функцію, спрямовану на зниження внутрішньої напруги та відновлення суб'єктивного контролю. Проте за тривалого стресу агресія набуває дезадаптивного характеру.

Саме тому, самооцінка як емоційно-ціннісний компонент «Я-концепції» у підлітковому віці є особливо вразливою до впливу соціального середовища, а в умовах війни її нестійкість посилюється через руйнування звичних опор, зміну ролей і дефіцит підтримки, що може знижувати впевненість і самоприйняття. Агресивність у кризовій ситуації часто виступає короточасним захисним

механізмом, який допомагає зменшити внутрішню напругу та відчутти контроль, однак за тривалого стресу вона ризикує перетворитися на дезадаптивну форму реагування, що ускладнює психологічну адаптацію та міжособистісні взаємини.

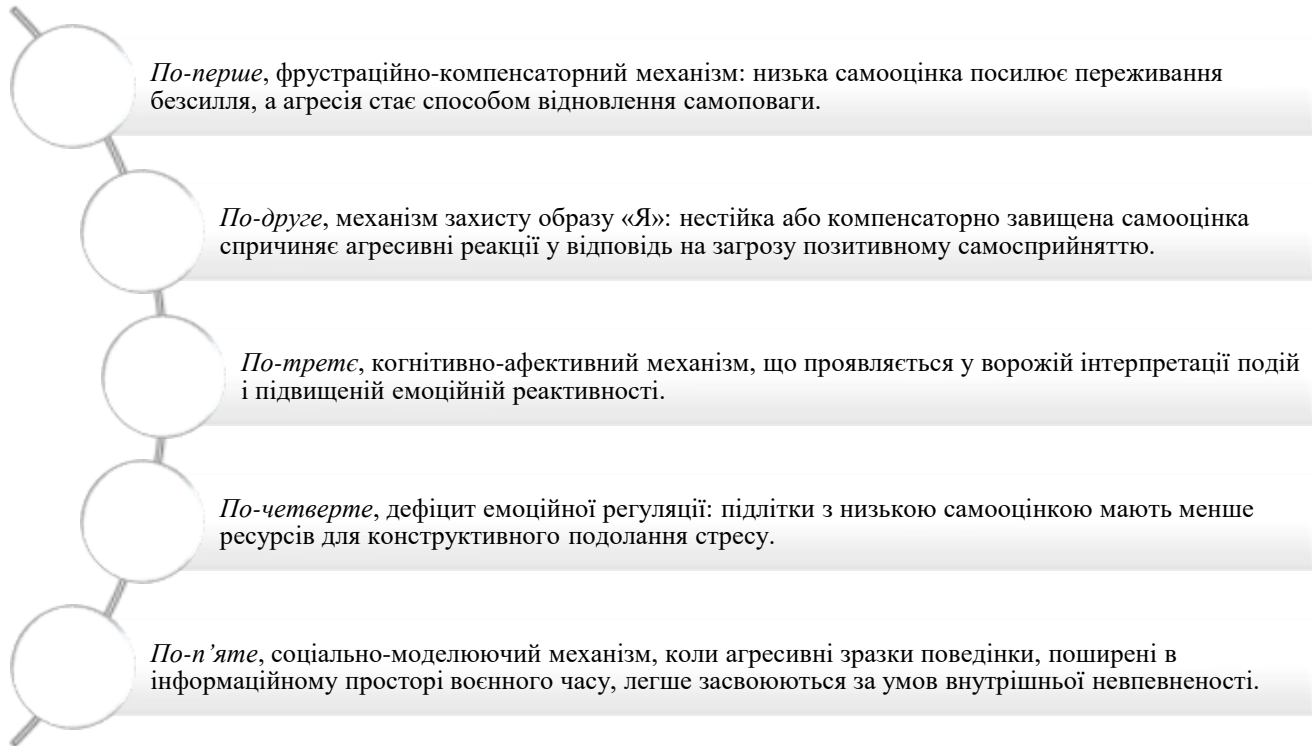


Рис. 1. Психоемоційні механізми формування агресивності

Психоемоційні механізми формування агресивності у підлітків із різним рівнем самооцінки в умовах війни доцільно розглядати як поєднання впливу хронічного стресу, почуття небезпеки та порушення базових опор розвитку з індивідуальними особливостями «Я-концепції» і саморегуляції. Воєнні події підсилюють тривогу, фрустрацію та відчуття втрати контролю, а агресивність у таких умовах нерідко виступає способом швидкого емоційного «розвантаження» й відновлення суб'єктивної сили. Для підлітків із заниженою самооцінкою агресивні реакції частіше пов'язані з вразливістю, соромом, очікуванням негативної оцінки й захисною потребою приховати внутрішню слабкість (агресія як компенсація). За нестійкої/суперечливої самооцінки можливі імпульсивність і різкі коливання поведінки, оскільки зовнішні тригери легко «розхитують» самосприйняття та

провокують афективні спалахи. Натомість підлітки з відносно адекватною самооінкою зазвичай мають кращі ресурси емоційної регуляції, тому їхня агресивність частіше має ситуативний характер і реалізується в більш контрольованих формах; однак за тривалого стресу й у них може зростати ризик дезадаптивної агресії. Саме тому, рівень самооінки виступає важливим модератором того, як підліток переживає травматичні події війни і якими способами відреагує напругу, що визначає як інтенсивність, так і форми агресивності [2, 6].

Таким чином, рівень і стабільність самооінки виступають важливими психологічними предикторами характеру агресивної поведінки підлітків. Адекватна самооінка сприяє розвитку резильєнтності та конструктивних копінг-стратегій, тоді як занижена або нестійка підвищує ризик дезадаптивних форм агресії. Психоемоційні механізми формування агресивності у підлітків в умовах війни мають багаторівневий характер і включають фрустраційні, когнітивні, афективні та соціальні компоненти. Самооінка виступає центральним медіатором цього процесу. Підвищення стабільності та адекватності самооінки є важливим напрямом психопрофілактичної роботи з підлітками у кризових умовах.

Перспективи подальших досліджень полягають в емпіричній перевірці взаємозв'язку між показниками самооінки та різними формами агресивності, а також у розробці корекційних програм, спрямованих на формування психологічної стійкості молоді.

Список використаних джерел

1. Bandura A. Social learning theory. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1977. 247 p.
2. Beck A. T. Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: Penguin Books, 1979. 356 p.
3. Buss A. H., Perry M. The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1992. Vol. 63(3). P. 452-459.
4. Hu Y., Zhang X., Li J. et al. The relationship between self-esteem and aggressive behavior in adolescents: mediating roles of self-control and emotions. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14.
5. Lipskaya-Velikovsky L., Komemi R., Gilboa Y., Nahum M. Mental health of adolescents during times of war. *Psychiatry Research*. 2026. Vol. 327.
6. Бернс Р. Розвиток Я-концепції та виховання. Київ: Освіта, 2003. 384 с.
7. Божович Л. І. Особистість і її формування в дитячому віці. Київ: Либідь, 2008. 464 с.
8. Максименко С. Д. Загальна психологія. Київ: Центр навчальної літератури, 2017. 576 с.