

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»

Факультет психології, політології та соціології

Кафедра психології

**Кваліфікаційна робота -
бакалаврський дослідницький проект**

053 «Психологія»

на тему:

**КОМПЛЕКСНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ
СХИЛЬНОСТІ ДО ВЖИВАННЯ ПСИХОАКТИВНИХ РЕЧОВИН У
СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ**

Виконала: здобувачка 4 курсу, 3 групи

галузь знань: 05 «Соціальні та
поведінкові науки»

спеціальність 053 «Психологія»

Козакевич Анна Іванівна

Керівник: к.психол.н., доцент Самара О.Є.

Рецензент: к.політ.н., доцент Шмаленко Ю.І.

АНОТАЦІЯ

Козакевич Анна Іванівна. Комплексний аналіз психологічних детермінант схильності до вживання психоактивних речовин у старших підлітків.

Кваліфікаційна робота бакалавра за спеціальністю 053 «Психологія». Національний університет «Одеська юридична академія». Одеса, 2025 рік.

У роботі описано етапи організації та проведення емпіричного дослідження, методи та методики вивчення рівня тривожності, агресивності, типів акцентуацій характеру та схильності до адиктивної поведінки у старшому підлітковому віці. Встановлено наявність взаємозв'язків між високим рівнем тривожності, агресії, окремими акцентуаціями характеру (сензитивною, астено-невротичною, гіпертимною, циклоїдною, лабільною) та схильністю до вживання психоактивних речовин. Описано авторську профілактичну програму психокорекційного тренінгу, спрямовану на зниження рівня тривожності й агресивності в підлітків. Надано психологічні рекомендації щодо профілактики залежної поведінки та формування емоційної саморегуляції.

Ключові слова: тривожність, агресивність, акцентуації характеру, підлітковий вік, адиктивна поведінка, психоактивні речовини, профілактика, психокорекційний тренінг.

ABSTRACT

Kozakevich Anna Ivanivna. Comprehensive analysis of psychological determinants of the tendency to use psychoactive substances in older adolescents.

Bachelor's qualification work in the specialty 053 «Psychology». National University «Odesa Law Academy». Odesa, 2025.

The work describes the stages of organization and implementation of empirical research, methods and techniques for studying anxiety levels, aggressiveness, types of character accentuations, and susceptibility to addictive behavior in late adolescence. The study revealed significant correlations between high levels of anxiety, aggression, specific types of character accentuations (sensitive, astheno-neurotic, hyperthymic, cycloid, labile), and the propensity to use psychoactive substances. An original preventive training program was developed, aimed at reducing anxiety and aggression among adolescents. Psychological recommendations are provided for the prevention of addictive behavior and development of emotional self-regulation.

Key words: anxiety, aggressiveness, character accentuations, adolescence, addictive behavior, psychoactive substances, prevention, psychological training.

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ СХИЛЬНОСТІ ДО ВЖИВАННЯ ПСИХОАКТИВНИХ РЕЧОВИН (ПАР) У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ	13
1.1. Основні етапи організації та проведення емпіричного дослідження психологічних детермінант схильності до вживання психоактивних речовин (ПАР) у старших підлітків.....	13
1.2. Характеристика методів та методик дослідження	15
Висновки до 1-го розділу.....	19
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ СХИЛЬНОСТІ ДО ВЖИВАННЯ ПСИХОАКТИВНИХ РЕЧОВИН У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ	20
2.1. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження акцентуацій характеру, тривожності, агресивності та схильності до вживання ПАР у старших підлітків.....	20
2.1.1. Описова статистика вибірки за показниками тривожності, агресивності, схильності до вживання ПАР та акцентуацій характеру.....	20
2.1.2. Кореляційний аналіз показників тривожності, агресивності, схильності до вживання ПАР та акцентуацій характеру.....	33
2.2. Практичні рекомендації щодо зниження впливу акцентуацій характеру, тривожності та агресивності на схильність до вживання психоактивних речовин	39
Висновки до 2-го розділу.....	41
ВИСНОВКИ	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	45
ДОДАТКИ	51

ВСТУП

Актуальність теми. Проблема вживання психоактивних речовин (ПАР) серед старших підлітків є однією з найактуальніших у сучасному суспільстві, оскільки призводить до значних соціальних, психологічних та медичних наслідків. Ми вважаємо, що питання зловживання підлітками ПАР заслуговує на особливу увагу серед наукової спільноти. Загальновідомим є те, що підлітки являють собою одну з найуразливіших соціальних груп, в ситуації коли мова йде про вживання ПАР. За даними міжнародних звітів, ментальне здоров'я українських підлітків суттєво постраждало за останні роки, зокрема через війну, втрату безпеки, переміщення та постійне перебування у стресі [32].

Зокрема, за даними Всесвітньої організації охорони здоров'я [3] (ВООЗ), рівень вживання ПАР серед підлітків у світі має тенденцію до зростання, що сприяє збільшенню кількості випадків залежності, правопорушень, девіантної поведінки та проблем із психічним здоров'ям. Українські наукові дослідження свідчать про стійку динаміку зростання вживання психоактивних речовин серед підлітків, що обумовлює необхідність глибшого аналізу цієї проблеми та розробки ефективних заходів профілактики.

Нажаль, маємо невтішну статистику: станом на 2019-ий рік, 50% українських підлітків мають досвід куріння, 86% вживали алкоголь та 18% мали досвід вживання наркотиків – відзначається у звіті Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) «Куріння, вживання алкоголю та наркотичних речовин серед підлітків, які навчаються: поширення й тенденції в Україні». За дослідженнями епідеміологів, ранній дебют у вживанні ПАР значно підвищує ризик формування стійкої залежності [35].

Окрему тривогу викликає ситуація в умовах воєнного стану, що впливає не лише на психоемоційний стан молоді, а й сприяє поширенню наркоринку на території України [25]. Тож вважаємо цілком логічним припущення про істотне зростання показників вживання ПАР серед підлітків в останні декілька років.

Важливим аспектом дослідження є виявлення психологічних детермінант схильності підлітків до вживання ПАР. Науковці вказують, що такі детермінанти можуть включати особливості темпераменту, характеру (такі як акцентуації характеру), низький рівень самоконтролю, підвищену тривожність та агресивність, депресивні прояви, нестабільну самооцінку, а також вплив соціального середовища. Комплексний аналіз цих факторів є необхідним для розробки ефективних профілактичних програм [9; 13; 37].

Актуальність дослідження обумовлена ще й тим, що на сьогоднішній день у сфері психології та профілактики адиктивної поведінки недостатньо комплексних підходів, які одночасно враховують всі аспекти схильності підлітків до вживання ПАР. Більшість існуючих програм спрямовані на боротьбу з вже сформованою залежністю, тоді як первинна профілактика, що базується на аналізі психологічних передумов адиктивної поведінки, залишається недостатньо розробленою [11; 14; 16].

Таким чином, дослідження психологічних детермінант схильності старших підлітків до вживання психоактивних речовин є важливим як у науковому, так і в практичному аспекті. Його результати можуть бути використані для вдосконалення програм профілактики та психологічної корекції, спрямованих на зниження рівня вживання ПАР серед підлітків, покращення їх психологічного благополуччя та адаптації в соціальному середовищі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній психології підлітковий вік розглядається як перехідний період між дитинством і дорослістю, протягом якого відбуваються значні фізіологічні, психологічні та соціальні зміни. Вікові межі цього періоду можуть варіюватися залежно від підходів різних дослідників та культурних особливостей.

У психології та педагогічній науці існує декілька підходів до визначення вікових меж підліткового віку. Пропонуємо надалі розглянути найвідоміші з них.

Підлітковий вік охоплює період від 10 до 18 років. Цей етап характеризується інтенсивним розвитком самосвідомості, формуванням ідентичності та становленням соціальних ролей [15].

Л.С. Виготський у своїй періодизації виділяє пубертатний вік, який триває від 14 до 17 років, підкреслюючи його кризовий характер [12].

Д.Б. Ельконін визначає підлітковий вік як період від 10-11 до 14 років, зазначаючи, що цей етап характеризується інтенсивним розвитком особистості та соціальних відносин.

Е.Еріксон у своїй відомій віковій періодизації психосоціального розвитку встановлює межі підліткового віку від 13 до 18 років [26].

Варто зазначити, що Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначає підлітковий вік як період від 10 до 19 років, підкреслюючи, що цей етап включає як ранній (10-14 років), так і пізній підлітковий вік (15-19 років) [18].

Окрім певних вікових особливостей, підлітковий вік характеризується активним розвитком у когнітивній, емоційній та соціальній сферах.

Когнітивний розвиток у підлітків відбувається нерівномірно: дослідження нейропсихологів свідчать, що префронтальна кора мозку, яка відповідає за самоконтроль і прийняття рішень, дозріває повністю лише у дорослому віці, а саме приблизно у 25 років. Це пояснює імпульсивність, ризиковану поведінку та емоційну нестабільність підлітків [31].

Емоційна сфера у підлітковому віці є надзвичайно чутливою. Гормональні зміни, зокрема підвищення рівня тестостерону та естрогену, впливають на емоційну реактивність. Дослідження показують, що підлітки мають схильність до поляризованого емоційного реагування, що може пояснювати часті зміни настрою та труднощі у регуляції емоцій [33].

Ерік Еріксон визначав підлітковий вік як стадію «ідентичність проти рольової плутанини». Саме в цей період індивід починає експериментувати з різними соціальними ролями, професійними орієнтирами та світоглядними позиціями. Значну роль у соціальному розвитку відіграє група однолітків, яка поступово починає домінувати над сімейним впливом. Підлітки прагнуть до автономії, що може призводити до конфліктів із батьками, проте водночас вони залишаються емоційно залежними від дорослих, що проявляється у пошуку підтримки та схвалення [23].

Нейробіологічні дослідження свідчать, що психоактивні речовини впливають на систему винагороди у мозку, посилюючи компульсивну поведінку. Вживання ПАР змінює дофамінову передачу в ядрі *accumbens*, що призводить до дисрегуляції чутливості до винагороди та збільшення потягу. Хронічний вплив спричиняє нейроадаптивні зміни, що знижують природну підкріплюючу здатність не-наркотичних стимулів [28; 39].

Затримка дозрівання префронтальної кори, що відповідає за контроль імпульсів і прийняття рішень, може спричинити ризиковану поведінку, яка пов'язана з вживанням психоактивних речовин. Функціональні нейровізуалізаційні дослідження показують структурні порушення у людей із тривалим досвідом вживання вищезазначених речовин, що в свою чергу свідчить про довготривалі когнітивні дефіцити [10].

Надалі з'ясуємо психосоціальні аспекти. Психологічна вразливість і соціальні фактори суттєво впливають на ініціацію та підтримку вживання ПАР. Підлітки з розладами настрою, тривожністю, поведінковими порушеннями частіше використовують ПАР як засіб саморегуляції [29].

Психологічними дослідженнями було підтверджено, що групові норми відіграють вирішальну роль у початку вживання психоактивних речовин. Не викликає сумнівів, що підлітки, які контактують із ровесниками, що вживають наркотики та/або алкоголь, мають вищі шанси експериментувати та продовжити вживання. [30]

У соціальному аспекті, сімейна динаміка, включаючи батьківський контроль і соціально-економічний статус, впливає на моделі вживання ПАР. Неблагополучне середовище, відсутність підтримки з боку дорослих, конфлікти в родині підвищують ризик розвитку залежностей [36]. Високий рівень залученості батьків суттєво зменшує ризики, тоді як дисфункціональні сімейні відносини підвищують вразливість до зловживання.

У зв'язку з викладеним вище вважаємо доцільним ще раз наголосити на вкрай уразливий стан підлітків щодо різноманітних форм залежностей, особливо від психоактивних речовин. Пошук соціального схвалення, бажання бути

частиною референтної групи, розмаїття негативних психічних станів (тривога, агресія, депресія, апатія і т.п.), а також особливості перехідного віку можуть стати причинами зловживання підлітками ПАР.

У даній роботі під час аналізу психологічних детермінант схильності старших підлітків до зловживання психоактивними речовинами ми зробили акцент на наступних чинниках : тривожність, агресивність та акцентуації характеру. Пропонуємо розглянути їх більш детально.

Тривожність – це стійка індивідуально-психологічна характеристика, яка проявляється у підвищеній чутливості до загрозливих ситуацій, схильності до надмірного хвилювання, напруженості та страху. Дослідження показують, що підлітки з високим рівнем тривожності частіше використовують ПАР як спосіб зниження емоційної напруги та регуляції стресу [5;19;27].

Особливо небезпечною є ситуація, коли тривожні стани поєднуються з низькою саморегуляцією та нестачею соціальної підтримки, що підвищує ризик залежності. Серед чинників, які посилюють тривожність підлітків, дослідники відзначають також вплив інформаційного середовища, зокрема негативного медіаконтенту, що посилює емоційне напруження [7]. Залежна поведінка формується внаслідок взаємодії психофізіологічних механізмів і соціального контексту, де важливу роль відіграють медіа, родина, навчальний заклад і рівень тривожності [22; 30; 36].

Механізми взаємозв'язку між тривожністю та вживанням ПАР включають когнітивні та біологічні аспекти. Зокрема, у підлітків з підвищеним рівнем тривожності спостерігається гіперактивність мигдалеподібного тіла, що відповідає за реакцію на стрес, а також зниження функціональної активності префронтальної кори, яка регулює імпульсивність і ухвалення рішень. Це створює передумови для формування залежності від речовин, що сприяють тимчасовому зменшенню напруги, таких як алкоголь, канабіноїди чи седативні препарати [28; 33].

Агресивність є ще одним важливим чинником, що може зумовлювати схильність до зловживання ПАР. Вона характеризується схильністю до ворожої

поведінки, конфліктності, імпульсивності та недостатнім контролем емоцій. Підлітки з високим рівнем агресивності частіше залучаються до ризикованої поведінки, включаючи ранній початок вживання алкоголю, наркотичних речовин та інших психоактивних препаратів [2; 4; 24].

Дослідження підтверджують, що агресивна поведінка часто пов'язана з дисфункцією лімбічної системи, особливо підвищеною активністю мигдалеподібного тіла та порушенням роботи серотонінергічної системи. Це може спричиняти підвищену емоційну реактивність та імпульсивність, що у поєднанні з соціальними та сімейними факторами (наприклад, насильством у родині, відсутністю батьківського контролю) значно підвищує ризик зловживання ПАР [29; 34].

Акцентуації характеру – це крайні варіанти норми особистісного розвитку, що визначають підвищену чутливість до певних факторів середовища. Вони можуть впливати на поведінку підлітків, їхню реакцію на стресові ситуації та схильність до пошуку нових відчуттів, що може включати експериментування з ПАР [6; 20].

Дослідники виділяють декілька типів акцентуацій, які найбільше корелюють із ризиком вживання ПАР. Гіпертимний тип характеризується підвищеною активністю, оптимізмом, імпульсивністю та прагненням до нових відчуттів. Підлітки з таким типом акцентуації можуть експериментувати з ПАР через бажання випробувати нові емоційні стани. Тривожному типу притаманна схильність до надмірного переживання, невпевненості у собі, соціальної тривожності. Такі підлітки можуть використовувати ПАР для зниження емоційної напруги та страху. Підліткам з демонстративним типом акцентуації характеру властиві прагнення до уваги, емоційна нестабільність, схильність до маніпулятивної поведінки. Вживання ПАР для них може бути частиною самопрезентації та засобом привернення уваги [20].

Відтак, теоретичний аналіз наукової літератури останніх років дає підстави впевнено стверджувати, що тема зловживання підлітками ПАР та аналіз детермінант цього явища є вкрай актуальною. Також не викликає сумнівів факт,

що ця проблема потребує особливої уваги наукової спільноти, особливо, з точки зору превенції та профілактики зловживання психоактивних речовин серед молоді [1; 16; 38].

Метою даного дослідження виступає виявлення впливу агресії, тривожності та акцентуацій характеру на зловживання підлітками ПАР та формулювання практичних рекомендацій щодо зниження впливу вищезазначених детермінант на це явище.

Відповідно до мети були сформульовані наступні **завдання**:

- 1) Здійснити теоретичний аналіз акцентуацій характеру, тривожності та агресивності як психологічних детермінант схильності до вживання ПАР у старших підлітків;
- 2) Розробити програму дослідження психологічних детермінант схильності підлітків до вживання ПАР;
- 3) Емпірично дослідити психологічні детермінанти схильності до вживання ПАР у старших підлітків та інтерпретувати результати;
- 4) Розробити практичні рекомендації щодо зниження впливу акцентуацій характеру, тривожності та агресивності на схильність до вживання психоактивних речовин.

Об'єктом дослідження є схильність до вживання психоактивних речовин у старших підлітків.

Предметом дослідження є психологічні детермінанти, що обумовлюють схильність до вживання психоактивних речовин у старшому підлітковому віці.

Методами дослідження в даній роботі є: методика діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки (адаптація А.К. Осницького), шкала Scared, розроблена Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії, методика діагностики схильності до 13 видів адикції (Лозова Г.В.) та модифікований опитувальник для ідентифікації типу акцентуації характеру підлітків (О. Лічко, С. Подмазін),

Практична значимість отриманих результатів. Дані, які біли отримані нами під час проведеного комплексного аналізу психологічних детермінант

схильності старших підлітків до вживання ПАР будуть надзвичайно корисні в першу чергу для психологів та педагогів. Результати цього дослідження можуть застосовуватись під час сімейних та індивідуальних консультацій та психотерапевтичних сесій.

Публікація результатів дослідження. Основні теоретичні та практичні положення дослідження обговорювалися на Всеукраїнській науково-практичній конференції «На межі вибору: клініко-психологічні підходи до подолання залежностей» (м. Одеса, 23 квітня 2025 р.) / за заг. ред. О.Є. Самари, Одеса: Видавництво «_», 2025, подано до рецензування та друку.

Крім того, результати дослідження були розглянуто та опубліковано на IX Міжнародній науково-практичній конференції «SCIENTIFIC RESEARCH: MODERN CHALLENGES AND FUTURE PROSPECTS», 12-14.05.2025, Мюнхен, Німеччина. Тема : « Комплексний аналіз психологічних детермінант схильності до вживання психоактивних речовин у старших підлітків» за авторством Козакевич А.І. та Самари О.Є.

Також участь у I турі Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт з галузі знань «Психологія». Назва роботи: «Комплексний аналіз психологічних детермінант схильності до вживання психоактивних речовин у старших підлітків». Козакевич А.І., Самара О.Є. 2025 р., подано до рецензування та друку.

Структура та обсяг роботи. Структура бакалаврської роботи визначена завданнями та метою дослідження, робота складається з двох розділів, що об'єднані шістьма підрозділами, висновку, списку використаної літератури та додатків; основний зміст роботи викладений на п'ятдесяти двох сторінках; список використаних джерел містить тридцять дев'ять найменувань.

РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ СХИЛЬНОСТІ ДО ВЖИВАННЯ ПСИХОАКТИВНИХ РЕЧОВИН (ПАР) У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

1.1. Основні етапи організації та проведення емпіричного дослідження психологічних детермінант схильності до вживання психоактивних речовин (ПАР) у старших підлітків.

Як вже було неодноразово зазначено в даній роботі, важливість теми вживання підлітками психоактивних речовин важко переоцінити. Саме через нагальність питання урегулювання зловживання старшими підлітками ПАР ми обрали цю тему в якості теми нашої кваліфікаційної роботи.

Метою емпіричного дослідження було виявлення кореляційного зв'язку між психологічними характеристиками та схильністю до вживання психоактивних речовин серед підлітків.

Емпіричне дослідження було проведено на базі Тилігульського аграрного фахового коледжу. В дослідженні брали участь 100 підлітків 16-19 років. Учасникам були надані окремі форми з методиками. Психологічні дослідження проведені за умов інформованої згоди студентів коледжу. Нами вирішено зробити тестування анонімним задля підвищення правдивості отриманих результатів. Виходячи з цього, кожен учасник дослідження отримав ідентифікаційний номер від 1 до 100. Дослідження складалось з наступних етапів: підготовчого, діагностичного та інтерпретаційного. Надалі ми розглянемо детально кожен з вищевказаних етапів.

Перший етап, підготовчий, першочергово включав в себе розробку теоретичної частини дослідження. Зокрема теоретичний аналіз соціологічної та психологічної наукової літератури за відповідною тематикою, а саме: аналіз досліджень вікових меж підліткового віку, аналіз наявної в науковому просторі інформації щодо психологічних особливостей пубертату, когнітивного, нейробіологічного та психосоціального аспектів формування у підлітків

залежності від ПАР [9; 28; 29; 33]. Також були проаналізовані останні дослідження по кожному з висвітлених в даній роботі психологічних детермінант: акцентуацій характеру, тривожності та агресивності [2; 5; 6; 19]. Наступним складником підготовчого етапу була розробка програми емпіричного дослідження. Зокрема відбір комплексу психодіагностичних методик, спрямованих на визначення рівню тривожності та агресивності, а також типу акцентуацій характеру. При відборі методик для нашого дослідження враховано вимоги до психодіагностичного інструментарію (точність, надійність, валідність), його відповідність меті, задаванням та віковим особливостям учасників емпіричного дослідження.

Відповідно до цього, діагностичний етап включав в себе діагностику респондентів за обраними методиками, а також кількісний та якісний аналіз отриманих даних, який дав змогу до подальшого виділення окремих критеріїв для кореляційного аналізу.

Нарешті третій, інтерпретаційний етап характеризувався отриманих результатів. Також на цьому етапі були зроблені часткові і загальні висновки аналізом емпіричного дослідження.

Вважаємо за потрібне ще раз наголосити, що участь у дослідженні була добровільною й всі учасники були завчасно проінформовані про цілі дослідження та можливість подальшого використання його результатів. Перед початком проходження тестування учасникам надавалися короткі вказівки щодо їх виконання. Крім того, кожна методика розпочиналась письмовою інструкцією. У разі виникнення будь-яких труднощів дослідження респонденти мали змогу звернутися за допомогою до організаторів дослідження.

Також зазначимо, що респонденти отримали весь тестовий матеріал єдиним блоком: методика діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки (адаптація А.К. Осницького), шкала Scared-C [17], розроблена Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії, методика діагностики схильності до 13 видів адикції [14] (Лозова Г.В.) та модифікований

опитувальник для ідентифікації типу акцентуації характеру підлітків (О. Лічко, С. Подмазін) [1; 4; 7; 17].

Після закінчення збору необхідної інформації проводилася обробка даних із подальшою математичною обробкою (методи описової статистики, коефіцієнт кореляції Пірсона) та інтерпретацією отриманих даних.

1.2. Характеристика методів та методик дослідження.

Пропонуємо перейти до опису та обґрунтування обраних нами для проведення даного дослідження методик.

1) Опис та обґрунтування використання методики діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки (адаптація А.К. Осницького). Опитувальник складається з 75 висловлювань, кожне з яких потрібно позначити одним з двох варіантів відповіді: «+» або « - ». Якщо респондент вважає, що твердження йому підходить, то ставить поруч знак «+», а якщо не підходить, то «-».[2]

Автори визначили наступні види агресивної поведінки:

- 1) Фізична агресія – використання фізичної сили проти іншої особи.
- 2) Вербальна агресія – прояви негативних почуттів як через форму (сварка, крик, верещання), так і через зміст словесних звертань до інших осіб (погроза, прокляття, лайка).
- 3) Непряма агресія – плітки, образливі жарти та прояви ненаправлених, неупорядкованих вибухів люті (крик, тупотіння ногами тощо).
- 4) Негативізм – це характеристика особистості або поведінка, що виявляється у негативному підході до різних аспектів життя, схильністю до песимізму, критики, або негативним ставленням на стосунки з іншими людьми та оточуючий світ.
- 5) Роздратування – готовність за найменшого збудження проявляти запальність, різкість, грубість.

6) Підозрілість – схильність до недовіри та обережного ставлення до людей, яка виходить з переконання, що оточуючі хочуть завдати людині шкоди.

7) Образа – прояв заздрості та ненависті до оточуючих, що обумовлені відчуттям гніву, невдоволеністю кимось або чимось конкретним у зв'язку з справжніми або уявними стражданнями.

8) Аутоагресія – ставлення та дії особи щодо себе, які виходять із можливого переконання самої особи в тому, що вона є поганою людиною, діє негарно, злісно, безсовісно.

У межах проведення комплексного аналізу психологічних детермінант схильності старших підлітків до вживання психоактивних речовин вважаємо, що застосування методики діагностики показників і форм агресії А. Басса та А. Дарки [2], адаптованої А.К. Осницьким є відповідним меті роботи. Використання цієї методики ґрунтується на необхідності дослідження агресивних проявів у підлітковому віці як одного з ключових чинників ризику девіантної поведінки, включно з уживанням психоактивних речовин.

Методика А. Басса та А. Дарки спрямована на оцінку різних форм агресивної поведінки, що є важливим аспектом аналізу психологічних факторів, які впливають на схильність підлітків до девіантної поведінки. Адаптація методики А.К. Осницьким дозволяє отримати валідні та надійні дані в умовах вітчизняного дослідницького контексту.

В той ж час, методика дає можливість визначити рівень і характер агресивних проявів, що дозволяє більш глибоко аналізувати психологічні детермінанти девіантної поведінки.

2) Опис та обґрунтування використання методики діагностики форм тривожності «Шкала Scared-C]» у дослідженні. Опитувальник складається з 41 твердження, напроти кожного з яких потрібно позначити одну з трьох відповідей: «дуже/часто», «трохи/іноді», «ні/ледь-ледь». Респонденти повинні відзначити позначкою ту відповідь, яка найкраще описує їх почуття протягом останніх трьох місяців. Якщо сума нарахованих балів за всі 41 висловлювання більше 25, це може свідчити про наявність у опитуваного тривожного розладу, а

якщо більше 30, то наявність розладу доволі ймовірна. Також при підрахунку суми балів за окремі твердження методика може допомогти при діагностиці панічного розладу, ГТР (генералізованого тривожного розладу, розладу сепараційної тривоги, соціофобії та шкільної фобії у підлітків.

У межах проведення комплексного аналізу психологічних детермінант схильності старших підлітків до вживання психоактивних речовин ми вважаємо доцільним застосування методики діагностики форм тривожності «Шкала Scared-C», розробленої Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії. Використання цієї методики ґрунтується на необхідності дослідження рівня та структури тривожних проявів у підлітковому віці як одного з ключових чинників ризику девіантної поведінки, включно з уживанням психоактивних речовин [5; 27].

Методика «Шкала Scared-C» є стандартизованим психодіагностичним інструментом для оцінки рівня тривожності у дітей та підлітків. Вона дозволяє визначити різні аспекти тривожності, зокрема генералізовану тривожність, соціальну тривожність, панічні атаки та посттравматичний стресовий розлад. Інструмент має високу валідність і надійність та широко використовується у практиці когнітивно-поведінкової терапії.

3) Опис та обґрунтування використання методики діагностики схильності до 13 видів адикції (Лозова Г.В.) у дослідженні. Даний опитувальник складається з 70 тверджень, на які існує п'ять варіантів відповіді в залежності від їх відповідності уявленням респондентів. Методика включає наступні відповіді: «ні», «скоріше за все ні», «ані так, ані ні», «скоріш за все так», «так».

Методика Лозової Г.В. дозволяє діагностувати схильність до 13 видів адикцій, серед яких: хімічні (алкогольна, наркотична, ніотинова) та нехімічні (ігрова, інтернет-залежність, трудовголізм, адикція до стосунків, сексуальна адикція, релігійна залежність, харчова залежність, адикція від перегляду телевізора, залежність від здорового способу життя). Також вважаємо за потрібне наголосити, що опитувальник Лозової допомагає встановити рівень загальної схильності до залежної поведінки. Дана методика відрізняється

комплексним підходом до оцінки адиктивної поведінки та має високу валідність і надійність, що підтверджено емпіричними дослідженнями.

Використання цієї методики ґрунтується на необхідності вивчення комплексного впливу різних форм адиктивної поведінки на схильність до вживання психоактивних речовин, а також виявлення потенційних факторів ризику та захисних чинників у підлітковому віці [6; 20].

4) Обґрунтування використання модифікованого опитувальника для ідентифікації типу акцентуації характеру підлітків (О. Лічко, С. Подмазін) у дослідженні. Опитувальник складається з 143 висловлювань, відповіді на які залежать від типовості твердження для респондента. Варіантів відповіді два : «так» або «ні». Методика допомагає виявити наявність або відсутність у опитуваного одного чи декількох з 10 типів акцентуації характеру : гіпертимного, циклоїдного, лабільного, астено-невротичного, сензитивного, тривожно-педантичного, інтровертованого, збудливого, демонстративного та нестійкого.

У дослідженні, присвяченому комплексному аналізу психологічних детермінант схильності старших підлітків до вживання психоактивних речовин, доцільно застосувати модифікований опитувальник для ідентифікації типу акцентуації характеру, розроблений О. Лічком та доповнений С. Подмазіним. Використання цього інструменту дозволяє виявити особливості акцентуацій характеру, які можуть впливати на схильність підлітків до девіантної поведінки, зокрема до вживання психоактивних речовин.

Модифікований опитувальник Лічка-Подмазіна дозволяє визначити типи акцентуацій характеру, які впливають на емоційну сферу, поведінкові реакції та стратегії подолання стресу у підлітків. Ця інформація є важливою для дослідження, оскільки певні типи акцентуацій можуть бути пов'язані зі схильністю до пошуку нових вражень, імпульсивною поведінкою або униканням відповідальності, що своєю чергою може підвищувати ризик вживання психоактивних речовин [33].

5) Метод кореляційного аналізу (r-Пірсона) був застосований на заключному етапі обробки даних з метою виявлення зв'язків між рівнем тривожності, агресивності, типами акцентуацій характеру та загальним індексом адиктивної схильності. Даний статистичний інструмент дозволив оцінити силу і напрямок взаємозв'язків між досліджуваними змінними та сформулювати відповідні висновки [19].

Обрані нами для даного дослідження методики є ефективним інструментом для дослідження психологічних детермінант схильності до вживання психоактивних речовин. Вони дозволяють отримати комплексну картину характеристик, які можуть впливати на вживання підлітками ПАР у підлітковому віці [9; 13; 21].

В свою чергу результати, отримані за допомогою вищезазначених методик, можуть бути використані для розробки профілактичних програм та корекційних заходів, спрямованих на зниження рівня та профілактику вживання психоактивних речовин.

Висновки до 1-го розділу

У цілому, розділ 1 забезпечив теоретико-методологічне підґрунтя для подальшого вивчення психологічних детермінант адиктивної поведінки у підлітковому віці, створивши чітку і структуровану модель емпіричного дослідження. Було застосовано чотири психодіагностичні методики, що дозволили комплексно вивчити акцентуації характеру, рівень агресивності, тривожність і схильність до адиктивної поведінки. Залучення науково обґрунтованого інструментарію та дотримання етичних норм дозволило забезпечити надійність і валідність отриманих даних, що стане основою для формулювання науково обґрунтованих висновків у наступних розділах роботи. Завдяки цьому дослідженню відкриваються нові перспективи для розробки ефективних профілактичних та корекційних програм.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ СХИЛЬНОСТІ ДО ВЖИВАННЯ ПСИХОАКТИВНИХ РЕЧОВИН У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

2.1. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження акцентуацій характеру, тривожності, агресивності та схильності до вживання ПАР у старших підлітків.

2.1.1. Описова статистика вибірки за показниками тривожності, агресивності, схильності до вживання ПАР та акцентуацій характеру.

Розпочати аналіз пропонуємо з описання статистичних даних, пов'язаних з співвідношеннями тих чи інших форм тривожності, агресії, а також типів акцентуацій характеру та адиктивної поведінки.

Під час проведення емпіричного дослідження тривожності старших підлітків були отримані дані, які кількісно відображено в таблиці 1.

Таблиця 1.

Розповсюдження форм тривожності серед респондентів.

Можливо тривожний розлад(ТР)	Ймовірний ТР	Панічний розлад	(Генералізований тривожний розлад) ГТР	Розлад сепараційної тривоги	Соціальна фобія	Шкільна фобія
19	40	52	18	43	16	56

Як бачимо з таблиці, доволі висока частка респондентів ймовірно має схильність до того чи іншого тривожного розладу. Результати свідчать, що 19% опитаних мають можливий тривожний розлад (ТР), а 40% – ймовірний ТР. Це підтверджує, що майже половина підлітків відчуває значний рівень тривожності, що може впливати на їхню поведінку, навчання та соціальне функціонування.

Панічний розлад (52%) – більше половини підлітків мають схильність до раптових панічних атак, що може бути наслідком нестабільного емоційного фону та підвищеної чутливості до стресу.

Генералізований тривожний розлад (18%) – менший відсоток, однак цей розлад може поєднуватися з іншими тривожними станами, сприяючи хронічному неспокою.

Розлад сепараційної тривоги (43%) – високий показник може свідчити про проблеми з автономністю підлітків, що особливо актуально у перехідний період до дорослого життя.

Соціальна фобія (16%) – порівняно низький рівень свідчить, що більшість підлітків не мають значних труднощів у соціальних контактах. Ці результати узгоджуються з попередніми дослідженнями, згідно з якими саме соціальна тривожність є найбільш значущим чинником ризику у підлітковому віці щодо формування хімічної залежності [5; 27].

Шкільна фобія (56%) – найбільш виражений розлад, що вказує на значний рівень шкільного стресу, конфлікти з однолітками або вчителями, а також високі навчальні навантаження.

Також, для більшої наочності, отримані під час проведення емпіричного дослідження тривожності старших підлітків дані відсотково відображено на рисунку 1.1.

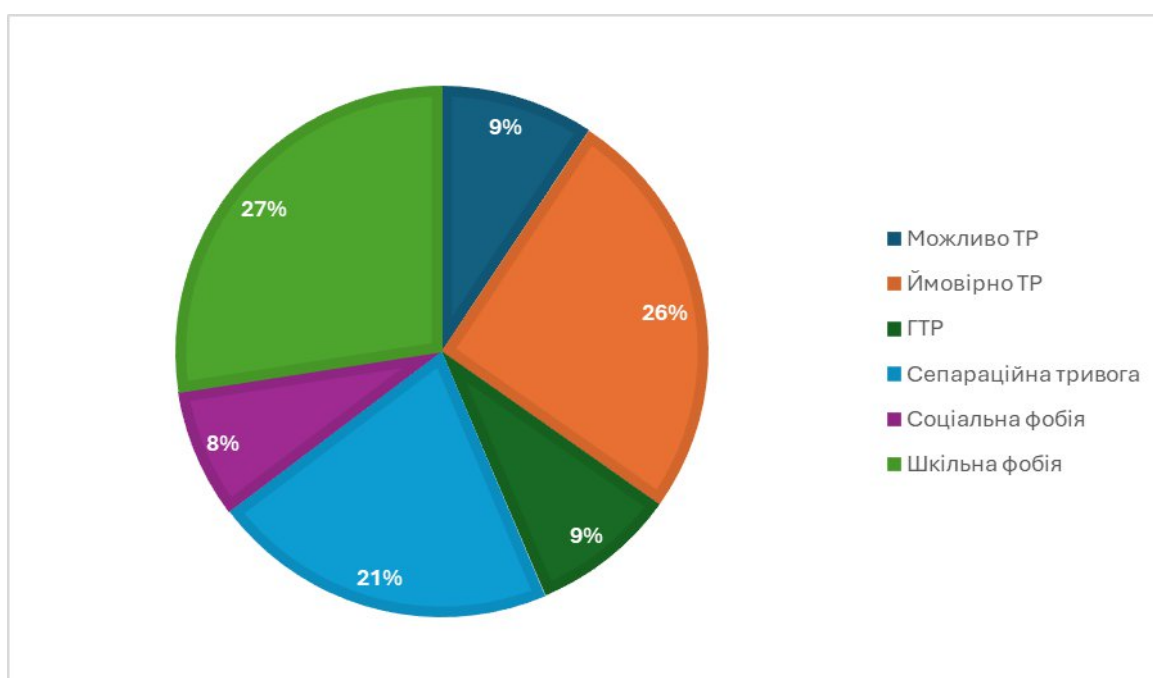


Рисунок 1.1. Співвідношення статистичних даних щодо розповсюдження форм тривожності серед респондентів.

Надалі перейдемо до аналізу та інтерпретації результатів дослідження різних форм агресії.

Під час проведення емпіричного дослідження агресії старших підлітків були отримані дані, які кількісно відображено в таблиці 2.

Таблиця 2.

Розповсюдження прояву різних форм агресії у респондентів.

	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Фізична агресія	9	42	49
Опосередкована агресія	6	53	41
Роздратування	6	48	46
Негативізм	9	33	21
Образливість	2	43	55
Підозрілість	1	52	47
Вербальна агресія	8	49	43
Аутоагресія	8	49	35
Індекс ворожості	3	87	10
Індекс агресивності	3	84	13

Майже половина підлітків (49%) має високий рівень фізичної агресії. Це свідчить про поширеність агресивної поведінки, яка може виявлятися у різних формах фізичного насильства. Це може свідчити про імпульсивність, низький рівень самоконтролю або вплив соціальних факторів (поширеність насилля в оточенні підлітка, низька соціалізація). Високий рівень фізичної агресії може бути пов'язаний із первинним соціумом. Висока ймовірність, що схильність до фізичної агресії сформувалася внаслідок спостереження насильства в дитинстві та/або якщо дитина була жертвою насилля (наприклад, вихованням у конфліктних сім'ях або в умовах, де фізична агресія є нормою).

Більшість підлітків (53%) мають середній рівень опосередкованої агресії, що означає, що вони можуть застосовувати непрямі форми агресії (маніпуляції, плітки, демонстративні вибухи гніву без прямої адресації конкретній особі, насмішки). Високий рівень у 41% респондентів вказує на поширеність таких

форм поведінки, особливо в соціальних групах, де пряме вираження агресії не є прийнятним. Звичка виражати агресію опосередковано може йти як із родини, так і з оточення підлітка та бути результатом, наприклад, страху бути покараним, нерозуміння власних емоцій та причинності своїх дій. Нажаль, в перехідному віці діти ще не здатні повністю зрозуміти тяжкість наслідків опосередкованої агресії.

Високий рівень роздратування у 46% учасників дослідження свідчить про підвищену емоційну чутливість і низьку толерантність до стресу. Це може призводити до частих спалахів агресії або конфліктів. В підлітковому віці гормональний фон змінюється доволі часто, а основні ресурси організму та психіки направлені в першу чергу на адаптацію до змін, що відбуваються в житті підлітка. Але якщо роздратованість проявляється занадто часто або є сильно вираженою, слід проаналізувати також соціальні та ін. фактори і виявити причини.

Негативізм є найменш вираженою серед респондентів формою агресії, лише 21% респондентів мають високий рівень цієї характеристики. Це може свідчити про невисоку схильність до опозиційної поведінки. Зазвичай підліткам притаманна протестна поведінка і це є нормою розвитку їхньої психіки. Але якщо рівень негативізму занадто високий, це може свідчити про певні проблеми або розлади та стати приводом для звернення до спеціалістів.

Понад половина (55%) підлітків демонструє високий рівень образливості. Це означає, що вони можуть гостро реагувати на критику та конфлікти. В нормі підлітки більш схильні ображатися, ніж дорослі люди. Такий рівень емоційної чутливості часто пов'язаний із гормональним фоном, а також молоді люди в цьому віці часто не мають повністю сформованого уявлення про себе, то ж дещо невпевнені в собі. У той ж час, зависокий рівень образливості може свідчити про критично низьку самооцінку та схильністю до конфліктних ситуацій.

Встановлено, що 47% опитаних підлітків демонструють високий рівень підозрілості. Такий показник свідчить про поширеність настороженості, обережності та недовіри у міжособистісних відносинах серед юнацької вибірки.

Це може ускладнювати соціальну взаємодію та потребує більш детального аналізу причин формування подібної риси.

Вербальна агресія (образи, зауваження, крики, сарказм) є поширеною серед підлітків. Високий рівень у 43% респондентів говорить про те, що вони часто використовують агресію у спілкуванні. В деяких підліткових компаніях грубі жарти та насмішки є звичайною формою комунікації. Також в цьому віці молоді люди активно «випробовують» особисті кордони дорослих та одне одного щоб краще розуміти правила та механізми соціальної взаємодії.

Аутоагресія (самоушкодження, самозвинувачення) є тривожним показником, оскільки 35% респондентів мають високий рівень цієї характеристики. Це може свідчити про емоційні труднощі та потребу в психологічній підтримці. Причиною такої поведінки частіше за все виступає неприйняття себе, своєї особистості і свого тіла з боку самого підлітка та/або його оточення. В більшості випадків активного прояву аутоагресії, особливо при нанесенні собі прямої фізичної шкоди, необхідним стає звернення до спеціалістів.

Переважна більшість (87%) має середній рівень ворожості, що означає схильність до певної недовіри та конфліктності, але без яскраво вираженої агресії.

Агресивність як загальна характеристика поведінки виявлена на середньому рівні у більшості підлітків (84%). Та 13% демонструють високий рівень агресивності та потребують психологічної консультації.

Особливу увагу привертають високі показники за шкалами вербальної агресії, дратівливості та негативізму. Це може свідчити про підвищену імпульсивність, яка, як зазначається в низці досліджень, підвищує ризик уживання ПАР як форми поведінкової реакції на фрустрацію [4; 24; 34].

Також, для більшої наочності, отримані під час проведення емпіричного дослідження тривожності старших підлітків дані відсотково відображено на рисунку 1.2.

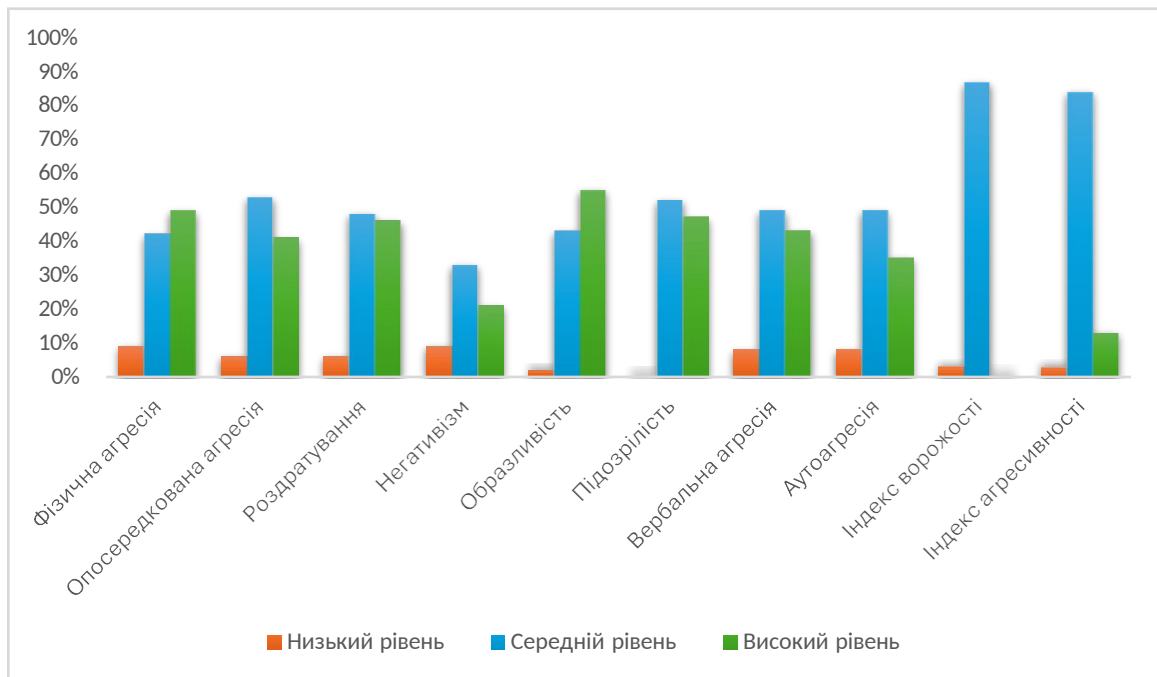


Рисунок 1.2. Співвідношення статистичних даних щодо розповсюдження форм агресії серед респондентів.

Надалі пропонуємо перейти до аналізу та інтерпретації результатів дослідження акцентуацій характеру, зазначеному у Таблиці 3.

Таблиця 3.

Розповсюдження типів акцентуацій характеру серед респондентів.

Гіпертимний	9%
Циклоїдний	12%
Лабільний	10%
Астено-невротичний	15%
Сензитивний	18%
Тривожно-педантичний	10%
Інтровертований	8%
Збудливий	6%
Демонстративний	8%
Нестійкий	2%
—	44%

Гіпертимний (9%) тип вирізняється підвищеною активністю, оптимістичністю, прагненням до новизни та розваг. Такі підлітки часто ініціюють компанії, легко залучаються до експериментування з речовинами, включаючи алкоголь та наркотики, з метою посилення приємних відчуттів. Недостатній рівень критичності та підвищена імпульсивність сприяють зниженню контролю над уживанням ПАР, що підвищує ризик формування поліадиктивної поведінки.

Циклоїдний тип (12%) характеризується чергуванням фаз гіпертимності та дистимії. У періоди емоційного піднесення вживання ПАР може виступати як засіб розваги, у фазі зниженого настрою – як спосіб уникнення фрустрації. Зазначена нестабільність підвищує ризик формування психологічної залежності, особливо за наявності конформних установок та негативного соціального впливу.

Лабільний тип (10%) виявляється у високій емоційній чутливості та залежності від ставлення з боку оточення. У таких підлітків зниження настрою часто викликане міжособистісними конфліктами або відчуттям самотності. Як результат, вживання ПАР може бути способом емоційної компенсації або зняття психічної напруги. Ризик залежної поведінки вищий за умови відсутності позитивної підтримки у значущому соціальному оточенні.

Астено-невротичний тип (15%) проявляється підвищеною втомлюваністю, тривожністю, іпохондричними переживаннями. Такі підлітки можуть звертатися до психоактивних речовин з метою зменшення внутрішнього напруження, покращення сну або підвищення енергії. Найчастіше вживають алкоголь або транквілізатори. Ризик формується поступово, за рахунок частих епізодів самолікування.

Сензитивний тип (18%) вирізняється підвищеною вразливістю, чутливістю до моральних переживань, схильністю до самоаналізу. У нормі ці підлітки не схильні до вживання ПАР, проте за наявності соціального тиску чи ситуації булінгу можуть вдатися до адиктивної поведінки як способу втечі від дійсності

або тимчасового зняття психологічного болю. Здебільшого залежність має прихований, латентний характер.

Тривожно-педантичний тип (10%) характеризується високою тривожністю, схильністю до сумнівів, боязкістю та підвищеним контролем над поведінкою. Як правило, такі підлітки не експериментують із речовинами, оскільки мають внутрішньо зафіксовані моральні заборони. У разі вживання – найчастіше мова йде про епізодичне пробування під тиском, без подальшого формування залежності.

Інтровертований тип (8%) передбачає зосередженість на внутрішньому світі, замкнутість, обмежене коло соціальних контактів. У таких підлітків можлива латентна залежність, що формується як засіб уникнення тривожності чи компенсації соціальної ізоляції. Часто вживають ПАР самотійно, без залучення до групової поведінки, що ускладнює виявлення проблеми.

Збудливий тип (6%) вирізняється підвищеною дратівливістю, імпульсивністю, схильністю до афективних вибухів. Вживання ПАР часто пов'язане з агресивною поведінкою, прагненням до миттєвого зняття напруги. У таких випадках швидко формується як психологічна, так і фізична залежність, особливо за умов неблагополучного виховання або дезадаптації.

Демонстративний тип (8%) характеризується прагненням до визнання, схильністю до самопрезентації та театральності. Уживання ПАР може розглядатися як спосіб привернення уваги, підкреслення власної «особливості» або демонстрації незалежності. Залежність часто поєднується з маніпулятивною поведінкою.

Нестійкий тип (2%) є одним із найбільш небезпечних у контексті залежної поведінки. Для таких підлітків характерна слабка воля, прагнення до розваг, відсутність мотивації до продуктивної діяльності. Вони легко піддаються груповому впливу та часто вживають ПАР у компаніях без усвідомлення наслідків. Залежність формується швидко і має стійкий характер.

Гіпертимний, тривожний та демонстративний типи вже були ідентифіковані в попередніх теоретичних оглядах як найбільш асоційовані з

ризиком уживання ПАР. Це є цілком логічним, враховуючи вже зазначене щодо тривожності як чинника адиктивного ризику [6; 20, 33].

Варто також зазначити, особи з нейтральним або збалансованим типом особистості, як правило, мають вищу здатність до саморегуляції, меншу імпульсивність та вищий рівень соціальної адаптації.

Разом з тим, у значної частини підлітків виявляються змішані або перехідні типи акцентуацій, коли риси кількох типів поєднуються або проявляються залежно від ситуації. У таких випадках ризик розвитку адиктивної поведінки може бути навіть вищим, оскільки суперечливі внутрішні тенденції (наприклад, від одночасної схильності до тривожності та демонстративності, або до ригідності й імпульсивності) створюють додаткові психоемоційні труднощі.

Також, для більшої наочності, отримані під час проведення емпіричного дослідження тривожності старших підлітків дані відсотково відображено на рисунку 1.3.

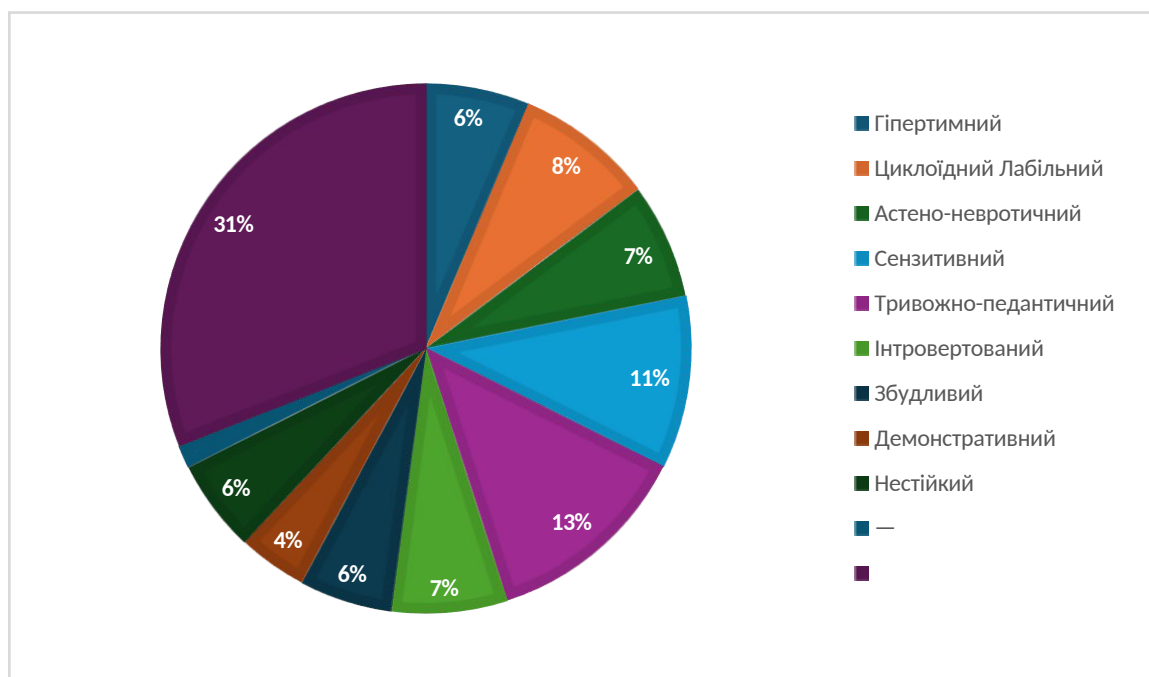


Рисунок 1.3. Співвідношення статистичних даних щодо розповсюдження типів акцентуацій характеру серед респондентів.

Надалі пропонуємо перейти до аналізу та інтерпретації результатів дослідження аддикцій, зазначеному у Таблиці 4.

Таблиця 4.

Розповсюдження типів аддикцій серед респондентів.

1	14%	34%	52%
2	39%	40%	21%
3	33%	36%	31%
4	42%	27%	31%
5	60%	24%	16%
6	23%	41%	36%
7	43%	23%	34%
8	36%	27%	37%
9	60%	29%	11%
10	56%	37%	7%
11	55%	21%	24%
12	61%	25%	14%
13	53%	33%	14%
14	15%	41%	44%

Результати показали, що одним із найпоширеніших видів залежності є алкогольна, високий рівень якої мають 52% респондентів. Вживання алкоголю в підлітковому віці часто стає частиною соціальних ритуалів, засобом адаптації у групі однолітків або способом зниження тривоги та стресу. Для багатьох підлітків алкоголь асоціюється з дорослим життям, незалежністю та можливістю відчувати себе впевненішими. Водночас відсутність критичного мислення щодо наслідків може призводити до раннього формування алкогольної залежності, що збільшує ризик подальших проблем із самоконтролем та здоров'ям.

Інтернет- та комп'ютерна залежність спостерігається у 21% підлітків, що є наслідком цифровізації суспільства. Інтернет-залежність все частіше проявляється у вигляді цифрової адикції, наслідки якої прирівнюють до впливу хімічних речовин [8]. Соціальні мережі, відеоігри та онлайн-контент забезпечують швидке отримання задоволення, відволікають від реальних

проблем і створюють ілюзію соціальної активності. Надмірне занурення у віртуальний світ може призводити до труднощів у комунікації, зниження навчальної мотивації та проблем із самоконтролем часу.

Любовна залежність, яка проявляється у 31% опитаних, є ще одним видом поведінки, що формується внаслідок нестачі емоційної стабільності та підтримки. Для підлітків характерна ідеалізація стосунків, сильна прив'язаність до партнера, що може стати причиною втрати особистісної автономії та болісного переживання розривів. Особливо це стосується тих, хто має нестабільні або конфліктні сімейні стосунки, через що вони намагаються знайти емоційну безпеку у партнері.

Наркотична залежність зафіксована у 31% опитаних, що свідчить про серйозність проблеми. Вживання психоактивних речовин може розглядатися підлітками як спосіб протесту, втечі від реальності або просто цікавий експеримент. Важливу роль у формуванні цієї залежності відіграє доступність наркотичних речовин та вплив соціального оточення.

Ігрова залежність, яка спостерігається у 27% підлітків, є ще одним способом уникнення реальності. Вона дає можливість відчувати себе успішним у віртуальному світі, що є особливо привабливим для тих, хто має труднощі в реальному житті. Надмірне захоплення відеоіграми може спричиняти проблеми з навчанням, соціальною ізоляцією та порушенням режиму дня.

Нікотинова залежність проявляється у 36% респондентів. Серед причин її поширення можна виокремити наслідування дорослих, вплив друзів, бажання здаватися більш зрілим або подолати стрес. Останнім часом популярність набули електронні сигарети, які помилково сприймаються як безпечніші, що сприяє їхньому активному вживанню молоддю.

Харчова залежність спостерігається у 34% підлітків. Це явище тісно пов'язане з емоційним станом людини, адже їжа часто використовується як механізм захисту від негативних переживань, наприклад, тривоги, самотності чи нудьги. Деякі підлітки, навпаки, починають надмірно контролювати своє

харчування, прагнучі відповідати соціальним стандартам зовнішності, що може призводити до розладів харчової поведінки.

Залежність від міжстатевих відносин виявлена у 37% респондентів, що свідчить про важливість цієї сфери для підліткової ідентичності. Прагнення до романтичних стосунків може бути пов'язане з пошуком емоційної підтримки, бажанням самоствердження або страхом самотності. У деяких випадках надмірна потреба у відносинах може свідчити про незрілість емоційного розвитку.

Трудоголізм, який проявляється у 11% підлітків, нерідко формується під впливом високих очікувань батьків або внутрішнього страху невдачі. Молоді люди, які прагнуть досягти високих результатів у навчанні або інших сферах, можуть поступово втрачати баланс між роботою та відпочинком, що може призводити до емоційного вигорання.

Телевізійна залежність зафіксована у певної частини респондентів. Надмірне захоплення телевізійними шоу та серіалами може стати способом уникнення реальності, а також джерелом нереалістичних уявлень про світ, що знижує критичне мислення.

Релігійна залежність, яку мають 24% підлітків, є доволі суперечливим явищем. З одного боку, релігія може виконувати роль морального орієнтира, але з іншого – стати способом уникнення відповідальності за власне життя, якщо людина сліпо дотримується певних догм без критичного мислення.

Залежність від здорового способу життя виявлена у 14% респондентів. Це може проявлятися у фанатичному дотриманні дієт, надмірних фізичних навантажень або постійному контролі за калоріями. У деяких випадках таке ставлення до власного тіла може призводити до розладів харчової поведінки або психологічного дискомфорту при порушенні звичних режимів.

Лікарська залежність спостерігається у певної частини підлітків. Безконтрольне вживання медикаментів, зокрема седативних або знеболювальних препаратів, може викликати звикання та впливати на емоційний стан, знижуючи природну здатність людини до подолання стресу.

Збіг між рівнем тривожності та потенційною залежністю було виявлено у 64% осіб з високою тривожністю, що додатково підтверджує взаємозв'язок між цими змінними [9; 19].

Проведене дослідження підтвердило актуальність проблем емоційного стану, поведінкових реакцій та психологічної адаптації старших підлітків. Високі показники тривожності, агресії та схильності до залежної поведінки свідчать про емоційну нестабільність і потребу в додатковій підтримці з боку дорослих – як у сім'ї, так і в навчальному середовищі. Акцентуації характеру та поширеність різних типів адикцій вказують на складність підліткового віку як періоду особистісного становлення. Ці дані підкреслюють важливість системної профілактики, своєчасної психологічної допомоги та створення сприятливих умов для гармонійного розвитку підлітків як в освітньому середовищі, так і в родині.

Також, для більшої наочності, отримані під час проведення емпіричного дослідження залежної поведінки старших підлітків дані відсотково відображено на рисунку 1.4.

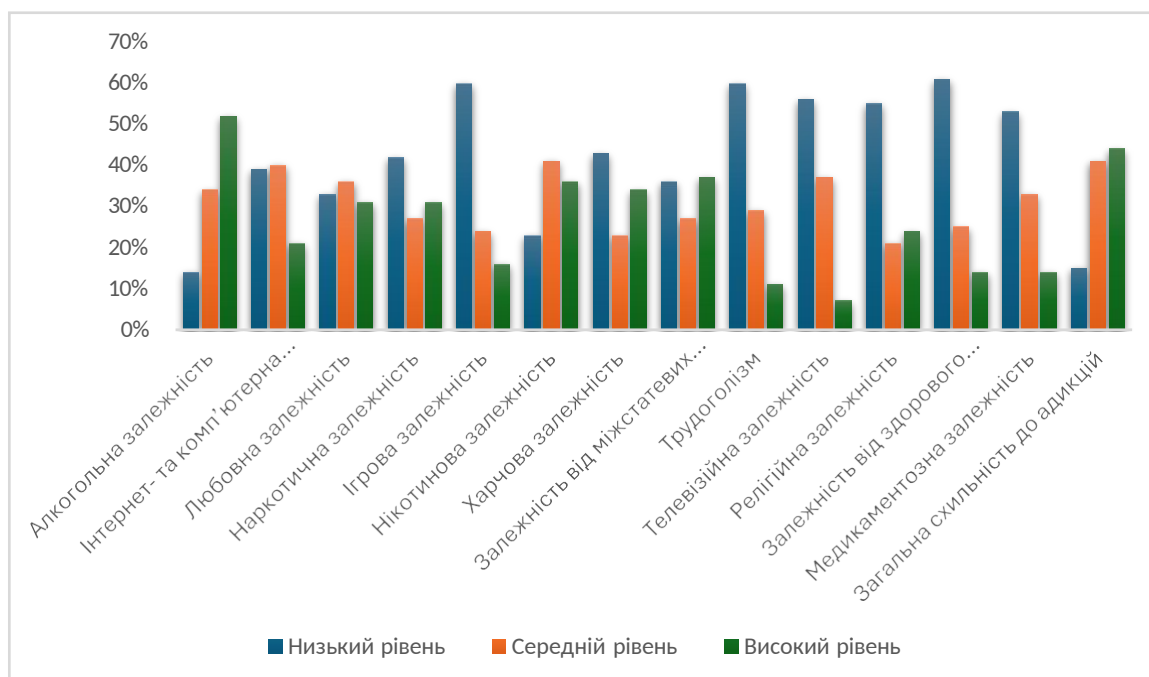


Рисунок 1.4. Співвідношення статистичних даних щодо розповсюдження типів залежної поведінки серед респондентів.

2.1.2. Кореляційний аналіз показників тривожності, агресивності, схильності до вживання ПАР та акцентуацій характеру.

Для визначення взаємозв'язків між детермінантами схильності старших підлітків до вживання ПАР, нами був здійснений кореляційний аналіз. Для цього ми використали коефіцієнт кореляції Пірсона. Коефіцієнт Пірсона – це тип коефіцієнта кореляції, який представляє зв'язок між двома змінними, які вимірюються на одному інтервалі або шкалі співвідношення. Коефіцієнт Пірсона – це міра міцності зв'язку між двома безперервними змінними.

Отримані результати кореляційного аналізу дозволяють виявити тісні взаємозв'язки між різними видами залежної поведінки та формами агресивного реагування. Це свідчить про те, що залежність як форма дезадаптивної поведінки може супроводжуватися порушенням емоційної регуляції та підвищеним рівнем агресивності, що проявляється як у зовнішньому (фізична та вербальна агресія), так і у внутрішньому (аутоагресія) плані.

Так, значимі кореляції між різними проявами агресії та видами адиктивної поведінки, були представлені у таблиці 5.

Таблиця 5.

Значимі кореляційні зв'язки між видами залежної поведінки та проявами агресії.

	Негати візм	Фізичн а агресія	Роздра туванн я	Аутоаг ресія	Підозр ілість	Індекс агреси вності	Індекс ворож ості	Верба льна агресія
Алког ольна	0,84	0,79	0,75					
Інтерн ет	0,94	0,90		0,87				
Ігрова					0,95	0,91	0,88	
Нарко тична		0,96		0,75				0,95

Отримані результати кореляційного аналізу дозволяють виявити тісні взаємозв'язки між різними видами залежної поведінки та формами агресивного реагування. Це свідчить про те, що залежність як форма дезадаптивної поведінки може супроводжуватися порушенням емоційної регуляції та підвищеним рівнем агресивності, що проявляється як у зовнішньому (фізична та вербальна агресія), так і у внутрішньому (автоагресія) плані.

Алкогольна залежність у старших підлітків виявляє глибокий взаємозв'язок із негативізмом ($r = 0.84$), що можна інтерпретувати як відображення внутрішнього конфлікту між прагненням до автономії та потребою в підтримці дорослого середовища. Уживання алкоголю часто набуває характеру символічного протесту, акту самоствердження або демонстрації зрілості. Зв'язок із фізичною агресією ($r = 0.79$) вказує на тенденцію до імпульсивного розрядження внутрішньої напруги через тілесну експресію, що типово для етапу розвитку, коли ще не сформовані навички конструктивного емоційного самовираження. Аутоагресія ($r = 0.75$) у цьому контексті може відображати досвід емоційного болю, провини, розчарування в собі, що трансформується у самопокарання або знецінення себе. Це є тривожним сигналом щодо формування самодеструктивного образу «Я».

Інтернет-залежність у підлітків виявляє особливо високий рівень негативізму ($r = 0.94$), що психологічно може розглядатися як втеча у віртуальний простір як захисний механізм від реальних труднощів, фрустрацій та соціальних очікувань. Віртуальна реальність виступає як простір контролю та передбачуваності, у якому підліток компенсує дефіцит визнання у реальному житті. Фізична агресія ($r = 0.90$) тут виступає наслідком емоційного перевантаження та блокованої експресії, що виникає у разі порушення «цифрового простору безпеки». Індекс агресивності ($r = 0.87$) свідчить про загальну емоційну напругу, що накопичується через суперечливе поєднання ізоляції й водночас постійної онлайн-активності.

Ігрова залежність у старших підлітків тісно пов'язана з підозрілістю ($r = 0.95$), яка може відображати зміщене сприйняття соціальної реальності під

впливом частого перебування в ігрових середовищах, де домінують теми змагання, загрози, маніпуляцій. Такий досвід формує гіпертрофовану настороженість, яка згодом переноситься у міжособистісну взаємодію. Індекс ворожості ($r = 0.91$) вказує на формування когнітивної схеми світу як ворожого, а вербальна агресія ($r = 0.88$) виступає інструментом встановлення влади або захисту в ситуаціях комунікативної нестабільності. Усе це відображає нестійке «Я», що намагається самоутвердитися через цифрову домінацію.

Наркотична залежність серед підлітків супроводжується надвисоким рівнем фізичної агресії ($r = 0.96$), що сигналізує про глибокі емоційні деструкції, втрату самоконтролю та ослаблення особистісних меж. Часто наркотики використовуються як інструмент втечі від внутрішньої порожнечі, болю, почуття безглуздості, але водночас посилюють афективні спалахи, неадекватну реактивність. Підозрілість ($r = 0.75$) може бути відлунням параноїдальних настроїв, недовіри до зовнішнього світу, що формується як частина залежної ідентичності. Вербальна агресія ($r = 0.95$) виконує функцію зовнішнього захисту внутрішньої вразливості, є спробою тримати на дистанції оточення, не допустити інтимного контакту, який підліток не готовий прийняти.

Отримані результати свідчать, що вживання психоактивних речовин (ПАР) старшими підлітками тісно пов'язане з різними формами агресивної поведінки, які відображають емоційно нестабільний внутрішній стан та підтверджують висновки попередніх робіт, де агресивна поведінка розглядалася як фактор ризику залучення до девіантних практик, зокрема вживання психоактивних речовин [2; 24; 34].

Алкогольна та наркотична залежність супроводжуються як зовнішньо спрямованими (фізична, вербальна агресія, підозрілість), так і внутрішньо спрямованими (аутоагресія, негативізм) формами агресії. Це дозволяє розглядати агресивні реакції як своєрідний маркер неусвідомленої емоційної напруги та фрустрації, що, у свою чергу, підвищує ризик формування залежної поведінки. Психоактивні речовини, зокрема алкоголь і наркотики, виступають

інструментами тимчасового полегшення цього стану, але водночас закріплюють деструктивні моделі емоційного самовираження.

Надалі пропонуємо перейти до аналізу та інтерпретації результатів дослідження зв'язків між тривожністю та залежною поведінкою, зазначеному у Таблиці 6.

Отримані результати кореляційного аналізу дозволяють зробити важливі висновки щодо взаємозв'язку між рівнем тривожності та розвитком різних видів залежної поведінки. Виявлені значущі кореляції свідчать про те, що люди, які схильні до високого рівня тривожності, частіше шукають зовнішні механізми зниження внутрішнього напруження, такі як: використання психоактивних речовин, інтернету, романтичних відносин або інших компенсаторних стратегій. Розглянемо найбільш виразні зв'язки. Ці дані підтверджують результати попередніх досліджень, у яких тривожність розглядалася як ключовий предиктор уживання ПАР серед підлітків [5; 27; 29].

Таблиця 6

Значимі кореляційні зв'язки між рівнем тривожності та різними видами залежностей.

	Панічний розлад	ГТР	Сепараційна тривога	Шкільна тривога
Алкоголь	0,98			
Інтернет		0,94		
Любовна залежність			0,95	
Наркотична залежність		0,86		0,91

Алкогольна залежність у старших підлітків виявляє майже абсолютний взаємозв'язок із симптомами панічного розладу ($r = 0.98$), що може свідчити про несвідому тенденцію використовувати алкоголь як хімічний спосіб регуляції різко зростаючої тілесної тривоги. Для підлітків, які стикаються із панічними епізодами, алкоголь часто стає своєрідною «фармакологічною бронєю», що тимчасово заглушає відчуття втрати контролю над власним тілом і психікою.

Така поведінка відображає прагнення швидкого полегшення емоційного стану в умовах обмежених навичок саморегуляції.

Інтернет-залежність демонструє високий рівень асоціації з генералізованим тривожним розладом ($r = 0.94$). Цей зв'язок може інтерпретуватися як прагнення підлітка до втечі у віртуальний світ, де контрольованість середовища, передбачуваність сценаріїв і відсутність реальних міжособистісних ризиків дозволяють компенсувати відчуття екзистенційної невизначеності й розмитості майбутнього, характерні для тривожної особистісної структури. Інтернет простір у цьому контексті виконує роль захисного кокона, де підліток тимчасово звільняється від постійної внутрішньої напруги.

Любовна залежність виявляє майже ідеальну кореляцію із сепараційною тривогою ($r = 0.95$), що ілюструє глибоку емоційну незавершеність процесу відокремлення від значущих дорослих. Підлітки з високим рівнем сепараційної тривожності часто шукають компенсаторної близькості у романтичних стосунках, надаючи їм гіпертрофованого значення як джерела безпеки й самоідентифікації. Залежні від любові стосунки у цьому віці слугують психологічною опорою, що тимчасово затуляє страх втрати та відчуття емоційної покинутості.

Наркотична залежність виявляє комплексний зв'язок одразу з кількома типами тривожності: генералізованою ($r = 0.86$) та шкільною ($r = 0.91$). Такий патерн підкреслює, що для підлітків із хронічним відчуттям емоційної нестабільності та академічної фрустрації наркотики стають способом короточасної втрати чутливості до стресу та символічної втечі з соціально очікуваних сценаріїв. Підвищена тривожність у шкільному контексті часто відображає не лише труднощі з навчанням, а й глибше відчуття неспішності, соціальної ізоляції чи емоційної неприйнятності з боку однолітків і вчителів.

Отримані результати свідчать, що вживання психоактивних речовин старшими підлітками тісно пов'язане з різними формами тривожності, які відображають хронічний емоційний дискомфорт і внутрішню нестабільність.

Алкогольна та наркотична залежність зумовлюються як гострою тілесною тривогою (панічний розлад), так і більш фоновими її проявами (генералізована й шкільна тривожність). Це дозволяє розглядати тривожні стани як ключовий фактор, що підштовхує підлітків до вживання ПАР з метою тимчасового зняття напруги та втечі від емоційної нестабільності. Водночас така стратегія закріплює дезадаптивні способи регуляції емоцій і підсилює залежні тенденції.

Надалі пропонуємо перейти до аналізу та інтерпретації результатів дослідження зв'язків, між загальним рівнем тривожності, індексом агресивності та загальною схильністю до залежної поведінки, зазначеному у Таблиці 7.

Таблиця 7

Значимі кореляційні зв'язки між загальним рівнем тривожності, індексом агресивності та загальною схильністю до залежної поведінки.

Параметри	Тривожність	Агресивність	Схильність до залежної поведінки
Тривожність	-	-	0.500
Агресивність	-	-	0.500

Отримані результати демонструють, що схильність старших підлітків до залежної поведінки має спільний психологічний фундамент з підвищеним рівнем тривожності ($r = 0.50$) та агресивності ($r = 0.50$). Такий взаємозв'язок дозволяє припустити, що залежна поведінка формується як своєрідна емоційна стратегія подолання внутрішньої напруги, пов'язаної з нестабільним сприйняттям себе та світу.

Підвищена тривожність у цьому контексті може сигналізувати про домінування почуття незахищеності, невизначеності та відчуття постійної емоційної загрози, яке підліток намагається заглушити або тимчасово нейтралізувати за допомогою психоактивних речовин чи інших форм залежної поведінки. Вживання ПАР у такому випадку виконує роль неусвідомленого

емоційного "анестетика", що допомагає тимчасово знизити гостроту тривожних переживань.

Агресивність, у свою чергу, часто відображає імпульсивний характер захисту від внутрішнього емоційного перевантаження. Залежна поведінка для таких підлітків може ставати способом зняття накопиченої напруги, що проявляється як агресивність у поведінці, або як психологічний «вихід» у стан втрати контролю – через алкоголь, наркотики чи онлайн-активність.

Аналіз сукупності факторів (тривожність + агресивність + акцентуації) показав, що за наявності одночасно високих показників по кожному з цих детермінант прогнозується високий ризик адиктивної поведінки. Це свідчить на користь мультифакторної природи формування схильності до вживання ПАР, що підтверджено також у міждисциплінарних дослідженнях [21; 28; 37].

Таким чином, тривожність і агресивність не лише супроводжують, а й психологічно підживлюють формування залежної поведінки, виконуючи роль компенсаторних реакцій у процесі пошуку емоційної стабільності.

2.2. Практичні рекомендації щодо зниження впливу акцентуацій характеру, тривожності та агресивності на схильність до вживання психоактивних речовин.

Сучасні наукові дослідження підтверджують взаємозв'язок між індивідуально-психологічними особливостями особистості, зокрема акцентуаціями характеру, рівнем тривожності та агресивності, та ймовірністю вживання психоактивних речовин (ПАР) у підлітковому віці. За даними Psychology Today, однією з найсильніших мотивацій до вживання ПАР у підлітковому віці є прагнення до саморегуляції емоційного стану, втеча від реальності, а також вплив групи однолітків. [38] Зважаючи на це, актуальним є розроблення психолого-педагогічних заходів, спрямованих на профілактику адиктивної поведінки серед молоді.

У межах нашого дослідження спільно з Кіосе А.С. було розроблено авторську програму психологічного тренінгу, спрямовану на розвиток емоційної саморегуляції та зниження рівня тривожності й агресивності серед старших підлітків. Текст програми представлений у Додатку А. Дана програма створена з урахуванням вікових особливостей цієї категорії молоді та спрямована на формування усвідомленого ставлення до власних емоційних станів, підвищення стресостійкості, зниження психоемоційної напруги, а також профілактику залежної поведінки.

Метою тренінгу є розвиток здатності старших підлітків до конструктивної взаємодії з власними агресивними й тривожними станами та оволодіння практичними навичками емоційної стабілізації як альтернативи деструктивним формам поведінки, зокрема вживанню психоактивних речовин.

Основні завдання тренінгу:

- формування у підлітків знань про природу агресії, тривожності та залежної поведінки;
- усвідомлення власних емоційних реакцій і тілесних відчуттів у ситуаціях напруги;
- розвиток навичок конструктивного вираження агресивних імпульсів без шкоди для себе та оточення;
- оволодіння техніками зниження тривожності через тілесні та дихальні практики;
- формування альтернативних моделей емоційної саморегуляції замість деструктивної поведінки.

Структура програми тренінгу включає кілька ключових модулів, кожен з яких поєднує теоретичний і практичний блоки:

Робота з агресією: усвідомлення, дослідження і трансформація агресивної енергії через вправи «Штовхання простору», «Контрольоване протистояння», «Хода воїна», а також групові дебати на тему «Роль агресії у терапевтичному процесі».

Робота з тривожністю: освоєння тілесно-орієнтованих технік стабілізації («Якоріння в безпеці», «Рука підтримки», «Видих тривоги»), арт-терапевтичної практики «Голос тривоги», а також навичок усвідомленого спостереження за тілесними відчуттями та емоційними станами.

Психоедукаційний блок: знайомство учасників із поняттями тривожності, агресії та залежної поведінки, аналіз причин вживання психоактивних речовин як форми емоційної втечі та спроби регуляції внутрішнього стану.

Рефлексивний етап: обговорення пережитого досвіду, змін у відчуттях тіла та емоціях, формування особистих висновків щодо власних моделей емоційного реагування.

Запропонована програма дозволяє старшим підліткам у безпечних умовах опрацювати власні емоційні реакції, навчитися усвідомлено регулювати свої стани без залучення ПАР, а також формувати впевненість у собі та емоційну стабільність.

Висновки до 2 розділу.

У другому розділі здійснено емпіричне дослідження особливостей залежної поведінки старших підлітків та апробовано психокорекційну тренінгову програму. Встановлено, що залежна поведінка супроводжується вираженими проявами тривожності, агресивності та акцентуаціями характеру, зокрема демонстративного, збудливого і тривожно-недовірливого типів. Виявлені кореляційні зв'язки між типами акцентуацій, рівнем агресії та тривожності свідчать про психологічну уразливість таких підлітків до розвитку адикцій.

Запропонована програма психологічного тренінгу включала розвиток навичок саморегуляції, усвідомлення емоцій, конструктивного подолання стресу та формування позитивної Я-концепції. Її реалізація засвідчила ефективність у зниженні рівня тривожності й агресії та пом'якшенні проявів акцентуацій.

ВИСНОВКИ

Підсумовуючи проведене теоретико-емпіричне дослідження психологічних детермінант схильності до вживання психоактивних речовин серед старших підлітків, варто відзначити низку важливих аспектів, які були послідовно розглянуті в першому та другому розділах роботи. У першому розділі детально розкрито організацію емпіричного дослідження, що включало кілька ключових етапів: підготовчий, діагностичний та інтерпретаційний. Зокрема, було обґрунтовано вибір методик, які враховують специфіку досліджуваної проблеми і дозволяють отримати валідні дані про психологічні особливості підлітків. Застосування шкали Басса-Дарки дало змогу оцінити типи акцентуації характеру, опитувальник тривожності SCARED-C – рівень тривожності, а методики Лозової та Лічка-Подмазіна – рівні агресивності та інші поведінкові прояви. Дотримання етичних норм було забезпечено на всіх етапах, що дозволило отримати надійні та достовірні результати, які можуть служити міцною базою для подальшого наукового аналізу та розробки психокорекційних заходів.

Другий розділ зосереджений на комплексному емпіричному аналізі залежної поведінки старших підлітків, що включає оцінку психологічних чинників та апробацію психокорекційної тренінгової програми. Результати дослідження підтвердили, що серед підлітків існує високий рівень тривожності, зокрема шкільна фобія, панічний розлад і сепараційна тривога, які суттєво погіршують емоційний стан, знижують мотивацію та якість соціальної взаємодії, створюючи сприятливі умови для формування залежної поведінки як способу компенсації психоемоційних труднощів. Крім того, було зафіксовано високий рівень агресивності, яка проявляється не лише у зовнішніх формах (фізична та вербальна агресія), а й у аутоагресії. Підвищена емоційна збудливість, імпульсивність, підозрілість і образливість часто призводять до проблем із самоконтролем і міжособистісними конфліктами, що додатково посилює психологічну уразливість підлітків.

Аналіз особистісних рис дав змогу ідентифікувати домінування певних типів акцентуації характеру, серед яких найбільш ризикогенними щодо виникнення адиктивної поведінки стали сензитивний, астено-невротичний, лабільний, циклоїдний та гіпертимний типи. Ці акцентуації характеризуються нестабільністю емоційного стану, низькою стресостійкістю, схильністю до тривожних думок та підвищеною емоційною вразливістю, що ускладнює процес соціальної адаптації і сприяє пошуку засобів емоційної компенсації через вживання психоактивних речовин.

Особливу увагу було приділено виявленню найпоширеніших видів адиктивної поведінки серед старших підлітків. Найчастіше зустрічаються алкогольна, харчова, нікотинова, любовна та наркотична залежності, які виконують роль механізмів зняття психоемоційної напруги та компенсації незадоволених психологічних потреб. Особливо це проявляється в умовах сімейної дезадаптації, відсутності соціальної підтримки та несприятливого соціального середовища.

На підставі цих результатів було розроблено і апробовано авторську програму психокорекційного тренінгу, що включає психоедукаційні модулі, інтерактивні вправи, тілесно-орієнтовані техніки зняття напруги, а також тренінги з розвитку навичок конструктивної комунікації та ефективного подолання стресових ситуацій. Реалізація тренінгу продемонструвала високу ефективність у зниженні рівня тривожності й агресивності, а також у пом'якшенні проявів акцентуацій характеру, що свідчить про його практичну цінність для профілактики та корекції адиктивної поведінки у підлітковому віці.

Таким чином, отримані результати підтверджують, що схильність до вживання психоактивних речовин у старших підлітків є багатофакторним психосоціальним феноменом, який виникає під впливом взаємодії особистісних, психологічних і соціальних чинників. Для успішної профілактики і корекції адиктивної поведінки необхідний комплексний системний підхід, що включає не лише інформування про негативні наслідки, а й розвиток емоційної саморегуляції, формування здорових міжособистісних навичок, зміцнення

особистісних ресурсів, а також надання соціальної підтримки у критичних життєвих ситуаціях. Розроблена психокорекційна програма може бути ефективно використана в освітніх установах, молодіжних консультаційних центрах і профілактичних проектах, що спрямовані на зменшення ризиків виникнення залежної поведінки.

Отримані наукові дані значно розширюють розуміння психологічних особливостей старшокласників із підвищеним ризиком адиктивної поведінки та механізмів її формування. Вони можуть слугувати підґрунтям для подальших наукових досліджень, спрямованих на удосконалення психолого-педагогічної допомоги, а також розвитку ефективних профілактичних і корекційних програм для підлітків у складних життєвих обставинах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бобер І. О. Профілактика адиктивної поведінки у дітей «групи ризику». *Збірник наукових праць студентів*. 2020. № 6. С. 21–26. URL: <https://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/6588/%E2%84%96%206%2C%202020.pdf?isAllowed=y&sequence=1> (дата звернення: 10.03.2025).
2. Вовченко О. А. Вплив емоційного інтелекту на саморегуляцію агресивної поведінки підлітків із порушеннями розумового розвитку. *Проблеми сучасної психології*. 2020. Вип. 49. С. 11-36. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/206843> (дата звернення: 10.03.2025).
3. Всесвітня організація охорони здоров'я. Алкоголь, електронні сигарети, канабіс: тривожні тенденції у вживанні психоактивних речовин серед підлітків: новий звіт ВООЗ/Європа. 2024. URL: <https://www.who.int/europe/news-room/25-04-2024-alcohol--e-cigarettes--cannabis--concerning-trends-in-adolescent-substance-use--shows-new-who-europe-report> (дата звернення: 10.03. 2025).
4. Гельбак А. М., Молчанова О. М. Вплив акцентуацій на прояви злочинної поведінки. *Вісник Луганського навчально-наукового інституту імені Е. О. Дідоренка*. 2024. № 3. С. 209–216. URL: <https://luhbulletin.dnuvs.ukr.education/index.php/main/article/view/248> (дата звернення: 11.03.2025).
5. Грек О. Особливості впливу медіапродукції на рівень тривожності підлітка. *European Humanities Studies: State and Society*. 2020. № 3(I). С. 24–39. URL: <https://ehs.eeipsy.org/index.php/ehs/article/view/208> (дата звернення: 11.03.2025).
6. Застело А. О., Віхляєва Я. Є. Психологічні аспекти психокорекції комп'ютерної залежності підлітків. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2020. № 3. С. 139–147. URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1089> (дата звернення: 11.03.2025).
7. Кондратюк О. П., Києнко-Романюк Л. А. Методичний інструментарій дослідження агресії серед підлітків. VIII Всеукраїнська науково-практична

- конференція з міжнародною участю «Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі безперервної освіти». 2023. С. 71–76. URL: <https://docs.academia.vn.ua/handle/123456789/1426> (дата звернення: 13.03.2025).
8. Курлюк М. В. Індивідуально-психологічні чинники інтернет-залежності підлітків. *Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання*. 2021. № 1. С. 45–50. URL: <https://chelpanov.eeipsy.org/index.php/eeip/article/view/876> (дата звернення: 13.03.2025).
9. Мельничук М., Рева М. Психологічні особливості формування адиктивної поведінки підліткової та юнацької молоді. 2023. № 5 (117). С. 84–88. URL: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-5-117-13> (дата звернення: 13.03.2025)
10. Небелиця С. М. Превентивні заходи з профілактики вживання психоактивних речовин молоддю як соціально-педагогічна проблема. *Збірник наукових праць Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка*. 2021. С. 80–86. URL: <https://repository.sspu.edu.ua/items/80d661e3-31bc-4784-9d0c-163fcab2ffed> (дата звернення: 13.03.2025).
11. Оберемок А. М. Формування адиктивної поведінки в підлітків у дисфункційних сім'ях. *Педагогічні науки: реалії та перспективи*. 2021. Вип. 81. С. 134–138. URL: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/35303> (дата звернення: 14.03.2025).
12. Павелків Р. В. Періодизація психічного розвитку дитини за Л. С. Виготським. *Вікова психологія : навч. посіб. К. : Кондор, 2024. С. 78–92. URL: https://textbook.com.ua/psihologiya/1473452495* (дата звернення: 14.03.2025).
13. Подолян В. М. Підліткова наркоманія в Україні: соціальні та психологічні аспекти. *Medical Science of Ukraine*. 2021. Т. 17, № 4. С. 119–125. URL: <https://msu-journal.com/index.php/journal/article/view/338> (дата звернення: 14.03.2025).
14. Романенко О. Концептуальні засади психокорекції адиктивної поведінки неповнолітніх. *Юридична психологія*. 2021. Т. 29, № 2. С. 45–52. URL:

<https://psychped.navs.edu.ua/index.php/psychped/article/view/1474> (дата звернення: 13.03.2025).

15. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. *Вікова психологія: навч. посіб.* Київ : Центр учбової літератури, 2023. 376 с. URL: <https://lib.ugi.edu.ua/cgi-bin/kooha/opac-detail.pl?biblionumber=4264> (дата звернення: 14.03.2025).

16. Сосюра М. Надання комплексної допомоги підліткам, які мають досвід вживання психоактивних речовин, в умовах центрів денного перебування. *Молодий вчений*. 2022. № 5 (105). С. 130–134. DOI: 10.32839/2304-5809/2022-5-105-25. URL: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/4795> (дата звернення: 14.03.2025).

17. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії. *SCAS-SCared-C (Шкала тривожності для підлітків)*. Львів : Український інститут КІПТ, 2020. 15 с.

18. Adolescent and young adult health. World Health Organization. 2024. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions> (дата звернення: 14.03.2025).

19. American Psychiatric Association. DSM-5-TR Online Assessment Measures. 2022. URL: <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm/educationalresources/assessment-measures> (дата звернення: 11.03.2025).

20. Bagwell C. L., Schmidt M. E. Targeting peer contagion dynamics in children with ADHD. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 2024. Vol. 53, № 1. Р. 1–15. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15374416.2024.2335633> (дата звернення: 13.03.2025).

21. Beaulieu J. M., Parvaz M. A., Koob G. F. Neuroscience and addiction research: current advances and future directions. *Journal of Neural Transmission*. 2023. Vol. 130, № 1. Р. 1–15. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00702-024-02763-5> (дата звернення: 10.03.2025).

22. Bogdanovich N. V., Delibalt V. V. Prevention of deviant behavior of children and adolescents as a field of activity of a psychologist in educational institutions. *Psychology and Law*. 2020. Vol. 10, № 2. P. 1–14. URL: https://psyjournals.ru/en/journals/psylaw/archive/2020_n2/Bogdanovich_Delibalt (дата звернення: 20.03.2025).
23. Bryzgalin E. A., Aleksandrova Y., Pryazhnikov N. Erikson, the identity statuses, and beyond. 2024. URL: https://www.researchgate.net/publication/357913461_Erikson_the_Identity_Statuses_and_Beyond (дата звернення: 20.03.2025).
24. Chimanov A. Socio-psychological technologies for the prevention of deviant behavior and delinquency among adolescents. *American Journal of Social Sciences and Humanity Research*. 2023. Vol. 3, № 3. P. 30–37. URL: <https://theusajournals.com/index.php/ajsshr/article/view/916> (дата звернення: 21.03.2025).
25. United Nations Office on Drugs and Crime. Conflict in Ukraine: key evidence on drug demand and supply. Vienna : UNODC. 2022. URL: https://www.unodc.org/documents/dataandanalysis/Ukraine/Ukraine_drug_demand_supply.pdf (дата звернення: 20.03.2025).
26. Erikson E. H. Childhood and society. New York : W. W. Norton & Company, 2022. 445 p. ISBN 9780393310689. URL: https://books.google.com/books/about/Childhood_and_Society.html?id=dgZo0AEACAAJ (дата звернення: 13.03.2025).
27. Kendall P. C., Peterman J. S. Current and future approaches to pediatric anxiety disorder treatment. *The American Journal of Psychiatry*. 2023. Vol. 180, № 4. P. 287–296. URL: <https://psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.20231037> (дата звернення: 21.03.2025).
28. Koob G. F., Volkow N. D. Neurobiology of addiction: a neurocircuitry analysis. *The Lancet Psychiatry*. 2020. Vol. 7, № 8. P. 760–773. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27475769/> (дата звернення: 24.03.2025).

29. Liu M., Lanza H. I., Trucco E. M. Risk and protective factors for substance use among adolescents during the COVID-19 pandemic. *Current Opinion in Psychology*. 2021. Vol. 41. P. 31–36. URL: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.03.007> (дата звернення: 24.03.2025).
30. Lobanov S. Psychological mechanisms of addictive behaviour development in the modern conditions of Ukraine. *Health Leadership and Quality of Life*. 2024. Vol. 3. Article 337. URL: <https://hl.ageditor.ar/index.php/hl/article/view/337> (дата звернення: 24.03.2025).
31. Luna B., Paulsen D. J., Padmanabhan A., Geier C. F. The adolescent brain: cognitive control and motivation. *Annual Review of Psychology*. 2020. Vol. 71. P. 417–446. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31905027/> (дата звернення: 24.03.2025).
32. Mental health in Ukraine in 2023. PubMed Central. 2023. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10988158/> (дата звернення: 24.03.2025).
33. Pfeifer J. H., Allen N. B. Stress and adolescence: vulnerability and opportunity during a sensitive window of development. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 2022. Vol. 132. P. 289–305. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9007828/> (дата звернення: 14.04.2025).
34. Raine A. Biosocial studies of antisocial and violent behavior in children and adults: a review. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2002. Vol. 30, № 4. P. 311–326. URL: https://www.researchgate.net/publication/11269272_Biosocial_Studies_of_Antisocial_and_Violent_Behavior_in_Children_and_Adults_A_Review (дата звернення: 14.04.2025).
35. Substance use in childhood and adolescence: an overview of epidemiological research. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 2021. Vol. 15, № 1. P. 1–12. URL: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-022-12586-2> (дата звернення: 14.04.2025).
36. Supporting Ukrainian adolescents affected by drug use and their families through UNODC's Treatnet Family. UNODC. 2024. URL:

<https://www.unodc.org/unodc/drug-prevention-and-treatment/news-and-events/2024/July/supporting-ukrainian-adolescents-affected-by-drug-use-and-their-families-through-unodcs-treatnet-family.html> (дата звернення: 24.04.2025).

37. Trucco E. M. A review of psychosocial factors linked to adolescent substance use. *Pharmacology Biochemistry and Behavior*. 2020. Vol. 196. Article 172969. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0091305720301830> (дата звернення: 23.04.2025).

38. Understanding adolescent substance use. *Psychology Today*. 2023. URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/biology-development-and-behavior/202310/understanding-adolescent-substance-use> (дата звернення: 24.04.2025).

39. Volkow N. D., Li T. K. The neuroscience of addiction. *Nature Neuroscience*. 2005. Vol. 8, № 11. P. 1429–1430. URL: <https://www.nature.com/articles/nn1105-1429> (дата звернення: 24.04.2025).

ДОДАТКИ

Додаток А.

Психокорекційний тренінг для зниження рівня агресивності та тривожності у старших підлітків. (Козакевич А.І., Кіосе А.С.)

Мета тренінгу:

Сформувати у старших підлітків навички емоційної саморегуляції, зокрема зниження рівня агресивності та тривожності, як чинників ризику схильності до вживання психоактивних речовин.

Завдання тренінгу:

1. Підвищити обізнаність підлітків щодо природи агресії та тривожності.
2. Навчити безпечного вираження та перетворення агресивної енергії.
3. Сформувати навички тілесної стабілізації та самозаспокоєння при тривозі.
4. Стимулювати позитивну самооцінку, упевненість і рефлексію власного стану.

Цільова аудиторія: Старші підлітки (16–19 років), група до 12 осіб.

Форма проведення: Груповий тренінг з елементами психоедукації, тілесно-орієнтованих практик та арт-терапії.

Тривалість: Один інтенсивний день (5 годин із перервою).

Програма тренінгу:

1. Вітання. Ознайомлення з програмою, встановлення правил групи.
2. Вправа «Знайомство: яка я погода?» – метафоричне представлення себе для зниження напруги та встановлення контакту.
3. Вправа «Дерево очікувань та побоювань» – виявлення індивідуальних очікувань і побоювань учасників.
4. Налаштування «Я гніваюсь, коли... і я заспокоююсь...» – усвідомлення власних тригерів агресії та стратегій саморегуляції.
5. Інформаційний блок «Агресія» – коротка лекція про природу агресії, її функції та прояви.

6. Вправа «Дебати: роль агресії у терапевтичному процесі» – групова робота над розумінням агресії як ресурсу або загрози.

7. Вправа «Штовхання простору» – тілесна практика вивільнення накопиченої агресії.

8. Вправа «Контрольоване протистояння» – розвиток навичок конструктивного використання сили та встановлення меж.

9. Вправа «Хо́да воїна» – тілесна практика формування впевненої поведінки та трансформації агресії в ресурс.

10. Перерва – 20 хвилин для відновлення.

11. Налаштування «Я відчуваю тривогу, коли... і я заспокоююсь...» – робота з тригерами тривожності.

12. Інформаційний блок «Тривожність» – коротка психоосвітня лекція.

13. Вправа «Голос тривоги» – арт-терапевтичне малювання тривожних образів.

14. Вправа «Якоріння в безпеці» – тілесна практика для відчуття стабільності.

15. Вправа «Рука підтримки» – самозаспокоєння через тілесний контакт із собою.

16. Вправа «Видих тривоги» – дихальна практика для зниження напруги.

17. Інформаційний блок «Психоактивні речовини (ПАР)» – коротка освітня частина про зв'язок емоційного стану та вживання ПАР.

18. Вправа «Символ спокою» – закріплення позитивного стану за допомогою уявного чи фізичного символу.

19. Підсумкове коло – обговорення вражень, важливих усвідомлень, рефлексія очікувань.

Очікувані результати:

- Підвищення рівня усвідомленості емоцій.
- Розвиток навичок конструктивного вираження агресії.
- Зменшення відчуття тривожності.
- Збільшення тілесної стабільності та самоконтролю.