

Mgr Pavel M. Larionov\*, <https://orcid.org/0000-0002-4911-3984>

Mgr Karolina Mudło-Gągolska\*, <https://orcid.org/0000-0001-8079-3781>

\**Uniwersytet Kazimierza Wielkiego*  
*Bydgoszcz*

## Poznawcze strategie radzenia sobie ze stresem a agresja u adolescentów

### Cognitive coping strategies and aggression in adolescents

**Abstrakt:** Analiza czynników psychologicznych związanych z zachowaniami agresywnymi adolescentów stanowi ważny obszar badań. Celem badań było określenie związków między poznawczymi strategiami regulacji emocji a agresją fizyczną, gniewem i wrogością u polskich i ukraińskich adolescentów. W badaniu wzięło udział 70 adolescentów z Polski oraz 63 z Ukrainy w wieku od 11 do 15 lat. Wykorzystane narzędzia badawcze to Kwestionariusz Poznawczej Regulacji Emocji oraz Kwestionariusz Agresji Bussa-Perry'ego. Wykazano, że przede wszystkim strategie nieadaptacyjne były silnie związane z wrogością i w nieco mniejszym stopniu z gniewem. Chłopcy i dziewczynki wewnątrz swoich grup narodowościowych prawie nie różnili się pod względem wyników badanych zmiennych, co może świadczyć o tym, że płeć nie różnicuje poziomu agresji i częstotliwości wykorzystania poznawczych strategii radzenia sobie. Na podstawie uzyskanych wyników można stwierdzić, że głównym celem działań profilaktycznych powinien być rozwój umiejętności skutecznego radzenia sobie skierowany przede wszystkim na redukcję stosowania nieadaptacyjnych strategii regulacji emocji, takich jak obwinianie siebie, katastrofizowanie, ruminowanie i obwinianie innych.

**Słowa kluczowe:** adolescencja, agresja, wrogość, gniew, poznawcze strategie radzenia sobie ze stresem, regulacja emocji, czynniki ryzyka.

**Abstract:** The analysis of psychological factors associated with aggressive behavior of adolescents is an important area of research. The aim of the study was to identify the relationship between cognitive emotion regulation strategies and physical aggression, anger and hostility in Polish and Ukrainian adolescents. The study involved 70 Polish and 63 Ukrainian teenagers aged 11 to 15 years. The research tools used in the study included the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire and the Buss-Perry Aggression Questionnaire. It was found that primarily maladaptive strategies were strongly associated with hostility and to a somewhat lesser extent with anger. Within their cultures, boys and girls hardly differed in the results of the studied variables, which may indicate that gender does not differentiate the level of aggression and the frequency of use of cognitive coping strategies. On the basis of the obtained results it may be concluded that the main focus of preventive measures should be the development of effective coping skills aimed primarily at reducing the use of maladaptive cognitive emotion regulation strategies such as self-blame, catastrophizing, rumination and blaming others.

**Keywords:** adolescence, aggression, hostility, anger, cognitive coping strategies, emotion regulation, risk factor.

### Wprowadzenie

Współczesna cywilizacja coraz częściej przejawia cechy cywilizacji przemocy. Agresja wśród dzieci i dorosłych stała się globalnym problemem społecznym (Pikuła, 2012). Zachowania agresywne wśród nastolatków najczęściej wyrażają się w postaci przemocy

rówieśniczej, bullyingu (dręczenia) i cyberbullyingu. W badaniach Programme for International Student Assessment PISA 2018 wykazano, że średnio 26% polskich nastolatków w wieku 15 lat doświadczyło bullyingu (OECD, 2019). Pomimo tego, że poziom bullyingu w Polsce jest średni w porównaniu do innych krajów europejskich, według raportu Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) Polska zajmuje jedną z dominujących pozycji w rankingu rozpowszechnienia cyberbullyingu wśród adolescentów w wieku 11–15 lat (Inchley i in., 2020).

Odpowiedzią na eskalację dysfunkcyjnych zachowań uczniów, w tym zachowań agresywnych, są opracowane dokumenty: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 sierpnia 2017 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach (Dz. U. z dnia 31 sierpnia 2017 roku, poz. 1643) oraz Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 października 2018 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2018 r. poz. 2140 ze zm.). Nakładają one między innymi obowiązek włączenia do dokumentów (m.in. Statut Szkoły, Program wychowawczo-profilaktyczny) odpowiednich zapisów dotyczących działań profilaktycznych.

Analiza przyczyn zachowań agresywnych nastolatków stanowi ważny obszar badań o charakterze zarówno naukowym, jak i praktycznym. WHO (2014) proponuje podjąć starania mające na celu zapobieganie przemocy i agresji. Na poziomie intrapsychoicznym WHO (2009) zaleca rozwijać umiejętności życiowe (ang. *life skills*), które umożliwią jednostkom skutecznie radzić sobie z wymaganiami i wyzwaniem życia codziennego. W związku z szerokim rozpowszechnieniem zachowań agresywnych wśród nastolatków dobór odpowiednich metod profilaktyki agresji ma bardzo ważne znaczenie (Porzak, 2019).

## 1. Agresja i jej definicje

Przedstawiono wiele definicji i teorii agresji, opisujących jej naturę i formy, a także mechanizmy powstawania (Archer, 2009; Benjamin, 2016). Wielowymiarową definicję agresji przedstawił polski psycholog Gaś, który rozumiał ją jako „zespół przeżyć, postaw i zachowań, których celem lub skutkiem jest wyrządzenie krzywdy (bezpośrednio lub pośrednio) innej osobie lub sobie samemu. Syndrom agresji obejmuje zarówno tendencje agresywne, jak i nieświadomione skłonności, skierowane na zewnątrz lub na siebie samego, zarówno przejawiane, jak i jedynie przeżywane” (Gaś, 1980, s. 143). Agresja może być skierowana zarówno bezpośrednio przeciw innym żywym organizmom i nieożywionym obiektom, jak i sobie samemu (autoagresja). Wyróżnia się agresję bezpośrednią (wyraża się w agresywnych zachowaniach agresora wobec ofiary podczas bezpośredniego kontaktu) oraz agresję pośrednią (brak bezpośredniego kontaktu). Agresja

bezpośrednia przejawia się, np. w uderzeniu ofiary, natomiast agresja pośrednia manifestuje w rozpowszechnieniu plotek o kimś (Jhangiani, Tarry, 2014).

Ważne jest, aby podkreślić niezbędność wyróżnienia dwóch typów agresji, u podstaw których leżą różne mechanizmy psychologiczne: agresję impulsywną (emocjonalną lub reaktywną) i instrumentalną (poznawczą lub proaktywną). Agresja impulsywna w małym stopniu jest związana ze świadomym zamiarem realizacji zachowań agresywnych i przejawia się w impulsywnej reakcji na czynnik wywołujący agresję (np. reakcja na prowokację). Agresja instrumentalna ma świadomy i zamierzony charakter oraz jest związana z otrzymaniem zysku (Jhangiani, Tarry, 2014). Buss i Perry (1993) wyróżnili cztery formy agresji: (1) agresję fizyczną i (2) werbalną, które stanowią behawioralne komponenty agresji, (3) gniew (emocjonalny komponent) i (4) wrogość (poznawczy). Przywołana klasyfikacja form agresji jest bardzo przydatna w ramach badań stosowanych, ponieważ pozwala na ocenę różnorodnych skłonności do reagowania agresywnego. Taki podział wymiarów agresji został uznany przez badaczy na całym świecie, z kolei opracowany przez Bussa i Perry'ego Kwestionariusz Agresji służący do badania wyżej opisanych wymiarów agresji został złotym standardem w badaniach nad agresją w różnych grupach wiekowych (Aranowska, Rytel, 2012).

## 2. Czynniki związane z agresją nastolatków

W licznych pracach odnotowano, że wybrane czynniki biologiczne (np. określony układ cech temperamentu, tak zwany temperament trudny), psychologiczne (nieskuteczne radzenie sobie ze stresem) i społeczne (specyficzny klimat w rodzinie i szkole, charakteryzujący się nadmiernym rygiorem i restrykcjami, chaosem organizacyjnym) mają związek z zachowaniami agresywnymi (Borzucka-Sitkiewicz, 2010; Damińska, 2003; Kowalczyk, Jankowiak, Krajewska-Kułak, Rolka, Sierakowska, 2011; Przybysz-Zaremba, 2015). Valois ze współpracownikami (2002) odnotował, że działania profilaktyczne powinny bazować na teorii uwzględniającej występowanie różnorodnych czynników ryzyka związanych z kształtowaniem się i manifestacją agresji u nastolatków. Zatem przed przedstawicielami nauk psychologicznych powstają ważne kierunki poszukiwań naukowych: (1) badanie osobowościowych czynników predysponujących do agresji, (2) poszukiwanie czynników psychospołecznych prowokujących powstawanie reakcji agresywnych, (3) opracowanie skutecznych metod pomocy psychologicznej nastolatkom skłonny do zachowań agresywnych oraz (4) wdrożenie programów zapobiegania agresji wśród dzieci i nastolatków (Larionov, Grechukha, 2020).

Podstawą teoretyczną do realizacji wyżej wymienionych celów może służyć przeformułowana teoria frustracji-agresji Berkowitza (1993). Według niej agresja jest naturalną reakcją, która może się pojawić w sytuacji deprywacji lub postrzeganej

niemożności zaspokojenia aktualnych potrzeb. Należy podkreślić, że czynniki stresogenne wywołujące napięcie psychoemocjonalne zwiększają prawdopodobieństwo wystąpienia agresji, jednak niekoniecznie prowadzą do pojawienia się zachowań agresywnych (Borzucka-Sitkiewicz, 2010). Istnieje wiele dowodów wskazujących na obecność relacji pomiędzy nieodpowiednią regulacją emocji oraz radzeniem sobie ze stresem w sytuacjach trudnych a agresją (Roberton, Daffern, Bucks, 2012). Pod tym względem można przytoczyć definicję „zachowania agresywnego”, którą zaprezentowały Sołtys i Grzankowska. Ich zdaniem zachowanie agresywne jest „nieprawidłową formą radzenia sobie z negatywnym pobudzeniem emocjonalnym ze względu na trudności w regulacji emocji i kontroli poznawczej” (Sołtys, Grzankowska, s. 204).

### 3. Regulacja emocji i radzenie sobie ze stresem a agresja

W okresie dorastania nastolatek charakteryzuje się dużą labilnością emocjonalną, doświadcza dyskomfortu z powodu zmian hormonalnych oraz znajduje w stanie psychologicznego kryzysu rozwojowego (Becelowska, 2006). Trudności z regulacją emocji oraz radzeniem sobie z przykrymi sytuacjami są istotnym problemem dla dobrostanu adolescentów (Modecki, Zimmer-Gembeck, Guerra, 2017).

Zaobserwowano istotny związek pomiędzy dysfunkcjonalną regulacją emocji a agresją u osób dorosłych (Contardi, Imperatori, Penzo, Del Gatto, Farina, 2016; Donahue, Goranson, McClure, Van Male, 2014). W badaniach wykazano, że stosowanie adaptacyjnych strategii regulacji emocji (np. aktywne podejście do problemu, odwrócenie uwagi) wiązało się z mniejszym prawdopodobieństwem wystąpienia zachowań agresywnych u adolescentów (Calvete, Orue 2012). Podkreślono także, że odpowiednia regulacja emocji w sytuacjach trudnych moderuje związek między gniewem a agresją reaktywną u nastolatków. Z psychologicznego punktu widzenia te wyniki odzwierciedlają następującą prawidłowość: charakteryzujący się skutecznym radzeniem sobie ze stresem adolescent podczas doświadczania gniewu będzie przejawiał mniej skłonności do reakcji agresywnych (Calvete, Orue 2012). Poznawcze strategie radzenia sobie ze stresem, takie jak obwinianie siebie i ruminacja były istotnymi predyktorami agresji fizyczno-werbalnej u chłopców (Rey, Extremera, 2012). McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin i Nolen-Hoeksema (2011) odnotowali, że dysregulacja emocjonalna (słabe rozumienie emocji, naruszenie ekspresji smutku i złości oraz ruminowanie) jest istotnym predyktorem rozwoju psychopatologii i zachowań agresywnych wśród adolescentów. Wykazano, że adolescenti z problemami internalizacyjnymi w większym stopniu charakteryzowali się stosowaniem nieadaptacyjnych poznawczych strategii radzenia sobie, takich jak obwinianie siebie i ruminacja w porównaniu do nastolatków bez tychże problemów (Garnefski, Kraaij, van Etten 2005). Na podstawie tych badań można wnioskować, że dysfunkcjonalna regulacja

emocji oraz nieadaptacyjne radzenie sobie ze stresem są czynnikami ryzyka zachowań agresywnych u adolescentów.

#### 4. Badania własne

Na podstawie wyżej opisanych badań wykazujących, że regulacja emocji ma związek z występowaniem agresji u nastolatków, w badaniach własnych zdecydowano określić, jakie strategie regulacji emocji są związane z agresją i jej formami u polskich adolescentów. Ponadto zaplanowano zbadać występowanie podobnych zależności w próbie ukraińskich adolescentów w celu sprawdzenia uniwersalnej natury tych związków w dwóch próbach.

Badania własne bazują na koncepcji regulacji emocji Garnefski, Kraaij i Spinhovenem (2001), zgodnie z którą można wyróżnić dwa rodzaje strategii regulacji emocji, które osoba stosuje podczas doświadczania sytuacji trudnych: poznawcze strategie (co myślę?) oraz behawioralne (co robię?) (Garnefski, Kraaij, Spinhoven, 2002; Marszał-Wiśniewska, Fajkowska, 2010). Takie rozróżnienie bazuje na założeniu, że aktywność poznawcza, po pierwsze, różni się od aktywności behawioralnej, która wyraża się w zaradczych działaniach jednostki, i po drugie, poznawcze radzenie sobie poprzedza behawioralne radzenie (choć niekoniecznie prowadzi do jego realizacji) (Marszał-Wiśniewska, Fajkowska, 2010). Garnefski i in. (2001) opracowali Kwestionariusz Poznawczej Regulacji Emocji, który pozwala ocenić częstotliwość stosowania dziewięciu poznawczych strategii regulacji emocji stosowanych podczas doświadczania negatywnych lub nieprzyjemnych zdarzeń. Pod tym względem w teorii Garnefski i współpracowników strategie regulacji emocji utożsamiają się z strategiami radzenia sobie ze stresem). Wyróżniono pięć strategii adaptacyjnych (akceptacja, koncentracja na planowaniu, koncentracja na czymś pozytywnym, pozytywne przewartościowanie i stwarzanie perspektywy) i cztery nieadaptacyjne (obwinianie siebie, obwinianie innych, ruminacja i katastrofizowanie). Przeprowadzenie badań w ramach teorii Garnefski i in. (2001) pozwala na wyodrębnienie szerokiego rodzaju poznawczych strategii radzenia sobie ze stresem, które są dokładnie opisane.

Biorąc pod uwagę fakt, że poznawcze strategie radzenia sobie poprzedzają behawioralne strategie oraz mając na uwadze niezbędność prowadzenia badań służących opracowaniu programów pomocy psychologicznej nastolatkom doświadczającym agresji, badanie poznawczych strategii regulacji emocji staje się ważnym z punktu widzenia działań profilaktycznych, a także interwencji psychologicznej skierowanej na rozwój umiejętności radzenia sobie (Jurczyk, 2018; Sukhodolsky, Smith, McCauley, Ibrahim, Piasecka, 2016).

Celem badań było określenie związków między poznawczymi strategiami regulacji emocji a agresją fizyczną, gniewem i wrogością u polskich i ukraińskich adolescentów.



## 4.1. Metoda

### 4.1.1. Próby badawcze oraz procedura badania

Próbie polskich adolescentów stanowiło 70 osób w wieku od 11 do 14 lat ( $M=12,49$ ,  $SD=0,98$ ), w tym 51,43% chłopców oraz 44,29% dziewcząt. Pozostali uczniowie nie wskazali płci. Uczniowie klasy siódmej to 47,14% próby, klasy szóstej – 38,57%, klasy ósmej – 14,29%. Próbie uczniów z Ukrainy stanowiło 63 osób w wieku od 12 do 15 lat ( $M=14,54$ ,  $SD=0,88$ ), wśród których było 68,25% dziewcząt oraz 31,75% chłopców. Badanie polskich adolescentów zostało przeprowadzone podczas godzin projektowych w jednej ze szkół podstawowych w województwie wielkopolskim. Czas wypełnienia przez uczniów kwestionariuszy był bliski 15 minutom. Z kolei wyniki ukraińskiej próby pochodzą z badań przeprowadzonych wcześniej w ramach projektów badawczych opisujących rolę aleksytymii i dysregulacji emocji w rozwoju agresji u adolescentów (Larionov, Grechukha, 2020).

### 4.1.2. Narzędzia badawcze

Kwestionariusz Poznawczej Regulacji Emocji (KPRE, ang. *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ*) autorstwa Garnefski i in. (2001) w polskiej adaptacji Marszał-Wiśniewskiej i Fajkowskiej (2010). KPRE pozwala ocenić częstotliwość stosowania dziewięciu poznawczych strategii radzenia sobie ze stresem, które osoba stosuje podczas doświadczania negatywnych lub nieprzyjemnych zdarzeń. KPRE składa się z dziewięciu podskal, każda z których zawiera cztery pytania (łącznie KPRE ma 36 pytań). Dziewięć podskal odzwierciedla poszczególne poznawcze strategie radzenia sobie ze stresem, spośród których wyróżniono pięć strategii adaptacyjnych (akceptacja, koncentracja na planowaniu, koncentracja na czymś pozytywnym, pozytywne przewartościowanie i stwarzanie perspektywy) i cztery nieadaptacyjne (obwinianie siebie, obwinianie innych, ruminacja i katastrofizowanie). Skala odpowiedzi jest pięciostopniowa: od 1 (prawie) nigdy do 5 (prawie) zawsze. Wyniki można obliczyć dla każdej strategii osobno, a także średni wynik dla wszystkich strategii adaptacyjnych i nieadaptacyjnych. Im większy wynik, tym częściej strategie radzenia sobie ze stresem są stosowane (Marszał-Wiśniewska, Fajkowska, 2010). W badaniu próby ukraińskiej użyto walidowanej rosyjskiej wersji KPRE (Rasskazova, Leonova, Pluzhnikov, 2011).

Kwestionariusz Agresji Bussa-Perry'ego (ang. *Buss-Perry Aggression Questionnaire, BPAQ*) autorstwa Bussa i Perry'ego (1993) w polskiej adaptacji Aranowskiej, Rytel i Szymańskiej (2015). BPAQ pozwala na ocenę nasilenia czterech wskaźników agresji: agresji fizycznej, agresji słownej, gniewu i wrogości, a także ogólnego wyniku agresji. Kwestionariusz BPAQ zawiera 29 pytań, wśród których pięć pytań należy do skali agresji

słownej, dziewięć – do agresji fizycznej, siedem – do gniewu, osiem – do wrogości. Skala odpowiedzi jest pięciostopniowa: od 1 (zupełnie do mnie nie pasuje) do 5 (całkowicie do mnie pasuje). Dwie pozycje punktowane są odwrotnie. W badaniu próby ukraińskiej użyto rosyjskiej wersji BPAQ w adaptacji Enikolopova i Tsibul'skiego (2007). Rosyjska wersja kwestionariusza składa się z 24 pytań i nie zawiera skali agresji słownej, z której zrezygnowano podczas badań walidacyjnych.

## 5. Wyniki

W tabeli 1 przedstawiono średnie, odchylenia standardowe oraz wartości współczynników alfa Cronbacha ( $\alpha$ ) badanych zmiennych w próbach polskich oraz ukraińskich adolescentów. Rzetelność większości badanych zmiennych była satysfakcjonująca ( $\alpha$  powyżej 0.6). W próbie polskiej dwie zmienne miały niską rzetelność: obwinianie siebie ( $\alpha=0.48$ ) i stwarzanie perspektywy ( $\alpha=0.51$ ). W próbie ukraińskiej również dwie zmienne charakteryzowały się niską rzetelnością: obwinianie innych ( $\alpha=0.37$ ) i koncentracja na planowaniu ( $\alpha=0.54$ ). Biorąc pod uwagę fakt, że niniejsze badanie ma charakter niekliniczny, w którym wzięli udział adolescenti, a także to, że każda z tych zmiennych zawiera po cztery pytania w kwestionariuszu KPRE, relatywnie niską rzetelność tych zmiennych można uznać za dostateczną w odniesieniu do celu tego badania.

Tabela 1. Średnie, odchylenia standardowe i współczynniki alfa Cronbacha ( $\alpha$ ) badanych zmiennych w próbach polskich ( $n=70$ ) oraz ukraińskich adolescentów ( $n=63$ )

Zmienne	Polska			Ukraina		
	$\alpha$	<i>M</i>	<i>SD</i>	$\alpha$	<i>M</i>	<i>SD</i>
Obwinianie siebie	0,48	9,96	2,79	0,76	10,89	3,47
Ruminacja	0,78	11,00	3,77	0,77	11,75	3,77
Katastrofizowanie	0,72	10,26	3,59	0,60	7,59	2,57
Obwinianie innych	0,71	9,11	3,47	0,37	8,24	2,05
Strategie nieadaptacyjne	0,85	40,33	10,55	0,77	38,46	8,01
Akceptacja	0,72	12,01	3,57	0,66	11,54	3,33
Koncentracja na czymś pozytywnym	0,84	12,06	4,07	0,60	11,02	3,04
Koncentracja na planowaniu	0,66	11,91	3,42	0,54	12,67	2,97
Pozytywne przewartościowanie	0,68	11,40	3,58	0,73	12,95	3,31
Stwarzanie perspektywy	0,51	11,90	3,16	0,61	10,98	3,14
Strategie adaptacyjne	0,86	59,29	13,03	0,83	59,16	11,05
Agresja fizyczna	0,74	23,20	6,59	0,80	18,59	6,18
Gniew	0,69	18,10	5,34	0,74	21,17	5,39
Wrogość	0,78	23,91	6,82	0,72	21,54	5,93

Sprawdzono, czy chłopcy i dziewczynki osobno w populacji polskiej i ukraińskiej różnili się pod względem wyników badanych zmiennych. Analiza wykazała, że w grupie polskich adolescentów chłopcy osiągnęli istotnie wyższy wynik agresji fizycznej (chłopcy:  $M=25,65$ ,  $SD=5,86$ , dziewczynki:  $M=21,33$ ,  $SD=6,78$ ;  $t=2,76$   $p=0,007$ ). Natomiast w grupie adolescentów z Ukrainy dziewczynki osiągnęły istotnie wyższy wynik w jednej ze strategii regulacji emocji – ruminacji niż chłopcy (dziewczynki:  $M=12,40$ ,  $SD=3,53$ , chłopcy:  $M=10,35$ ,  $SD=1,26$ ;  $t=2,06$ ,  $p=0,044$ ).

Tabela 2. Analiza zależności ( $r$ -Pearsona) pomiędzy strategiami regulacji emocji a podskalami agresji w próbach polskich ( $n=70$ ) oraz ukraińskich adolescentów ( $n=63$ )

Zmienne	Polska			Ukraina		
	Agresja fizyczna	Gniew	Wrogość	Agresja fizyczna	Gniew	Wrogość
Obwinianie siebie	0,31**	0,39***	0,60***	-0,15	0,20	0,25*
Ruminacja	0,14	0,37**	0,58***	-0,10	0,35**	0,44***
Katastrofizowanie	0,10	0,36**	0,50***	0,20	0,44***	0,45***
Obwinianie innych	0,19	0,38***	0,36**	0,12	0,17	0,02
Strategie nieadaptacyjne	0,23	0,48***	0,66***	-0,01	0,43***	0,47***
Akceptacja	0,10	0,34**	0,41***	0,13	0,21	0,10
Koncentracja na czymś pozytywnym	-0,20	0,10	0,08	-0,04	0,28*	0,10
Koncentracja na planowaniu	-0,19	-0,16	0,02	-0,01	0,18	-0,06
Pozytywne przewartościowanie	-0,24*	-0,13	-0,13	-0,14	0,02	-0,28*
Stwarzanie perspektywy	-0,12	0,04	0,10	0,20	0,13	-0,03
Strategie adaptacyjne	-0,18	0,06	0,14	0,04	0,23	-0,05

Adnotacja. \*  $p<0,05$ ; \*\*  $p<0,01$ ; \*\*\*  $p<0,001$ .

Następnie skoncentrowano się na kierunku i sile zależności pomiędzy kolejnymi strategiami regulacji emocji a podskalami agresji osobno w próbach polskich oraz ukraińskich adolescentów.

W próbie polskich adolescentów wykazano pozytywną wysoką zależność pomiędzy obwinianiem siebie, ruminacją, katastrofizowaniem i wynikiem ogólnym strategii nieadaptacyjnych a wrogością. Obwinianie innych było dodatnio przeciętnie związane z wrogością. Wykazano także pozytywną przeciętną korelację między obwinianiem siebie a agresją fizyczną. Obwinianie siebie, ruminacja, katastrofizowanie, obwinianie innych i wynik ogólny strategii nieadaptacyjnych były dodatnio przeciętnie związane z gniewem. Strategia adaptacyjna akceptacja była dodatnio przeciętnie związana z wrogością i gniewem. Pozytywne przewartościowanie było ujemnie słabo związane z agresją fizyczną.



Wyniki wskazały, że w próbie polskiej wszystkie nieadaptacyjne strategie regulacji emocji były dodatnio związane z gniewem i wrogością, podczas gdy adaptacyjne strategie nie były istotnie związane z tymi wymiarami agresji (oprócz akceptacji). Agresja fizyczna nie była istotnie związana ze strategiami regulacji emocji, oprócz dodatniej słabej zależności z obwinianiem siebie i ujemnej z pozytywnym przewartościowaniem. Ogólnie rzecz biorąc, najbardziej istotne dodatnie związki odnotowano między nieadaptacyjnymi strategiami regulacji emocji a wrogością i gniewem.

Natomiast w próbie ukraińskich adolescentów wykazano pozytywne przeciętne zależności pomiędzy ruminacją, katastrofizowaniem, wynikiem ogólnym strategii nieadaptacyjnych a gniewem i wrogością. Pozytywną słabą zależność zanotowano pomiędzy obwinianiem siebie a wrogością. Wśród adaptacyjnych strategii koncentracja na czymś pozytywnym była dodatnio słabo związana z gniewem, a pozytywne przewartościowanie było ujemnie i słabo związane z wrogością. W próbie adolescentów z Ukrainy nie wykazano zależności pomiędzy strategiami regulacji emocji a agresją fizyczną. Szczegółowe wyniki zaprezentowano w tabeli 2.

## 6. Dyskusja

Podstawowym celem badania było określenie związków między poznawczymi strategiami radzenia sobie ze stresem a formami agresji w próbach polskich i ukraińskich adolescentów. Przeprowadzona analiza wykazała obecność znaczących prawidłowości zaobserwowanych w dwóch próbach, które zarówno z teoretycznego, jak i praktycznego punktu widzenia mają ważne znaczenie. Wykazano, że większość strategii nieadaptacyjnych była silnie związana z wrogością i w nieco mniejszym stopniu z gniewem. Z kolei większość strategii adaptacyjnych nie była związana z wymiarami agresji. Wyłącznie dwie adaptacyjne strategie regulacji emocji pozytywne przewartościowanie i koncentracja na czymś pozytywnym wykazały odpowiednio ujemne i dodatnie słabe zależności z agresją fizyczną i gniewem w poszczególnych próbach. Agresja fizyczna prawie nie wykazała związków ze strategiami regulacji emocji.

Należy podkreślić wyjątkową rolę wrogości, która jest stabilną różnicą indywidualną (Woodall, Matthews, 1993), w strukturze zachowań agresywnych. Społeczeństwo potępia wyrażanie gniewu lub zakazuje wyrażanie agresji fizycznej i werbalnej pod rygorem kary. Z kolei nie istnieje dezaprobaty wobec wrogości, która będąc poznawczą formą agresji, nie zawsze ujawnia się w jawnej formie (Larionov, 2020) w porównaniu do agresji fizycznej lub werbalnej, a także gniewu, które można łatwo zaobserwować. Zatem diagnostyka wrogości wymaga szczególnej uwagi. Obecność silnych związków między wrogością jako poznawczym komponentem agresji a nieadaptacyjnymi poznawczymi strategiami radzenia sobie w przeprowadzonym badaniu świadczy o tym, że osoba wroga będzie częściej

stosowała takie strategie, jak katastrofizowanie, ruminację, obwinianie siebie i innych, które prowadzą do negatywnego afektu (Marszał-Wiśniewska, Fajkowska, 2010). W badaniach Larionova (2020) przeprowadzonych w próbie młodych dorosłych wykazano pośredniczącą rolę tych strategii radzenia sobie w związku między wrogością a dystresem. Pod tym względem redukcja stosowania nieadaptacyjnych strategii może spowodować zmniejszenie negatywnych skutków wrogości w rozwoju dystresu.

Analizując funkcjonalne znaczenie poszczególnych nieadaptacyjnych strategii (obwinianie siebie, obwinianie innych, ruminacja i katastrofizowanie) oraz adaptacyjnych (akceptacja, koncentracja na planowaniu, koncentracja na czymś pozytywnym, pozytywne przewartościowanie i stwarzanie perspektywy) można odnotować, że nieadaptacyjne strategie nasilają doświadczanie emocji negatywnych oraz osłabiają doświadczanie emocji pozytywnych. Natomiast adaptacyjne strategie ułatwiają doświadczanie emocji pozytywnych i osłabiają doświadczanie emocji negatywnych (Marszał-Wiśniewska, Fajkowska, 2010). Warto podkreślić, że stosowanie adaptacyjnych strategii regulacji emocji wymaga odpowiedniego wysiłku jednostki: czasu dla pewnej refleksji (strategia akceptacja), zdolności do określenia i planowania kroków, które należy podjąć, aby poradzić sobie (koncentracja na planowaniu) i tak dalej. Stosowanie adaptacyjnych strategii regulacji emocji zakłada, że jednostka już ma wysokie zdolności do kontroli wolicjonalnej i może odroczyć reakcję niepożądaną. Pod tym względem można przytoczyć wyniki badania Marszał-Wiśniewskiej i Fajkowskiej (2010), w którym wykazano, że strategie adaptacyjne były związane z orientacją na działanie w sytuacjach niepowodzenia i w sytuacjach decyzyjnych. Natomiast stosowanie nieadaptacyjnych strategii wiązało się z orientacją na stan w tychże sytuacjach. Ujmując zachowania agresywne jako „nieprawidłową formę radzenia sobie z negatywnym pobudzeniem emocjonalnym ze względu na trudności w regulacji emocji i kontroli poznawczej” (Sołtys, Grzankowska, 2015, s. 204) można odnotować, że silne związki nieadaptacyjnych strategii radzenia sobie z wymiarami agresji są w pełni zasadne z teoretycznego punktu widzenia.

Te wyniki pozwalają na wysunięcie ważnych wniosków o specyfice przeprowadzenia interwencji psychologicznych skierowanych na obniżenie poziomu agresji wśród adolescentów. W związku z tym, że wyłącznie nieadaptacyjne poznawcze strategie radzenia sobie były dodatnio i silnie związane z wrogością i gniewem, podczas gdy adaptacyjne strategie prawie nie wykazały związków z formami agresji, szczególną uwagę należy zwrócić na kilka aspektów. Po pierwsze, grupę ryzyka zachowań agresywnych będą stanowili nastolatki skłonni do obwiniania siebie, katastrofizowania, ruminowania i obwiniania innych. Pod tym względem cechami psychologicznej sylwetki takiego nastolatka są skłonność do przypisywania sobie i innym winy za to, co się wydarzyło, ciągłe myślenie o negatywnym, przykrym wydarzeniu i uczuciach z nim związanych oraz podkreślanie grozy zdarzenia. Po drugie, głównym celem działań profilaktycznych powinien być rozwój

umiejętności skutecznego radzenia sobie skierowany przede wszystkim na redukcję stosowania wyżej opisanych nieadaptacyjnych strategii regulacji emocji. Po trzecie, analizując częstotliwość stosowania poszczególnych nieadaptacyjnych strategii radzenia sobie zarówno w próbie polskich, jak i ukraińskich adolescentów, można odnotować, że nastolatki najczęściej stosują strategię ruminację, która wyraża się w ciągłym myśleniu o negatywnej sytuacji. Garnefski, Legerstee, Kraaij, van den Kommer i Teerds (2002) wykazali, że strategie ruminacja i obwinianie siebie były silnymi predyktorami symptomów lęku i depresji wśród nastolatków. Ocena nieadaptacyjnych poznawczych strategii radzenia sobie może pomocna w identyfikacji nastolatków z podwyższonym ryzykiem rozwoju objawów depresji i lęku (Garnefski, Kraaij, 2014). W tym kontekście redukcja stosowania nieadaptacyjnych strategii (zwłaszcza ruminacji) może przyczynić się zarówno do obniżenia poziomu agresji, jak i do poprawy zdrowia psychicznego adolescentów.

W grupie adolescentów z Ukrainy dziewczynki osiągnęły istotnie wyższy wynik w ruminacji niż chłopcy. Taka prawidłowość o wyższej skłonności do ruminacji u dziewczynek była odnotowana w innych badaniach (Chamizo-Nieto, Rey, Sánchez-Álvarez, 2020; Rey, Extremera, 2012). Warto zaakcentować, że chociaż wykazano różnicę, jej poziom istotności był bliski 0,05 ( $p=0,044$ ), dlatego uprawnienia do wnioskowania o szczególnym znaczeniu ruminowania dla dziewczynek są ograniczone. Ponadto takiej prawidłowości nie zaobserwowano w próbie polskiej. Podsumowując, wewnątrz swoich grup narodowościowych chłopcy i dziewczynki prawie nie różnili się pod względem wyników badanych zmiennych, co może świadczyć o tym, że płeć nie różnicuje poziomu agresji i częstotliwości wykorzystania strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych. W związku z tym programy pomocy psychologicznej oparte na rozwoju umiejętności do skutecznego radzenia sobie prawdopodobnie mogą być uniwersalne dla chłopczyków i dziewczynek.

Ważne jest, aby podkreślić, że zgodnie z wynikami badania podłużnego Blain-Arcaro i Vaillancourt (2017) zachowania agresywne determinują występowanie symptomatyki depresyjnej, a nie odwrotnie. W badaniach wykazano, że podwyższony poziom stresu, symptomów depresyjnych i lękowych, a także zwiększone stosowanie nieadaptacyjnych strategii radzenia sobie były bardziej charakterystyczne dla ofiar bullyingu w porównaniu do uczniów, którzy nie byli prześladowani (Maji, Bhattacharya, Ghosh, 2016). W świetle tych danych profilaktyka agresji u dzieci i nastolatków nabiera coraz większego znaczenia, ponieważ pozwala na ochronę zdrowia psychicznego młodych ludzi.

### **Ograniczenia badania**

Badanie miało charakter przekrojowy. Pod tym względem identyfikacja związków przyczynowo-skutkowych nie jest możliwa. Badanie zostało przeprowadzone w stosunkowo niewielkiej liczebności próby. W związku z tym generalizacja uzyskanych wyników nie jest

w pełni uzasadniona. Zastosowane kwestionariusze miały charakter samoopisowy, co wiąże się z niedokładnością pomiaru oraz tendencją do przedstawiania siebie w korzystnym świetle, zwłaszcza przy badaniu agresji (Vigil-Colet, Ruiz-Pamies, Anguiano-Carrasco, Lorenzo-Seva, 2012). Jednak wyniki badania są obiecujące, ponieważ empirycznie w dwóch kulturach ustalono pewne wspólne prawidłowości, które są zgodne z dotychczasowymi doniesieniami teoretycznymi oraz wnoszą istotny wkład w zrozumienie roli poznawczego radzenia sobie w strukturze agresywnego zachowania adolescentów.

Bazując na uzyskanych wynikach empirycznych obiecujące wydaje się poszerzenie badań. Kolejne badania powinny bazować na wynikach większej próby badawczej. Warto także skupić się na innych czynnikach, takich jak impulsywność oraz reaktywność emocjonalna, które prawdopodobnie mogą być moderatorami związku między strategiami regulacji emocji a agresją, aby móc lepiej rozumieć proces kształtowania zachowań agresywnych. Z kolei w celu tworzenia odpowiednich programów pomocy psychologicznej nastolatkom doświadczającym agresji nie wystarczy koncentrować się wyłącznie na tym jakie strategie są związane z występowaniem agresji oraz jej osłabieniem. Pod tym względem ważne jest także zbadanie, jakie czynniki zewnętrznego i wewnętrznego świata nastolatka i w jakim stopniu prowokują pojawienie się reakcji agresywnych oraz jakie strategie radzenia sobie pośredniczą w tych związkach.

### **Zakończenie**

Wyniki badania wykazały, że istnieje silna zależność między częstotliwością stosowania nieadaptacyjnych strategii radzenia sobie (obwinianie siebie, obwinianie innych, ruminacja i katastrofizowanie) a wrogością i gniewem u nastolatków. Zależność ta została potwierdzona w próbie polskich i ukraińskich nastolatków. Świadczy to o uniwersalnym charakterze tej zależności, która prawdopodobnie niezależna jest od cech kulturowych. W procesie profilaktyki zachowań agresywnych szczególną uwagę należy zwrócić na nastolatków, którzy są skłonni do katastrofizowania, ciągłego myślenia o przykrym wydarzeniu oraz do obwiniania siebie i innych. Bardzo prawdopodobnie, że cechy te predysponują do zachowań agresywnych wśród młodych ludzi oraz do długotrwałego przeżywania stresu. Pod tym względem ważne jest, aby w odpowiednim czasie zwrócić uwagę na adolescentów charakteryzujących się stosowaniem nieadaptacyjnych strategii radzenia sobie. To pozwoli na zapobieganie zachowań agresywnych oraz polepszenie zdrowia psychicznego młodego pokolenia.

**Bibliografia:**

- Aranowska, E., Rytel, J. (2012). Struktura czynnikowa kwestionariusza agresji Bussa i Perry'ego (BPQA) w populacji polskiej [Factorial structure of the Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPQA) in Polish population], *Studia Psychologica*, 12/2, 135-151.
- Aranowska, E., Rytel, J., Szymańska, A. (2015). *Kwestionariusz Agresji Bussa-Perry'ego: trafność, rzetelność i normy* [The Buss-Perry Aggression Questionnaire: validity, reliability and norms], Warsaw: Instytut AMITY.
- Archer, J. (2009). The nature of human aggression, *International Journal of Law and Psychiatry*, 32(4), 202-208, <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2009.04.001>.
- Becelewska, D. (2006). *Repetitorium z rozwoju człowieka* [Repertory on human development], Jelenia Góra: Kolegium Karkonoskie. Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa.
- Benjamin, A.J. (2016). Aggression, (in:) H.S. Friedman (ed.), *Encyclopedia of Mental Health (Second Edition)*, 33-39, Oxford: Academic Press, <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-397045-9.00198-1>.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*, New York: McGraw - Hill.
- Blain-Arcaro, C., Vaillancourt, T. (2017). Longitudinal Associations between Depression and Aggression in Children and Adolescents, *Journal of abnormal child psychology*, 45(5), 959-970, <https://doi.org/10.1007/s10802-016-0204-2>.
- Borzucka-Sitkiewicz, K. (2010). *Środowiskowe uwarunkowania agresywnych zachowań młodzieży (jako wyznacznik oddziaływań profilaktycznych i interwencyjnych)* [Environmental determinants of aggressive behavior in youth (as a determinant of preventive and intervention actions)], Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Buss, A.H., Perry, M. (1992). The aggression questionnaire, *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459, <https://doi.org/10.1037//0022-3514.63.3.452>.
- Calvete, E., Orue, I. (2012). The role of emotion regulation in the predictive association between social information processing and aggressive behavior in adolescents, *International Journal of Behavioral Development*, 36 (5), 338-347, <https://doi.org/10.1177/0165025412444079>.
- Chamizo-Nieto, M.T, Rey, L., Sánchez-Álvarez, N. (2020). Validation of the spanish version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in adolescents, *Psicothema*, 32 (1), 153-159, <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.156>.
- Contardi, A., Imperatori, C., Penzo, I., Del Gatto, C., Farina, B. (2016). The Association among Difficulties in Emotion Regulation, Hostility, and Empathy in a Sample of Young Italian Adults, *Frontiers in Psychology*, 7, article 1068, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01068>.



- Damińska, B. (2003). Zjawisko agresji wśród młodzieży szkół średnich jako sposób reakcji na otoczenie [The phenomenon of aggression among high school students as a way of reacting to the environment], *Zeszyty Naukowe Ostrołęckiego Towarzystwa Naukowego*, 17, 190–200.
- Donahue, J.J., Goranson, A.C., McClure, K.S., Van Male, L.M. (2014). Emotion dysregulation, negative affect, and aggression: A moderated, multiple mediator analysis, *Personality and Individual Differences*, 70, 23–28, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.06.009>
- Enikolopov, S.N., Tsibul'skii, N.P. (2007). The psychometric analysis of the Russian Version of the Aggression Questionnaire (Buss & Perry), *Psychological Journal*, 28 (1), 115–124.
- Garnefski, N., Kraaij, V. (2014). Bully victimization and emotional problems in adolescents: Moderation by specific cognitive coping strategies?, *Journal of Adolescence*, 37(7), 1153–1160, <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.07.005>.
- Garnefski, N., Kraaij, V., Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems, *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311–1327, [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6).
- Garnefski, N., Kraaij, V., Spinhoven, P. (2002). *Manual for the use of the cognitive emotion regulation questionnaire*, Leiderdorp: DATEC.
- Garnefski, N., Kraaij, V., van Etten, M. (2005). Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and Internalizing and Externalizing psychopathology, *Journal of Adolescence*, 28(5), 619–631, <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.12.009>.
- Garnefski, N., Legerstee, J., Kraaij, V., van den Kommer, T., Teerds, J. (2002). Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: a comparison between adolescents and adults, *Journal of Adolescence*, 25 (6), 603–611, <https://doi.org/10.1006/jado.2002.0507>.
- Gaś, Z. (1980). Inwentarz Psychologiczny Syndromu Agresji [Psychological Inventory of Aggression Syndrome], *Przegląd Psychologiczny*, 23(1), 143–158.
- Inchley, J., Currie, D., Budisavljevic, S., Torsheim, T., Jåstad, A., Cosma, A., i in. (red.). (2020). *Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. International report. Volume 2. Key data*, Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Jhangiani, R., Tarry, H. (2014). *Principles of Social Psychology – 1st International Edition*, Victoria, B.C.: BCCampus. Retrieved from <https://opentextbc.ca/socialpsychology/>
- Jurczyk, M. (2018). Relacje między agresywnością a poczuciem napięcia, kontrolą społeczną i kontaktami w środowisku przestępczym wśród uczniów szkół ponadgimnazjalnych [Relations between aggressiveness and a feeling of tension, social control and contacts in crime peer environment among high school students], *Psychologia Wychowawcza*, 14, 42–62, <https://doi.org/10.5604/01.3001.0012.8281>.



- Kowalczyk, K., Jankowiak, B., Krajewska-Kulak, E., Rolka, H., Sierakowska, M. (2011). Teorie agresji – prawda czy mity? [Theories of aggression – reality or myths?], *Problemy Pielęgniarstwa*, 19(3), 396–400.
- Larionov, P.M., Grechukha, I.A. (2020). The Role of Alexithymia and Cognitive Emotion Regulation in the Development of Aggressive Behavior in Adolescents, *Clinical Psychology and Special Education*, 9(4), 57–98, <https://doi.org/10.17759/cpse.2020090404>.
- Larionov, P.M. (2020). The role of hostility and dysfunctional cognitive emotion regulation in the development of psycho-emotional disorders, *Psichologicheskie Issledovaniya*, 13(72), 4, <http://psystudy.ru/index.php/num/2020v13n72e/1791-larionov72e.html>.
- Maji, S., Bhattacharya, S., Ghosh, D. (2016). Cognitive Coping and Psychological Problems among Bullied and Non-bullied Adolescents, *Journal of Psychosocial Research*, 11(2), 389–398.
- Marszał-Wiśniewska, M., Fajkowska, M. (2010). Właściwości psychometryczne Kwestionariusza Poznawczej Regulacji Emocji (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; CERQ) - wyniki badań na polskiej próbie [Psychometric properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ): Results of the studies on the Polish sample], *Studia Psychologiczne*, 49 (1), 19–39.
- McLaughlin, K.A., Hatzenbuehler, M.L., Mennin, D.S., Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study, *Behaviour Research and Therapy*, 49(9), 544–554, <https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.06.003>.
- Modecki, K.L., Zimmer-Gembeck, M.J., Guerra, N. (2017). Emotion Regulation, Coping, and Decision Making: Three Linked Skills for Preventing Externalizing Problems in Adolescence, *Child Development*, 88(2), 417–426, <https://doi.org/10.1111/cdev.12734>
- OECD. (2019). *PISA 2018 Results (Volume III): What School Life Means for Students' Lives*, Paris: PISA, OECD Publishing, <https://doi.org/10.1787/acd78851-en>.
- Pikuła, N. (2012). The Phenomenon of Aggression as a social problem, *E-Theologos. Theological revue of Greek Catholic Theological Faculty*, 3(1), 38–51, <https://doi.org/10.2478/v10154-012-0004-y>.
- Porzak, R. (red.). (2019). *Profilaktyka w szkole [Prevention at school]*, Lublin: Fundacja "Masz Szansę".
- Przybysz-Zaremba, M. (2015). Egzemplifikacje wybranych teorii zachowań agresywnych człowieka – perspektywa trójwymiarowa [Exemplifications of chosen theories on human's aggressive behaviours – prospect three-dimensional], *Studia nad Rodziną*, 2(37), 311–332.
- Rasskazova, E.I., Leonova, A.B., Pluzhnikov, I.V. (2011). Development of the Russian version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, *Moscow University Psychology Bulletin*, 4, 161–179.

- Rey, L., Extremera, N. (2012). Physical-Verbal Aggression and Depression in Adolescents: The Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies, *Universitas Psychologica*, 11(4), 1245–1254.
- Roberton, T., Daffern, M., Bucks, R.S. (2012). Emotion regulation and aggression, *Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72–82, <https://doi.org/10.1016/j.avb.2011.09.006>.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 października 2018 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2018 r. poz. 2140 ze zm.) [Regulation of the Minister of National Education and Sport, concerning safety and hygiene in public and non-public schools and institutions, issued on 31 October 2018 (Dz. U. of 2018, item 2140)].
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 sierpnia 2017 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach (Dz. U. z dnia 31 sierpnia 2017 roku, poz. 1643) [Regulation of the Minister of National Education, amending the regulation on the principles of providing and organizing psychological and pedagogical assistance in public kindergartens, schools and other institutions, issued on 28 August 2017 (Dz. U. of 31 August 2017, item 1643)].
- Sołtys, M., Grzankowska, I. (2015). Emocjonalność rodziców a natężenie zachowań agresywnych u dzieci [Emotionality of parents and aggressive behaviour among children], *Polskie Forum Psychologiczne*, 20(2), 201–215, <https://doi.org/10.14656/PFP20150204>.
- Sukhodolsky, D.G., Smith, S.D., McCauley, S.A., Ibrahim, K., Piasecka, J.B. (2016). Behavioral Interventions for Anger, Irritability, and Aggression in Children and Adolescents, *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*, 26(1), 58–64, <https://doi.org/10.1089/cap.2015.0120>.
- Valois, R.F., MacDonald, J.M., Bretous, L., Fischer, M.A., Drane, J.W. (2002). Risk factors and behaviors associated with adolescent violence and aggression, *American journal of health behavior*, 26(6), 454–464, <https://doi.org/10.5993/ajhb.26.6.6>.
- Vigil-Colet, A., Ruiz-Pamies, M., Anguiano-Carrasco, C., Lorenzo-Seva, U. (2012). The impact of social desirability on psychometric measures of aggression, *Psicothema*, 24(2), 310–315.
- Woodall, K.L., Matthews, K.A. (1993). Changes in and stability of hostile characteristics: results from a 4-year longitudinal study of children, *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 (3), 491–499, <https://doi.org/10.1037//0022-3514.64.3.491>.
- World Health Organization, Geneva: World Health Organization, <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44089>.

World Health Organization, (2014). *Global status report on violence prevention 2014*, Geneva:  
World Health Organization,  
[https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/status\\_report/2014/en/](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/status_report/2014/en/).