

3. Maslach C. Burnout, the cost of caring. Englewood Cliff. N. J.: Prentice-Hall, 1982. – 192 p.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АУТОАГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ**

**Досужій Дар'я Сергіївна**

здобувач вищої освіти факультету публічного управління,  
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Науковий керівник: Яцюк Марія Валеріївна**

ORCID ID: 0000-0002-2393-9964

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

*Україна*

**Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі.** Життя у воєнний час в Україні характеризується інтенсивними змінами усіх важливих сфер буття пересічної людини. Ці зміни у своїй більшості мають негативний вплив на психічний стан особистості, порушують її духовний баланс та сприяють розвитку девіантних реакцій, найпоширенішою серед яких є деструктивна агресія. Агресивна поведінка є швидким засобом опанування фрустрації та силового розв'язання наболілих проблем. В умовах дистресових переживань люди вдаються до антивітальної поведінки, основа якої аутоагресія. Саме проблема аутоагресії, деструктивного впливу, спрямованого особистістю на саму себе, набула особливого поширення з початком війни в Україні. Постійний стрес, травми та втрати, пов'язані з війною, створюють негативні наслідки для психічного стану підлітків. У таких умовах підлітки виявляють

аутоагресивну поведінку як спробу долати емоційні та психологічні труднощі, які вони переживають, що виявляється у самопошкодженні, спробах самогубства та інших формах шкідливої поведінки.

Саме тому інтерес до проблеми агресивної та аутоагресивної поведінки значно зріс, з'явилась необхідність більш ретельно дослідити причини, форми, динаміку асоціальної поведінки, пошуки більш ефективних: превентивних, профілактичних, корекційних, реабілітаційних та інших засобів соціального контролю.

Проблема аутоагресії вивчалася в різних аспектах низкою дослідників. Проблеми мотивації аутоагресивної поведінки вивчали зарубіжні та українські вчені, серед яких А. Амбрумова, В. Вроно, Г. Пілягіна, А. Реан, В. Тихоненко, К. Фейбероу, Е. Шнейдман та ін. Вивченням афективних станів, що призводять до аутоагресивної поведінки займалися: Д. Вебер, К. Каплан, І. Полякова, Б. Седок, Д. Шафер, К. Шнайдер та ін. Вікові особливості, пов'язані з аутоагресивною поведінкою вивчали А. Александров, Л. Божович, Б. Братусь, О. Захаров, С. Ігумнов, Д. Ісаєв, Д. Фельдштейн, П. Якобсон, та ін

**Мета статті:** встановити особливості аутоагресивної поведінки в підлітковому віці.

**Виклад основного матеріалу.** На сьогоднішній день трактування терміну «аутоагресивна поведінка» є неоднозначним. Так, в українській мові існують декілька синонімів терміну «аутоагресія». Найчастіше в літературі зустрічаються терміни «саморуйнівна поведінка», «аутодеструктивна поведінка», «суїцидальна поведінка», які частіше за все використовуються як синоніми і включають в себе все різноманіття аутоагресивних дій від легких форм несуйцидальної аутоагресії до актів, які нівечать та інвалідизують, й до завершених суїцидів. В іноземній літературі найпоширеніші терміни «суїцидальні еквіваленти», «субсуїцидальні феномени», «приховані суїциди», «саморуйнівні суїциди».

Науковці розглядають аутоагресивну поведінку як таку, що спрямована на заподіяння особистістю фізичної чи психологічної шкоди самій собі через втрату смислу життя, невміння виражати свою агресію на зовні, неуспішність міжособистісної взаємодії в мікросоціумі; ригідність, негативне ставлення до себе, почуття провини та образи тощо.

Згідно з даними ВООЗ, самопошкодження є причиною смерті 8% підлітків віком 13-18 років. За результатами науково-статистичного аналізу суїцидальних спроб по Україні в 1995 році показник суїцидальної смертності був 45 осіб на 100 тис. жителів. Це надзвичайно високий показник, так як критичним вважається показник більше 20 осіб на 100 тис. населення. Незважаючи на досить значну кількість зарубіжних і вітчизняних робіт, присвячених проблемі аутоагресивної поведінки серед молоді, регіональних статистичних досліджень на цю тему в нашій країні небагато. В основному є тільки вибіркові статистики, а справжні масштаби суїцидальної поведінки української молоді невідомі.

Р. Берон і Д. Річардсон досліджуючи проблему аутоагресивної поведінки звернули увагу на те, що нестабільність та стресогенність суспільства не просто справляють негативний вплив на його громадян, а руйнують здоровий спосіб життя, сприяють виникненню шкідливих звичок. Особливо це впливає на молоде покоління [5, с. 329].

Е. Шнейдман аутоагресивну поведінку характеризує як дії, які спрямовані на нанесення якого-небудь збитку своєму соматичному або психічному здоров'ю [6, с. 127]. Аутоагресія проявляється в самозвинуваченні, самоприниженні, самопокараннях, в діях: вживання речовин, які загрожують здоров'ю, нанесення собі тілесних ушкоджень аж до самогубства; а також у виборі деструктивних способів реагування на ситуацію і загальної поведінки, які роблять її агресивною, девіантною, адиктивною, суїцидальною, саморуйнівною тощо.

О. Мусаелян розглядає аутоагресивну поведінку як таку, що спрямована на заподіяння особистістю фізичної чи психологічної шкоди самій собі через втрату смислу життя, неуспішність міжособистісної взаємодії в мікросоціумі; ригідність, негативне ставлення до себе, почуття провини та образи тощо [2, с. 16].

Т. Ларіна, В. Яремчук у ході експериментального дослідження визначили, що аутоагресивна поведінка молоді «має такі особливості як демонстративність, імпульсивність, спрямованість аутоагресивної дії на мікросоціальне середовище, захисний компенсаторний характер поведінки, переважання групових форм аутоагресії» [1; 4].

С. Піддубняк стверджує, що аутоагресивна поведінка молоді найчастіше пов'язана з кризовими подіями життя і особистими трагедіями, обумовлена конфліктом, який виникає в умовах неможливості вирішити проблему, відповідними соціальним нормам поведінки [3, с. 210].

Аутоагресивна поведінка підлітків – це форма недопустимої поведінки, коли підліток навмисно завдає шкоду собі самому. Це може включати такі дії, як різання себе, ураження або лущування, перегрівання або відмова від харчування. Така поведінка може бути спробою знайти вихід з емоційного стресу або психічного тиску.

Психологічні особливості аутоагресивної поведінки у підлітків можуть сильно відрізнятися залежно від особистості та її конкретних обставин. Однак деякі загальні фактори, які можуть сприяти аутоагресивній поведінці підлітків, включають почуття низької власної гідності, соціальні проблеми, емоційні труднощі, низьку самооцінку, відчуття невпевненості, стрес або депресію. Для багатьох підлітків аутоагресивна поведінка може бути способом вираження своїх емоцій або спробою зняти психологічний дискомфорт.

**Висновки.** Отже, аутоагресивна поведінка – це специфічна форма особистісної активності, спрямована на завдання шкоди своєму

соматичному здоров'ю. Розрізняють такі види аутоагресивної поведінки: суїцидальна поведінка – усвідомлені цілеспрямовані дії, метою яких є позбавлення себе життя; суїцидальні еквіваленти – неусвідомлювані дії й умисні вчинки, що призводять до фізичного або психічного саморуйнування або самознищення, хоча на це не розраховано; несуйцидальна аутоагресивна поведінка – різні форми навмисних самоушкоджень, метою яких не є добровільна смерть або реалізація яких безпечна для життя. Аутоагресивна поведінка у підлітковому віці має багато різних причин, серед яких є психологічні та соціальні фактори. Основними причинами даної поведінки є стрес, депресія, тривога, низька самооцінка, відсутність підтримки з боку сім'ї чи друзів, а також проблеми взаємодії з іншими людьми.

### **Список використаної літератури**

1. Ларіна Т. О. Соціально-психологічні передумови аутоагресивної поведінки молоді: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Т. О. Ларіна. – Київ, 2004. – 20 с.
2. Мусаелян О. М. Психологічні особливості запобігання аутоагресивній поведінці студентської молоді: автореф... дис. канд.. наук: 19.00.07 / О. М. Мусаелян. – Київ, 2018. – 23 с.
3. Піддубняк С. В. Соціально-психологічні засоби корекції аутоагресивної поведінки молоді / С. В. Піддубняк // Науковий вісник Херсонського державного університету. – Херсон: Гельветика, 2018. – 280 с.
4. Яремчук В.В. Соціально-психологічні особливості аутоагресивної поведінки сучасної молоді / В.В. Яремчук // Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєверодонецьк: СНУ ім. В. Даля, 2018. – № 3 (47). – Т.2. – 328 с.

6. Baron, R. A., Richardson, D. R. Human Aggression: Perspectives in Social Psychology. – New York: Plenum Press, 1994. – 419 p.
7. Shneidman E. S. The Suicidal Mind. – New York: Oxford University Press, 1996. – 208 p.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ «ПСИХОЛОГ–КЛІЄНТ»**

**Загороднюк Юлія Володимирівна**

здобувач вищої освіти факультету публічного управління,  
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Науковий керівник: Пилявець Наталія Ігорівна**

ORCID ID: 0009-0001-6292-1660

доктор філософії з психології, старший викладач кафедри психології

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

*Україна*

**Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі.** У сучасному світі все більше зростає потреба в психологічній підтримці, яка стає дедалі важливішою через численні соціальні та особистісні виклики. Ключовим елементом у наданні психологічної допомоги є взаємодія між психологом і клієнтом, яка слугує основою для продуктивної роботи. У цьому контексті важливою є роль діалогу, який виступає центральним механізмом взаємодії та відіграє вирішальну роль у досягненні успіху психотерапевтичного консультування. Багато фахівців вважають, що характер стосунків і якість комунікацій між психологом і клієнтом мають прямий вплив на ефективність психотерапії та результативність роботи загалом. Професійна діяльність психолога-