

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Педагогика и психологии
Факультет
Психологии развития личности
кафедра

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Тренинг формирования мотивации достижения успеха подростков,
воспитывающихся в условиях детского дома

Работа защищена «15 июня» 2017 г. с оценкой «отлично»

Председатель ГЭК		
Руководитель	 подпись	Ю.В.Живаева инициалы, фамилия
Выпускник	 подпись	О.С.Маслакова инициалы, фамилия
Руководитель		Ю.В. Живаева инициалы, фамилия
Выпускник		О.С. Маслакова инициалы, фамилия

Лесосибирск 2017

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –
филиал Сибирского федерального университета

Педагогика и психологии

факультет

Психологии развития личности

кафедра

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

код и наименование направления, подготовки, специальности

Тренинг формирования мотивации достижения успеха подростков,
воспитывающихся в условиях детского дома
тема

Работа защищена « 16 » июня 20 г. с оценкой « хорошо »

Председатель ГЭК

подпись

Ломоносов И.О.

инициалы, фамилия

Члены ГЭК

подпись

Муромов В.И.

инициалы, фамилия

подпись

Мамасенина И.В.

инициалы, фамилия

подпись

Саловская Т.В.

инициалы, фамилия

подпись

Лутосинская В.И.

инициалы, фамилия

Руководитель

подпись

Ю.В. Живаева

инициалы, фамилия

Выпускник

подпись

О.С.Маслакова

инициалы, фамилия

Лесосибирск 2017

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1. Теоретические аспекты психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения дошкольников	8
1.1. Агрессия как предмет познания в трудах отечественных и зарубежных исследователей.....	8
1.2. Причины агрессивного поведения дошкольников.....	15
1.3. Психологические подходы к профилактике агрессивного поведения дошкольников в игровой деятельности	23
Выводы по главе 1	29
Глава 2. Содержание психологической профилактики агрессивности у дошкольников	31
2.1. Организация и методы исследования агрессивности у дошкольников	31
2.2. Анализ результатов констатирующего этапа исследования	36
2.3. Программа психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения у дошкольников средствами игровой деятельности	42
2.4. Анализ результатов контрольного этапа эксперимента	45
Выводы по главе 2	Ошибка! Закладка не определена.
Заключение.....	57
Список используемой литературы.....	61
Приложение	66

Проблема агрессивности одна из самых значительных проблем современной психологии. Актуальность проблемы заключается в том, что во всем мире отмечается рост насильственных действий, связанных с понятием агрессии и агрессивности, возникающих как из внутренних, так и из внешних факторов.

В настоящее время дошкольники не застрахованы от проявлений агрессии и насилия, у них возникают межличностные конфликты. За последние годы было выполнено психологами и педагогами ряд исследований по изучению, диагностике и предупреждению педагогической запущенности и правонарушений подростков. Этому посвящены работы Абрамовой Г.С., Алемаскина М.А., Антонян Ю.М., Беличевой С.А., Бехтерева В.М. Глоточкина А.Д., Дубровиной И.В., Знакова В.В., Иванова Е.Я., Игошева К.Е., Исаева Д.Д., Исаева Д.Н., Ковалёва А.Г., Кона И.С., Кондрашенко В.Т., Личко А.Е., Миньковского Г.М., Невского И.А., Пирожкова В.Ф., Платонова К.К., Потанина Г.М., Фельдштейна Д.И. и др. Однако анализ этих работ показывает, что существующая практика профилактики не в полной мере решает задачи по предупреждению агрессивного поведения подростков.

Подростковый возраст – один из наиболее сложных периодов развития человека. Именно в подростковом возрасте преимущественно происходит формирование характера и других основ личности. Неизмеримое количество внутренних и внешних факторов воздействуют на подрастающего ребенка: переход от опекаемого взрослыми детства к самостоятельности, смена привычного школьного обучения на другие виды социальной деятельности, а также бурная гормональная перестройка организма. Эти факторы делают подростка особенно уязвимым и податливым к отрицательным влияниям среды. Столкновение ребенка с

миром других детей, а также миром взрослых и самыми разнообразными явлениями жизни далеко не всегда происходит у него безболезненно. Часто при этом у него происходит ломка многих представлений, установок, изменение желаний и привычек, недоверие к другим. На смену одним чувствам приходят другие, которые могут носить и патологический характер. У ребенка формируются внутренние взгляды, враждебные по отношению к другим. Такой ребенок считает агрессивное поведение приемлемым, он не имеет в своем поведенческом "арсенале" другого, положительного опыта. С другой стороны, всё более очевидным становятся дефекты школьного и семейного воспитания: учителя и родители часто демонстрируют низкую информированность о феномене возраста и особенностях взаимодействия с подростками. Кроме того, воспитательная и психолого-педагогическая деятельность школы часто ограничивается разрозненными мероприятиями, направленными, в основном, на запугивание подростков (об этом свидетельствует факт введения в школы «Совета профилактики», с участием полиции), либо коррекцию тех нежелательных форм поведения, которые уже освоены подростками. При этом перспективная работа, направленная на предотвращение такого поведения, школой не ведётся.

Таким образом, можно выделить **противоречие** между ростом агрессивного поведения подростков и недостаточностью знаний об эффективных психолого-педагогических профилактических мерах помощи учащимся младшего подросткового возраста в успешной социализации, которая способствует снижению обращения к агрессивным способам взаимодействия. Таким образом, **проблема** исследования состоит в поиске таких мер. Актуальность, практическая значимость и недостаточная разработанность обозначенной проблемы определили тему исследования *«Психологическая профилактика агрессивного поведения младших подростков в условиях общеобразовательной школы»*.

Объект: агрессивное поведение у младших подростков.

Предмет: профилактика агрессивного поведения у младших подростков.

Гипотеза исследования заключается в том, что психолого-педагогическая профилактика агрессивного поведения младших подростков будет эффективной при соблюдении следующих условий:

1) будет реализована специально организованная психолого-педагогическая работа, направленная на развитие коммуникативной компетентности и самосознания подростков;

2) будет организована консультативная и просветительская работа с родителями и педагогами.

Цель исследования: определить содержание психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения младших подростков в условиях общеобразовательной школы.

Задачи исследования:

1. Выявить сущность понятия и причины агрессивного поведения младших подростков.

2. Определить психолого-педагогические возможности профилактики агрессивного поведения младших подростков.

3. Разработать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения младших подростков в условиях общеобразовательной школы.

4. Составить методические рекомендации для педагогов и родителей.

Методы исследования

Теоретические методы: анализ научной литературы по проблеме, обобщение, моделирование.

Эмпирические методы: опрос, контрольный и формирующий эксперименты.

Методики для исследования уровня агрессии:

- опросник «Басса-Дарки», разработан А. Басс и А. Дарки;

- методика Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»;
- «Кактус», графическая методика М.А. Панфиловой.

Математические: методы первичной и вторичной статистической обработки результатов исследования.

Метод обработки данных: качественный и количественный анализ результатов исследования.

Представление результатов исследования: таблицы, диаграммы.

База исследования. Исследование проводилось в период 1 Октября-4 декабря 2014г года на базе МБОУ СОШ №8 Кировского района г. Красноярска. В исследовании принимали участие ученики 6 «А» и 6 «Б» классов. Общее количество испытуемых 40 человек.

Практическая значимость заключается в том, что профилактическая программа, направленная на развитие самосознания и коммуникативной компетентности подростков, оказывает влияние не только на снижение агрессивности, но и благотворно влияет на их личностное развитие, качество жизни. На основе полученных данных составлены рекомендации для родителей и учителей, а также рекомендации для самих подростков.

Структура и объём работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения. В работе содержится 9 рисунков, 11 таблиц, объём работы 82 страницы. Список литературы включает 59 наименований.

Глава 1. Теоретические аспекты психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения подростков

1.1. Агрессия как предмет познания в трудах отечественных и зарубежных исследователей

Тема агрессии всегда вызывала интерес психологов. Данной теме посвящено много фундаментальных теоретических исследований (Р. Бэрон, Д. Ричардсон, А. Бандура, Г. Бреслав, А. Басс, Э. Фром, В. Оклендер и др.) Существует много определений агрессии, однако, ни одно из них не признано исчерпывающим.

В быту термин "агрессия" имеет широкое распространение для обозначения насильственных захватнических действий. Агрессия и агрессоры всегда оцениваются резко отрицательно, как выражение наличия культа грубой силы. В основном же под агрессией понимается вредоносное поведение. В понятии "агрессия" объединяются различные по форме и результатам акты поведения – от злых шуток, сплетен, враждебных фантазий, до бандитизма и убийств.

В науке агрессия – (от лат.«agressio» – нападение, приступ) – это мотивированное, деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее физический вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), а также моральный ущерб живым существам (негативные переживания, состояние напряженности, подавленности, страха т.п). [25]

Наиболее общим определением агрессии является поведение, причиняющее ущерб. Причем ущерб может быть как прямым (нападение), так и косвенным (распространение порочащих слухов). Термином «агрессивность» обозначают ситуативную или личностную склонность к

разрушительному поведению. Н.Д. Левитов описал состояние агрессивности как стеничное переживание гнева с потерей самоконтроля.

По форме агрессия подразделяется на физическую (избиение, ранение, изнасилование) и вербальную (оскорбление, распространение клеветы, отказ общаться); прямую и косвенную.

А. Басс ввел понятия враждебной и инструментальной агрессии. Враждебная агрессия мотивируется негативными эмоциями и намерением причинить зло. При инструментальной агрессии, наоборот, преследуются цели, не связанные с причинением вреда, т.е. агрессия становится инструментом личного обогащения или продвижения.

Американские психологи Д. Креч и Р. Кратчфилд определяют понятие «агрессия» как любой вид поведения, приносящий вред другому [15, с. 88].

Немецкий психолог К. Бютнер рассматривает агрессию как «акты поведения, оскорбляющие, ранящие партнера и даже направленные на его уничтожение» [9, с. 7].

Психолог А.А. Реан под агрессией понимает «любые намеренные действия, которые направлены на причинение ущерба другому человеку, группе людей или животному» [39, с. 218].

По своему трактует данный термин психолог Л.Д. Столяренко – «это однобокое, подпитанное отрицательными эмоциями отражение реальности, приводящее к искажению, необъективности, неверности понимания действительности, к неадекватному поведению». Часто анализ показывает, что агрессия преследовала какую-либо позитивную цель для человека, но выбранный агрессивный способ поведения является неудачным, неадекватным, приводит к обострению конфликта и ухудшению ситуации [47, с. 382].

Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон дают следующее толкование агрессии - «это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного

обращения [10, с. 27]. Данное определение позволяет уточнить ряд параметров, характеризующих агрессию как поведенческое проявление: это всегда целенаправленное, умышленное действие, нацеленное именно на причинение вреда. Агрессия прямо или косвенно направлена на живые объекты, и вред наносится именно им. Жертвы агрессии пассивно или активно противодействуют агрессору. Подростковая агрессия значительно превосходит агрессию взрослых. Чаще всего это объясняется необходимостью самоутверждения [25, с. 243].

По мнению этих авторов:

– агрессия обязательно подразумевает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве;

– в качестве агрессии может рассматриваться только такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам;

– жертва должна обладать мотивацией избегания подобного обращения с собой.

Из отечественных психологов эту точку зрения разделяют Т.Г. Румянцева и И.Б. Бойко. Они рассматривают агрессию как форму социального поведения, которое реализуется в контексте социального взаимодействия, но поведение будет агрессивным при двух условиях: когда имеют место губительные для жертвы последствия, и когда нарушаются нормы поведения. [44]

Отечественный психолог И.А. Фурманов понимает агрессию как любую активность и инициативность ребенка, считая ее, «неотъемлемой динамической характеристикой активности и адаптивности». Он, наряду с деструктивной агрессией, признает существование и агрессии конструктивной, социально одобряемой и полагает, что «личность должна неизбежно обладать определенной степенью агрессивности и в «норме» она может оказываться качеством социально приемлемым и даже необходимым» [57, с.11–12].

Из этого множества определений агрессии ни одно не является исчерпывающим и общеупотребительным. Л. Берковиц обратил внимание на то, что одна из главных проблем в определении агрессии в том, что в английском языке этот термин подразумевает большое разнообразие действий. Когда люди характеризуют кого-то как агрессивного, они могут сказать, что он обычно оскорбляет других, или что он часто недружелюбен, или же что он, будучи достаточно сильным, пытается делать все по-своему, или, может быть, что он твердо отстаивает свои убеждения, или, возможно, без страха бросается в омут неразрешенных проблем.

Таким образом, при изучении агрессивного поведения человека мы сразу же сталкиваемся с серьезной и противоречивой задачей: как найти выразительное и пригодное определение основного понятия. Одно из определений агрессии, предложено А. Бассом, агрессия – это любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим.

Второе определение, предложенное несколькими известными исследователями, содержит следующее положение: чтобы те или иные действия были квалифицированы как агрессия, они должны включать в себя намерение обиды или оскорбления, а не просто приводить к таким последствиям и наконец.

Третья точка зрения, высказанная Н. Зильманном, ограничивает употребление термина агрессия попыткой нанесения другим телесных или физических повреждений. Несмотря на значительные разногласия относительно определений агрессии, многие специалисты в области социальных наук склоняются к принятию определения, близкого ко второму из приведенных здесь. В это определение входит как категория намерения, так и актуальное причинение оскорбления или вреда другим. Таким образом, в настоящее время большинством принимается следующее определение: Агрессия – это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения. На первый взгляд, это определение

кажется простым и откровенным, а также тесно связанным с пониманием агрессии с позиции обиденного сознания. Однако при более внимательном изучении оказывается, что оно включает в себя некоторые особенности, требующие более глубокого анализа. Из представления о том, что агрессия предполагает или ущерб, или оскорбление жертвы, следует, что нанесение телесных повреждений реципиенту не является обязательным. Агрессия имеет место, если результатом действий являются какие-либо негативные последствия. Таким образом, помимо оскорблений действием, такие проявления, как выставление кого-либо в невыгодном свете, очернение или публичное осмеяние, лишение чего-то необходимого и даже отказ в любви и нежности могут при определенных обстоятельствах быть названы агрессивными.

Ввиду того, что проявления агрессии у людей бесконечны и многообразны, весьма полезным оказывается ограничить изучение подобного поведения концептуальными рамками, предложенными А. Бассом. По его мнению, агрессивные действия можно описать на основании трех шкал: физическая – вербальная, активная – пассивная и прямая – непрямая. Их комбинация дает восемь возможных категорий, под которые подпадает большинство агрессивных действий. Например, такие действия, как стрельба, нанесение ударов холодным оружием или избиение, при которых один человек применяет физическое насилие над другим, могут быть классифицированы как физические, активные и прямые. С другой стороны, распространение слухов или пренебрежительные высказывания за глаза можно охарактеризовать как вербальные, активные и не прямые. Эти восемь категорий агрессивного поведения и примеры к каждой из них приведены в табл. 1.

Таблица 1. – *Категории агрессии по А. Бассу*

Тип агрессии	Примеры
Физическая – активная - непрямая	Закладка мин-ловушек; сговор с наемным убийцей с целью уничтожения врага.
Физическая – пассивная - прямая	Стремление физически не позволить другому человеку достичь желаемой цели

Тип агрессии	Примеры
	или заняться желаемой деятельностью (например, сидячая демонстрация).
Физическая – пассивная - непрямая	Отказ от выполнения необходимых задач (например, отказ освободить территорию во время сидячей демонстрации).
Вербальная – активная - прямая	Словесное оскорбление или унижение другого человека.
Вербальная – активная - непрямая	Распространение злой клеветы или сплетен о другом человеке.
Физическая–активная - прямая	Нанесение другому человеку ударов холодным оружием, избиение или ранение при помощи огнестрельного оружия.
Вербальная - пассивная - прямая	Отказ разговаривать с другим человеком, отвечать на его вопросы и т. д.
Вербальная - пассивная - непрямая	Отказ дать определенные словесные пояснения или объяснения (например, отказ высказаться в защиту человека, которого незаслуженно критикуют).

Таким образом, агрессия, в какой бы форме она ни проявлялась, представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющему все основания избегать подобного с собой обращения. Данное комплексное определение включает в себя следующие частные положения: 1) агрессия обязательно подразумевает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве; 2) в качестве агрессии может рассматриваться только такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам; 3) жертвы должны обладать мотивацией избегания подобного с собой обращения.

Многие авторы разводят понятия агрессии как специфической формы поведения и агрессии как свойства личности. В последнем случае речь идет об агрессивности как компоненте личностной структуры.

«Агрессивность» в «Психологическом словаре» определяется как «склонность личности действовать враждебно и агрессивно» [35, с.7].

Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон несколько иначе трактуют данное понятие: «Агрессивность – относительно устойчивая черта личности, выражающаяся в готовности к агрессии, а также в склонности

воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное» [10, с. 29].

По-своему определяет «агрессивность» психолог С.Н. Еникополов: «личностная характеристика, приобретенная и зафиксированная в процессе развития личности на основе социального научения и заключающаяся в агрессивных реакциях на различного рода раздражители» [14, с.32].

Психолог Т.Г. Румянцева определяет «агрессивное поведение» как специфическую форму действий человека, характеризующуюся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому человеку или к группе лиц, которым субъект стремится причинить ущерб [44, с.83].

Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон трактуют этот термин следующим образом: «это, прежде всего, внешне выраженное действие, направленное против другого человека. Обычно такое поведение носит кратковременный (преходящий) характер и меняется в зависимости от особенностей ситуации или смены одной ситуации другой» [10, с.29].

Обобщая все вышесказанное нужно выделить, что под агрессией понимают поведение, направленное на нанесение физического либо психологического вреда или ущерба, либо на уничтожение другого человека или группы людей. Агрессивность понимается как относительно устойчивая черта личности, которая проявляется в готовности к агрессивному поведению. Возможна агрессия без агрессивности, в то же время агрессивность может проявляться не только в открытом агрессивном поведении. Оба термина входят в состав агрессивного поведения, как действия, направленного на причинение вреда другому человеку. Все подходы к классификации агрессивного поведения отражают сущность различия его форм, но в то же время схожесть мотивов.

На наш взгляд, агрессивность – это свойство, присущее любому человеку. Сама по себе агрессивность не делает субъекта опасным, т.к. акт агрессии может не принимать социально опасные и неодобряемые формы,

в противном случае агрессивность может мешать эффективной социализации человека. Каким образом подросток осваивает негативные формы выражения агрессии, а также приобретает агрессивность в качестве устойчивого личностного образования, мы рассмотрим в следующем параграфе.

1.2. Причины агрессивного поведения подростков

Данные современной науки убеждают, что агрессивный подросток – это прежде всего обычный ребенок, которому свойственна нормальная наследственность. Черты, качества агрессивности он приобретает под воздействием ошибок, недоработок, упущений в воспитательной работе, сложностей в окружающей его среде. Агрессивность в личностных характеристиках подростка формируется в основном как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется в соответствующем поведении. Также могут влиять и его природные особенности – темперамент, например возбудимость и сила эмоций, способствующие формированию таких черт характера, как вспыльчивость, раздражительность [19, с.101].

Формирование агрессивного поведения подростков зависит от ряда факторов, к которым следует отнести: ближайшее окружение подростка (родительская семья, группы сверстников), макросреда (образовательные учреждения, в которых ребенок прибывает длительное время: школа, училище), а также – традиции и законы средовой культуры, средства массовой информации [44, с.142].

Решающая роль отводится семье. Именно в ней в процессе взаимодействия и взаимовлияния супругов, родителей и детей закладываются основы норм и правил нравственности, навыков совместной деятельности, формируются мировоззрение, ценностные

ориентации, жизненные планы и идеалы. Реакция родителей на неправильное поведение ребёнка, характер отношений между родителями и детьми, уровень семейной гармонии или дисгармонии, характер отношений с родными братьями и сёстрами - вот факторы, которые могут предопределить агрессивное поведение ребенка в семье и вне ее, а также влиять на его отношения с окружающими в зрелые годы. Характер отношений между родителями и подростками является очень важным фактором [2, с.186–187].

Не менее важным в формировании индивида являются воздействия макросреды – школы, различных групп, в которых находится подросток. К неблагоприятным факторам стоит отнести смену школьного учреждения и коллектива, частую смену педагогов, различающихся педагогической позицией.

Как замечает психолог Л.М. Чепелева, в наши дни школа не всегда является примером мирного сосуществования. Так, разрыв между интеллектуальным уровнем и подготовленностью ребенка к школе, с одной стороны, и системой школьных требований, связанных с учебой, с другой стороны, образует конфликтную ситуацию, которая может иметь длящийся характер. Этот внутренний конфликт может способствовать проявлению агрессивности в общественно-отрицательных формах поведения: пропуске занятий, обмане, уходе из дома, чрезмерной раздражительности.

Сведения об агрессии ребенок получает также из общения со сверстниками. Дети учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением других детей. Подростки, кто наиболее агрессивен, скорее всего, оказываются отверженными большинством в своей возрастной группе и будут искать друзей среди других агрессивных сверстников. Это создает дополнительные проблемы, т.к. в агрессивной компании происходит взаимное усиление агрессивности ее членов [62, с.217].

Агрессивное поведение, направленное против сверстников, встречается гораздо чаще, чем против взрослых. Во-первых, со

сверстниками ребенок сталкивается ежедневно. Во-вторых, будучи слабым сам, он ищет жертву заведомо слабее себя, что вообще свойственно для тех, кто желает самоутвердиться [22, с.104–112]. Мальчики-агрессоры доминантны. Девочки-агрессоры незаметны и изворотливы, агрессия с их стороны может проявляться в скрытой форме. Они высмеивают, подтрунивают, манипулируют кругом друзей, распространяют слухи и подстрекают других детей против персоны, которая им не нравится. Конфликты между детьми возникают не только в ситуации конкуренции и борьбы за лидерство, но и некомпетентных действий или оценок педагогов [17, с.85–88].

На формирование агрессивного поведения особое влияние оказывают средства массовой информации и реклама. Исследователи в области массовой рекламы отмечают, что за последнее время произошло усиление агрессивной направленности многих телевизионных рекламных роликов, часто повторяющихся в течение длительного времени. Учитывая то, что реклама на телевидении обладает сильным психологическим воздействием на население, можно утверждать: наиболее сильное воздействие она оказывает на психику подростков [40, с.297].

Психиатры и психологи пришли к выводу, что воздействие телевидения на подростков преимущественно негативное. Ученые убеждены в следующем:

- подростки в серьезных ситуациях, в игре, в межличностном общении подражают насилию, увиденному на экране;
- они склонны отождествлять себя с определенными жертвами или агрессорами;
- подростки становятся не чувствительными к грубости, жестокости, посмотрев много сцен насилия;
- они начинают считать насилие приемлемой формой и моделью поведения и способом решения своих проблем [40, с.141–142].

Выделяют четыре основных детерминанты агрессии: социальные, внешние, индивидуальные и биологические. Значимость социальных детерминант обусловлена тем, что сама агрессия «не возникает в социальном вакууме». Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон отмечают, что на агрессивное поведение влияют присутствие и действия других людей из социального окружения. Среди социальных детерминант агрессии ведущее место принадлежит фрустрации (блокированию разворачивания целенаправленного поведения), физическим и вербальным провокациям, характеристикам объекта агрессии (пол, раса) и подстрекательству со стороны окружающих.

Однако агрессию порождают не только слова и поступки других людей. Она может стать следствием действия особенностей среды или ситуации обитания, которые повышают вероятность агрессии. Ими могут стать параметры физической среды, создающие дискомфортные условия, – жара, шум, теснота, загрязненный воздух, а также воздействие средств массовой информации, прежде всего кино и телевидения [33, с.261].

Среди основных причин проявления агрессивности подростков необходимо выделить личностные черты (акцентуация характера, тревожность), установки, систему ценностей [58, с.211–225].

Важным аспектом в понимании причин проявления агрессивности являются акцентуации характера. По определению психиатра А.Е. Личко, акцентуации характера есть «крайний вариант нормы, при котором отдельные черты характера чрезмерно усилены». Из-за предельного усиления одних личностных черт за счет других подростки оказываются уязвимыми при попадании в ситуации или окружение определенного типа. Предрасполагающими к проявлению агрессивного поведения у подростков могут быть астено-невротический, гипертимный, истероидный, неустойчивый, эпилептоидный типы акцентуаций характера [26, с.8–13].

Одна и та же поведенческая реакция разными индивидами может восприниматься и как недопустимо агрессивная, и как нормальная – все

зависит от системы норм и ценностей, закрепленных в сознании подростка, и той культуры, в которой он живет.

Уровень самоконтроля, как пониженный, так и повышенный, может быть причиной агрессивных реакций. У людей со сниженным самоконтролем внутренние сдерживающие механизмы развиты слабо, поэтому они чаще могут проявлять агрессивность. Люди, обладающие необычайно развитыми внутренними сдерживающими механизмами, способны воздержаться от агрессивных проявлений даже в случае чрезвычайно мощной провокации. Однако, когда ресурс внутренних ингибиторов иссякает, агрессивность, проявляемая лицами с повышенным самоконтролем, может принять крайние меры [14, с.109].

Психолог И.В. Дубровина выделяет две наиболее распространенные причины агрессивного поведения подростков:

- боязнь быть травмированным, обиженным, подвергнуться нападению, получить повреждения;

- пережитая обида или душевная травма, или само нападение. Часто страх порождается нарушенными социальными отношениями ребенка и окружающих его взрослых. [30]

Психолог В.В. Лебединский связывает причину возникновения агрессивного поведения с критическими периодами в онтогенетическом развитии ребенка и подчеркивает, что дети более агрессивны в период их возрастных кризисов.

По мнению психолога Е.И. Рогова, к агрессивному поведению приводят длительные и частые фрустрации: унижения, оскорбления ребенка со стороны родителей [41, с.52].

Психические нарушения имеют определенные этапы развития, проходя через которые они достигают наибольшей степени выраженности. Любые психопатологические феномены, синдромы включают начальные проявления, развернутую стадию, этап завершения, период остаточных симптомов. Во время подросткового кризиса скорость этого болезненного

цикла увеличивается, в результате чего какой-то из этапов может быть либо очень коротким, либо не обнаруживаться вообще. Поэтому очень часто агрессивное поведение подростка является для его близких, знакомых, сверстников и очевидцев совершенно неожиданным.

Внутри подросткового возраста, как у мальчиков, так и у девочек, существуют возрастные периоды с более высоким и более низким уровнем проявления агрессивного поведения. Так, установлено, что у мальчиков имеются два пика проявления агрессии: 12 лет и 14-15 лет. У девочек также обнаруживаются два пика: наибольший уровень проявления агрессивного поведения отмечается в 11 лет и в 13 лет.

Сравнение степени выраженности различных компонентов агрессивного поведения у мальчиков и девочек показало, что у мальчиков наиболее выражена склонность к прямой физической и прямой вербальной агрессии, а у девочек – к прямой вербальной и к косвенной вербальной. Таким образом, для мальчиков наиболее характерно не столько предпочтение агрессии по критерию «вербальная – физическая», сколько выражение ее в прямой, открытой форме и непосредственно с конфликтующим. Для девочек же характерно предпочтение именно вербальной агрессии в любых ее формах – прямой или косвенной.

Говоря об особенностях агрессии в подростковом возрасте, необходимо учитывать тот факт, что подросток растет в семье, семья является почти всегда основным фактором социализации, она же является главным источником живых примеров агрессивного поведения для большинства детей.

Становление агрессивного поведения у подростков – сложный процесс, в котором участвуют многие факторы. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, а также массовой информации. Дети учатся агрессивному поведению, как посредством прямых подкреплений, так и путем наблюдения агрессивных действий. Пытаясь пресечь негативные отношения между своими детьми, родители могут

ненамеренно поощрять то самое поведение, от которого хотят избавиться. Родители, которые применяют крайние суровые наказания и не контролирующее занятия детей, могут обнаружить, что их дети агрессивны и непослушны.

Многочисленные исследования показали, что для семей, из которых выходят агрессивные дети, характерны особые взаимоотношения между членами семьи. Подобные тенденции психологами описаны как «цикл насилия». Дети склонны воспроизводить те виды взаимоотношений, которые «практикуют» их родители по отношению друг к другу. Подростки, выбирая методы выяснения отношений с братьями и сестрами, копируют тактику разрешения конфликтов у родителей. Когда дети вырастают и вступают в брак, они используют отрететированные способы разрешения конфликтов и, замыкая цикл, передают их своим детям, посредством создания характерного стиля дисциплины. Похожие тенденции наблюдаются и внутри самой личности. Достоверно установлено, что жестокое обращение с ребенком в семье не только повышает агрессивность его поведения в отношении со сверстниками, но и способствует развитию склонности к насилию в более зрелом возрасте, превращая физическую агрессию в жизненный стиль личности.

На становление агрессивного поведения влияют степень сплоченности семьи, близости между родителями и ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства.

Дети, у которых в семье сильный разлад, чьи родители отчуждены и холодны, сравнительно более склонны к агрессивному поведению. Подростки получают сведения об агрессии также из общения со сверстниками. Они учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением других детей. Однако те, кто очень агрессивен, скорее всего, окажутся отверженными большинством. С другой стороны, эти агрессивные дети могут найти друзей среди других агрессивных сверстников.

Один из самых спорных источников обучения агрессии – средства массовой информации. После многолетних исследований с использованием самых разнообразных методов и приемов психологи и педагоги все еще не выяснили степень влияния СМИ на агрессивное поведение.

Признаки проявления агрессивности у подростков:

- они ожидают от окружающих враждебности,
- они недооценивают собственную враждебность,
- в своих проблемах они винят окружающих и обстоятельства,
- они редко выражают свои чувства словами, предпочитая действие,
- часто не думают о последствиях своих поступков,
- завышают интенсивность своих эмоций: гнев вместо грусти или раздражения,
- они невосприимчивы к чувствам окружающих, у них низкий уровень эмпатии (умение принимать чувства других людей),
- их не волнует страдание, ответная агрессия, возможность быть отвергнутыми сверстниками,
- ценят превосходство и месть превыше дружбы,
- они менее склонны к компромиссам, чем другие дети,
- полагают, что их агрессивные действия дают ощутимые результаты, уменьшая агрессивность окружающих,
- не задумываются (скорее просто не знают) о собственной значимости, у них ограниченный выбор реакций на проблемную ситуацию.

Проанализировав различные подходы к проблеме возникновения агрессивного поведения, мы можем сделать вывод, что причина возникновения агрессии у подростков полифакторна. На возникновение агрессивного поведения влияет как природный фактор (наличие агрессивности, как личностной предрасположенности к агрессивным действиям), так и микросоциальный фактор (взаимодействие в семье,

референтной группе, школьном классе), а также макросоциальный фактор (модель поведения, принятая в обществе, пропагандируемая с помощью средств массовой информации). Можно предположить, что для эффективной профилактики агрессивных проявлений в среде школьников необходим системный подход, в котором будут учтены все эти факторы.

1.3. Психологические подходы к профилактике агрессивного поведения подростков

Практическая психология образования предполагает пять основных видов деятельности психолога: диагностика, коррекционно-развивающая работа, просвещение, консультирование и профилактика. Последняя, по мнению И.В. Дубровиной, является самым мало разработанным видом деятельности [30, с.80].

В «Социологическом энциклопедическом словаре» дано следующее определение понятия «профилактика» – «система мер, направленных на охрану здоровья, предупреждение возникновения и распространения болезней, улучшения физического развития населения, сохранение трудоспособности и обеспечение долголетия» [54, с.276].

По мнению педагога М.А. Галагузовой, «профилактика – это совокупность государственных, общественных, социально-медицинских и организационно-воспитательных мероприятий, направленных на предупреждение, устранение или нейтрализацию основных причин и условий, вызывающих различного рода социальные отклонения в поведении подростков» [52, с.286].

Педагог Р.В. Овчарова следующим образом толкует понятие: «профилактика – это профилактическая деятельность, осуществляемая на уровне государства через систему мер повышения качества жизни,

минимизацию факторов социального риска, создание условий для реализации принципа социальной справедливости [25, с.289].

Психологическая профилактика – деятельность по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии учащихся и созданию психологических условий, максимально благоприятных для этого развития [42, с.298].

Таким образом, суть данного вида деятельности практического психолога образования состоит в том, чтобы предупредить нежелательные отклонения в развитии ребёнка, посредством своевременного «вооружения» его необходимым набором компетентностей.

Мы выбрали профилактическую работу в качестве средства решения проблемы агрессивного поведения подростков в связи с тем, что данный вид деятельности, на наш взгляд, является наиболее эффективным не только для предотвращения нежелательных форм поведения, но и для развития личности ребёнка в целом.

В психологической литературе отражены различные подходы к профилактической работе с подростками. Так, например, К. Бютнер считает, что профилактика и предупреждение агрессивного поведения подростков становится не только социально значимой, но и психологически необходимой. Проблема повышения эффективности ранней профилактики, согласно мнению данного психолога, должна решаться в следующих направлениях:

- выявление неблагоприятных факторов и десоциализирующих воздействий со стороны ближайшего окружения, которые обуславливают возникновение агрессивного поведения, и своевременное устранение этих неблагоприятных воздействий;

- современная диагностика агрессивных проявлений в поведении подростков и осуществление дифференцированного подхода в выборе профилактических средств.

Ведущая роль в предупреждении и профилактики агрессивности у детей и подростков принадлежит семье, родителям. Однако большое значение отводится педагогам и психологам [11, с.16–17].

В соответствии с тем, что развитие ребенка осуществляется в деятельности, а подросток стремится к утверждению себя, своей позиции, как взрослый, среди взрослых, необходимо обеспечить включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создает возможности подростку реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.

Д.И. Фельдштейн вычленил социально признаваемую и социально одобряемую деятельность. Психологический смысл этой деятельности состоит для подростка в том, что участвуя в ней, он фактически приобщается к делам общества, занимает в нем определенное место и удерживает свою новую социальную позицию среди взрослых и сверстников. В процессе этой деятельности подросток осознает себя и признается окружающими, как равноправный член общества, занимает в нем определенное место и утверждает свою новую социальную позицию среди взрослых и сверстников. Такая деятельность предоставляет подростку возможность развития его самосознания, формирует нормы его жизнедеятельности. Основные принципы, формы и методы построения такой деятельности требуют значительной корректировки при включении в нее подростков, отличающихся повышенной агрессивностью. Необходима организация системы развернутой деятельности, создающей жесткие условия, определенный порядок действий и постоянный контроль [55, с.46–48].

Одним из условий эффективной социализации и предупреждения становления агрессивных форм поведения является развитие мотивации привязанности, посредством которой ребенок научается желать внимания и одобрения окружающих. В качестве вторичного подкрепления

привязанность может способствовать приспособлению ребёнка к социальным требованиям и запретам.

Игнорирование актов агрессивного поведения подростков как способ предупреждения и «снятия» агрессии оказывается неэффективным, так как грозит плохими последствиями и может вести к дальнейшему развитию агрессивного поведения, превращения его в привычную форму поведения личности. Если родители игнорируют акты агрессии подростка, то оно найдет подкрепление в кругу общения подростка, не ограничивающемся семьей. В том числе, в виде одобрения сверстниками агрессии против «несправедливо действующих родителей».

Наказание также рассматривается в качестве способа профилактики агрессивного поведения. Однако заторможенные таким способом агрессивные реакции не обязательно исчезнут совсем и могут проявиться в ситуациях, где угроза наказания слабее [50, с.21–22].

Для профилактики агрессивного поведения необходимо научить подростков навыкам позитивного общения, взаимодействия с другими членами социума, умения находить мирные пути решения конфликтов.

Большую важность также имеют навыки совместной работы, получаемые, в частности, в рамках школы.

В работе по профилактике может использоваться метод дискуссии. Дискуссия – это метод обсуждения и разрешения спорных вопросов. Результатом ее может быть общее соглашение, лучшее понимание, новый взгляд на проблему, совместное решение. Дискуссия предполагает общение, что является ведущим видом деятельности в подростковом возрасте. Дискуссия высокоэффективна для закрепления сведений, осмысления проблемы и формирования ценностных ориентаций [20, с. 102].

Для снятия раздражительности и напряжения, имеющихся на фоне гормональной перестройки, в работе с подростками могут использоваться игровые упражнения.

Важным методом профилактики является интерактивная игра – активный метод обучения, основанный на опыте, полученном в результате специально организованного социального взаимодействия участников с целью изменения индивидуальной модели поведения. То есть, это такие методы, которые организуют процесс социального взаимодействия, на основании которого у участников возникает некое «новое» знание, возникшее непосредственно в ходе этого процесса, либо явившееся его следствием.

Результатом хорошо организованной и эффективно проведенной интерактивной игры могут быть изменения в восприятии участников, инсайт, который приводит к быстрому, немедленному решению или новому пониманию имеющейся проблемы [55, с.173–177].

Необходимым условием профилактической работы с подростками, проявляющими агрессивное поведение, является привлечение специалистов: классного руководителя, психолога, инспектора по делам несовершеннолетних.

Классный руководитель является связующим звеном в комплексной группе специалистов по организации профилактической работы с подростками. Он делает первичный запрос специалистам и даёт первичную информацию о ребенке.

Не менее важным специалистом в данной проблеме является психолог. Он изучает личность учащегося и коллектива класса, анализирует адаптацию ребенка в среде, выявляет дезадаптированных учащихся, изучает взаимоотношения подростков со взрослыми и сверстниками. В его обязанности также входит подбор диагностических методик для организации профилактической и коррекционной работы [12, с.56–58].

В крайнем случае, когда агрессивное поведение выходит за рамки допустимого, к взаимодействию привлекается инспектор по делам несовершеннолетних. Он проводит пропаганду правовых знаний в

образовательном учреждении, участвует в проведении родительских собраний, классных часов. Совместно с представителями педагогического коллектива образовательного учреждения в классах со сложной психолого-педагогической обстановкой проводит профилактические беседы, другие необходимые мероприятия. На основе изучения психологами и социальными педагогами причин девиантного поведения несовершеннолетних, конфликтных ситуаций в семьях принимает меры к их устранению [49, с.73–79].

Коррекционная направленность профилактической работы состоит в том, что подросткам предоставляется возможность удовлетворить свои интересы, реализовать свои потребности, проявить свои способности, оценить самого себя, быть оцененным другими в ходе участия в работе и, наконец, попытаться найти оптимальный вариант взаимоотношений со сверстниками и учителями и выбрать приемлемую форму поведения.

Анализируя подходы к возникновению агрессии и агрессивности, мы пришли к выводу, что причина возникновения агрессии у подростков полифакторна. Следовательно, наиболее эффективной будет системная профилактическая работа, направленная как на личностное развитие подростка, так и на просвещение и консультирование родителей и педагогов, чьё взаимодействие с подростком является важным микросоциальным фактором, влияющим на его развитие.

Далее мы рассмотрим вопрос содержания профилактической работы по снижению агрессии и агрессивности, направленной на самих школьников. Известно, что в подростковом возрасте осуществляются сложные процессы развития самосознания, формирования системы ценностей, определяющей новый тип отношений с социумом. Однако в ряде психолого-педагогических исследований отмечается тот факт, что в образовательном процессе основной общеобразовательной школы отсутствует система методов и форм работы, обеспечивающая достижение учащимися коммуникативной компетентности (Д.И. Архарова,

Н.Ш. Галлямова, Т.А. Долинина, Т.А. Ладыженская, А.Ю. Маслова, М.А. Мосина, О.С. Саламатова, Т.Б. Черепанова и др.). При этом важной особенностью коммуникативной компетентности является её способность формирования успешной деятельности личности в меняющихся условиях социального окружения. Для различных сфер профессионального взаимодействия специалистов наличие коммуникативной компетентности является важным качеством. Поэтому её развитие у учащихся является одним из главных направлений в современном образовании, так как общество требует наличия высокого уровня коммуникативной культуры у человека.

Кроме того, на наш взгляд, специально организованная деятельность, направленная на развитие коммуникативной компетентности и самосознания, позволит подросткам расширить репертуар социального поведения, позволит освоить социально приемлемые формы поведения, соответственно, уменьшит агрессивные реакции за счёт более эффективных социальных действий.

Другое направление профилактической работы – консультирование и просвещение учителей и родителей, осуществляемые в процессе развивающей работы с детьми – позволит, на наш взгляд, создать необходимые условия микросоциума, направленные на оптимизацию межличностных отношений подростков.

Выводы по главе 1

Нами были изучены и подробно рассмотрены различные теоретические подходы к исследуемой теме «Психологическая профилактика агрессивного поведения подростков в условиях общеобразовательной школы».

В частности, мы выяснили, что под агрессией понимают поведение, направленное на нанесение физического либо психологического вреда или ущерба, либо на уничтожение другого человека или группы людей. Агрессивность понимается как относительно устойчивая черта личности, которая проявляется в готовности к агрессивному поведению,

Существует три фактора, вызывающих агрессивное поведение: индивидуально-психологические особенности самого подростка, микросоциум (семья, учителя, сверстники), а также макросоциум (общество, в котором живёт подросток).

Далее, определившись с понятием психологической профилактики как деятельности по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии учащихся и созданию психологических условий, максимально благоприятных для этого развития, мы описали два возможных направления психопрофилактической работы в условиях общеобразовательной школы:

1) Первое направление профилактики выступает специально организованная деятельность, направленная на развитие коммуникативной компетентности и самосознания.

2) Второе направление представлено просветительской и консультативной работой с учителями и родителями подростков.

Глава 2. Содержание психологической профилактики агрессивного поведения подростков в условиях общеобразовательной школы

2.1. Организация и методы исследования агрессивности у подростков

Исследование проводилось в период 1 Октября-4 Декабря 2014г года на базе МБОУ СОШ №8 Кировского района г. Красноярска. В исследовании принимали участие ученики 6 «А» и 6 «Б» классов (таб.2):

Таблица 2. – *Количественный состав младших школьников, участвующих в исследовании*

Экспериментальная группа Э (6 «А» класс)		Контрольная группа К (6 «Б» класс)	
8	12	9	11

Общее количество детей, принимавших участие в исследовании – 40 человек, из них: 17 мальчиков (42.5%) и 23 девочки (57.5%). Из младших подростков были сформированы экспериментальная группа (группа Э) в составе 8 мальчиков (40%) и 12 девочек (60%) и контрольная группа (группа К) в составе 9 мальчиков (45%) и 11 девочек (65%).

Формирование контрольной группы проходило по следующим критериям отбора испытуемых:

1. Равное экспериментальной группе общее количество воспитанников.
2. Практически равное экспериментальной группе количество воспитанников по гендерному признаку.
3. Равный экспериментальной группе средний возраст воспитанников.

С экспериментальной группой был организован формирующий эксперимент, цель которого заключался в проверке эффективности разработанной нами программы, способствующей развитию самосознания

и коммуникативной компетенции, с последующим сравнительным анализом результатов констатирующей и итоговой диагностики контрольной и экспериментальной групп. С учащимися экспериментальной группы (Э) проводились специальные игры и упражнения, направленные на формирование тех качеств, которые способствовали расширению базовых социальных умений детей. Программа рассчитана для подростков в возрасте 12–13 лет.

Исследование проводилось в несколько этапов:

- Подготовительный этап: беседа с классным руководителем, психологом, подбор методик.
- Констатирующий этап: проведение диагностического обследования в группах, систематизация результатов и их интерпретация.
- Разработка и реализация в экспериментальной группе программы профилактики.
- Контрольный этап: проверка эффективности программы путем повторного диагностического обследования.

На первом этапе исследования была изучена информация о педагогических условиях подростков. Источниками послужили:

- личные дела учащихся;
- журнал успеваемости;
- социальный паспорт класса.

Из беседы с классным руководителем было выяснено, кого из класса, по внешним признакам, она относит к учащимся, склонным к агрессивному поведению. Педагог исходила из того, проявляется или нет агрессия в поведении учащихся во время уроков, на переменах и в часы самоподготовки (оскорбление учащимися друг друга, применение физической силы, отказ от выполнения заданий). Психолог, исходя из проведенных ранее диагностических исследований, также сообщила, на кого стоит обратить внимание, как проявляющего агрессивное поведение.

Методики для обследования подбирались с учетом возрастных показателей применения, информативности, возможности группового проведения, простоты и быстроты обработки.

Следующим этапом исследования было проведение диагностического обследования в экспериментальной и контрольной группах.

Для достижения цели исследования и проверки гипотезы были сформулированы следующие задачи:

1. Провести теоретический анализ по проблеме исследования посредством работы с психолого-педагогической, социально-педагогической и социально-психологической литературой.

2. Подобрать адекватные методы и методики эмпирического исследования, определить основные методологические подходы исследования

3. Составить и реализовать развивающую программу.

4. Провести контрольный срез и интерпретацию результатов, полученных в ходе эмпирического исследования после реализации развивающей программы.

5. Разработать психолого-педагогические рекомендации для педагогов и родителей

В основе исследования лежала следующая гипотеза: психологическая профилактика агрессивного поведения подростков будет эффективной при соблюдении следующих условий:

- изучении причин агрессивного поведения подростков;
- использовании методов, направленных на профилактику агрессивного поведения подростков: дискуссии (общение – ведущий вид деятельности в подростковом возрасте), игровых упражнений (способствуют снятию раздражительности и напряжения, происходящих на фоне гормональной перестройки), интерактивных игр (проявление, переживание и отыгрывание агрессии);

- привлечение специалистов: классного руководителя, психолога, подтвердилась.

Таким образом, для решения поставленных в исследовании задач нами был сконструирован пакет психодиагностических методик, включающий в себя методики на выявление подростков, склонных к агрессивному поведению:

- Опросник «Басса-Дарки», разработан А. Басс и А. Дарки;
- Тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»;
- «Кактус» – графическая методика М.А. Панфиловой.

В основе исследования лежала следующая гипотеза: специально организованная в условиях общеобразовательной школы психолого-педагогическая работа, направленная на развитие самосознания и коммуникативной компетентности, будет способствовать снижению агрессивного поведения младших подростков.

Для проверки этого предположения из подростков были сформированы две группы: одна группа экспериментальная (группа Э), другая – контрольная (группа К). С экспериментальной группой был организован формирующий эксперимент, способствующий снижению агрессивного поведения подростков, с последующим сравнительным анализом результатов констатирующей и итоговой диагностики контрольной и экспериментальной групп.

С учащимися экспериментальной группы Э проводились занятия по программе снижению агрессивности у младших подростков. Программа рассчитана на детей 12–13 лет.

Рассмотрим психодиагностические процедуры, примененные в исследовании.

1. Опросник Басса-Дарки.

Цель: Выявление подростков, склонных к агрессивному поведению.

Оборудование: В работе используется бланк опросника Басса-Дарки (см. Приложение №1).

Порядок проведения: Исследование проводится с группой подростков 6 класса. Каждому испытуемому выдаются листы с текстом опросника Басса-Дарки. Зачитывается инструкция: «Ответьте «да» на те положения, с которыми Вы согласны и «нет» на те, с которыми Вы не согласны.

2. Тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях».

Поскольку данный тест предназначен для взрослых, то мы посчитали нужным модифицировать его под младший подростковый возраст.

Цель: тест Ассингера позволяет определить, достаточно ли человек корректен в отношении с окружающими и легко ли общаться с ним.

Оборудование: тест состоит из 20-ти вопросов с тремя вариантами ответов.

3. «Кактус», графическая методика М.А. Панфиловой.

Цель: Выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.

Оборудование: Лист бумаги (формат А4), карандаши.

Порядок проведения: Ребятам было предложено на листе бумаги нарисовать кактус. Зачитывается инструкция: «На листе бумаги нарисуйте кактус, такой, какой вы его себе представляете!». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. По завершении рисования с ребенком проводилась беседа.

Исследовательская работа была проведена в несколько этапов:

I этап – анализ научной литературы по проблеме исследования; отработка понятийного аппарата исследования; определение объекта, предмета, цели и гипотезы исследования; постановка задач и подбор методов исследования.

II этап – сбор эмпирических данных с помощью тестирования подростков, позволяющий определить уровень агрессивного поведения.

III этап – организация и проведение формирующего эксперимента, в рамках которого была апробирована профилактическая программа,

направленная на развитие самосознания и коммуникативной компетентности подростков.

IV этап – итоговая диагностика уровней агрессивного поведения подростков, проведение сравнительного анализа результатов исследования, интерпретация полученных в результате анализа данных диагностики, разработка психолого-педагогических рекомендаций: педагогам, родителям и подросткам, оформление выпускной квалификационной работы.

2.2. Анализ результатов констатирующего этапа исследования

По результатам констатирующего среза нами была составлена сводная таблица диагностики выявления подростков, склонных к агрессивному поведению контрольной группы (группа К) и экспериментальной группы (группа Э) по Опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации (приложения). Результаты представлены в табл. 3.

Таблица 3. – Сводная таблица диагностики (опросник «Басса-Дарки» в авторской модификации (констатирующий эксперимент))

Показатели агрессии в %	Опросник «Басса-Дарки» в авторской модификации					
	Группа К			Группа Э		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Физическая	90	10	-	70	30	-
Вербальная	100	-	-	80	20	-
Косвенная	60	30	10	50	30	20
Негативизм	50	30	20	60	30	10
Раздражение	60	40	-	80	20	-
Подозрительность	40	50	10	60	30	10
Обида	60	40	-	70	30	-
Чувство вины	70	30	-	60	30	10
Индекс агрессивности	40			40		
Индекс враждебности	60			50		

Результаты диагностики, представленные в таблице 2.2, показывают что в классе есть подростки с высоким уровнем показателя агрессии, превышающим норму. При использовании методики Басса-Дарки был выявлен повышенный уровень агрессивности у подростков, что подтверждает большинство наших испытуемых склонны к агрессии и насилию. В ходе диагностики по методике Басса-Дарки было установлено, что в контрольной группе детей с низким уровнем агрессивности – 40%, со средним – 20%, а высокий уровень агрессивности имеют 50%. В экспериментальной группе эти показатели составили 35%, 15% и 50% соответственно.

Таким образом, мы видим, что 50% детей в обоих классах имеют высокий уровень агрессивности, около трети детей (30% и 35% соответственно) – низкий. Детей со средним уровнем агрессивности меньше всего (20% и 15% соответственно). Причем, если процент детей с высокой агрессивностью в обеих группах одинаков, то детей с низкой агрессивностью в контрольном классе на 5% больше, чем в экспериментальном, а детей со средним уровнем агрессивности, соответственно на 5% меньше, чем в экспериментальном. Наглядно эти данные отображены на диаграмме рис. 1.

Большинство детей (56%) склонны проявлять физическую агрессию, то есть использовать физическую силу против другого человека с целью удовлетворения собственных потребностей, 57% – склонны выражать негативные чувства в форме негативных конструкций преимущественно имеющих негативную окраску. 59% с недоверием и осторожностью относятся к окружающим людям, часто бывают убеждены, что другие планируют причинить им вред. 34% детей склонны проявлять агрессию, направленную на другое лицо, привлекая для этого посторонних людей. 30% детей испытывают чувства вины после ссор с окружающими. 27% – готовы проявить агрессивные реакции и негативные чувства при малейшем

раздражении. 10% - испытывают негативные эмоции по отношению с окружающими, часто выступают против установленных законов и правил.

Результаты исследования по выявлению младших подростков, склонных к агрессивному поведению контрольной и экспериментальной групп на этапе констатирующего эксперимента по опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации представлены на рис. 1.

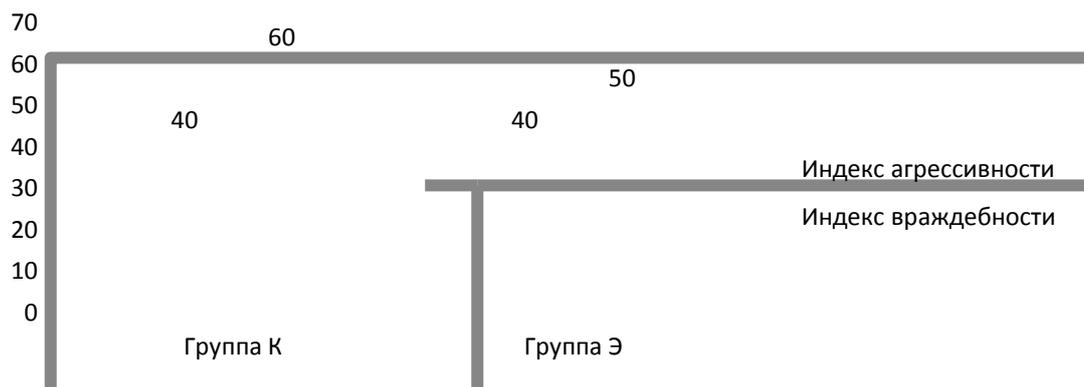


Рис. 1. – Данные диагностики методике «Определение индекса групповой сплочённости К. Сишора» в авторской модификации.

Результаты диагностики по оценке агрессивности в отношениях младших подростков контрольной группы К и экспериментальной группы Э по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (приложения) представлены в табл. 4.

Таблица 4. – Сводная таблица диагностики по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (констатирующий эксперимент)

Уровень агрессивности %	Тест А.Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»	
	Группа К	Группа Э
Высокий	80	90
Средний	10	10
Низкий	10	-

Из результатов диагностики, представленных в таблице 2.3 видно, что показатель высокого уровня агрессии у группы К равен 80%; у группы

Э равен 90%. Полученные данные позволяют нам отметить более высокий уровень агрессивности в отношениях у младших подростков в группе Э.

Анализируя полученные данные, мы можем сказать, что у подростков преобладает высокий уровень агрессивности, полученные и проанализированные данные по группам указывают на то, что младшие подростки излишне агрессивны, при том нередко бывают неуравновешенными и жестоким по отношению к другим. Младшие подростки надеются добиться успеха, жертвуя интересами окружающих.

Результаты исследования по оценки агрессивности в отношениях младших подростков контрольной и экспериментальной групп на этапе констатирующего эксперимента по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» представлены на рис. 2.

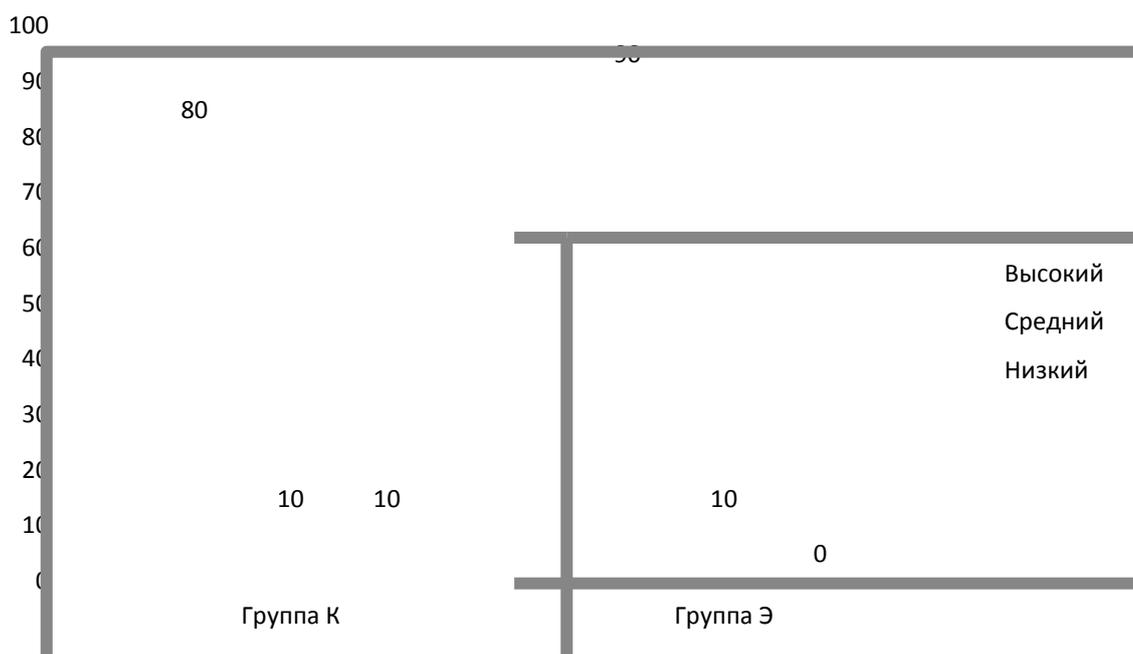


Рис. 2. – Данные диагностики по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»

Результаты диагностики по выявлению наличия агрессии, ее направленности и интенсивности младших подростков контрольной

группы К и экспериментальной группы Э по графической методике «Кактус» М.А. Панфиловой представлены в табл. 5.

Таблица 5. – Сводная таблица диагностики по графической методике «Кактус» М.А. Панфиловой (констатирующий эксперимент)

Состояние эмоциональной сферы	«Кактус» графическая методика М.А. Панфиловой.	
	Группа К	Группа Э
Повышенный уровень агрессии	25	20
Тревожность	15	20
Стремление к защите	5	10
Эгоцентризм	25	20
Интровертированность	10	5
Женственность	5	10
Оптимизм	10	10
Стремление к одиночеству	5	5

По результатам методики М.А. Панфиловой преобладают такие личностные характеристики, как агрессия и тревожность. Их процент составляет соответственно 20% и 25%. Менее выраженными являются женственность, интровертированность, оптимизм и стремление к одиночеству. В среднем процент данных характеристик составляет 5–10% .

После анализа рисунков была выделена группа по критериям, которые указывают на проявления достаточно высокой степени тревожности и агрессии.

Результаты исследования по выявлению наличия агрессии, ее направленности и интенсивности младших подростков контрольной и экспериментальной групп на этапе констатирующего эксперимента по графической методике «Кактус» М.А. Панфиловой представлены на рис. 3.

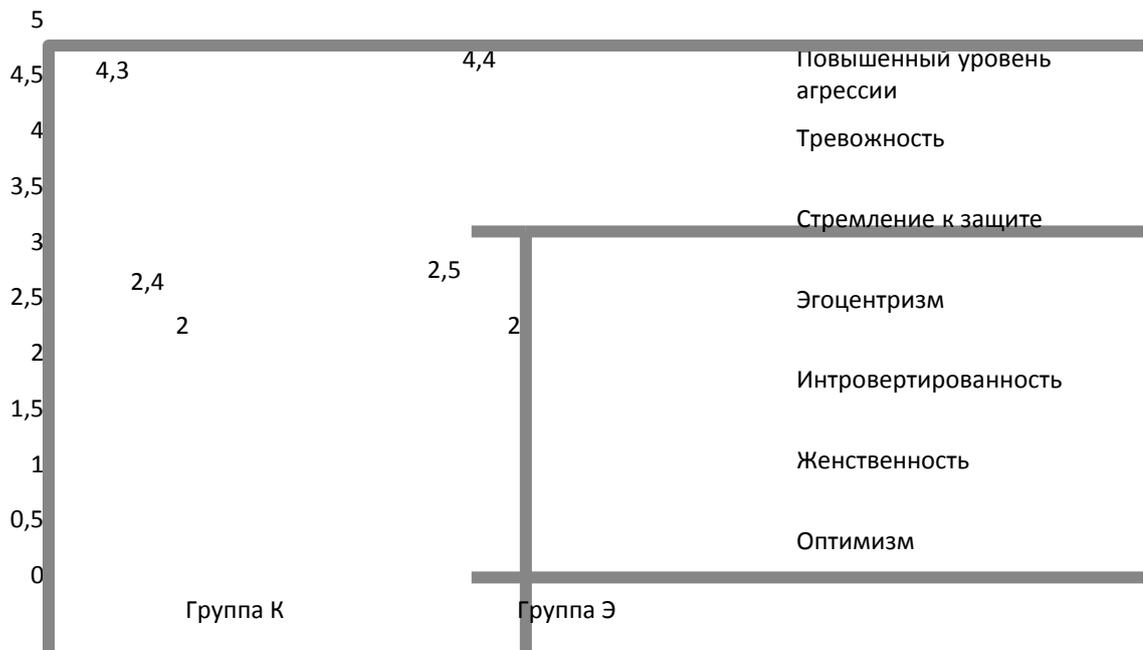


Рис. 3. – Данные диагностики по графической методике «Кактус»
М.А. Панфиловой.

При сопоставлении полученных значений по трем методикам, мы можем заключить следующее. 1) У подростков преобладает вербальная форма агрессии, при этом доминирует соперничество как тип поведения в конфликтной ситуации.

У подростков выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы). Удовлетворение своих интересов, происходит в ущерб другому. Также можно отметить, что констатирующий срез показывает практически одинаковые результаты как у группы К, так и группы Э – высокий уровень агрессии.

Следовательно, до начала проведения формирующего эксперимента между группами явных различий по уровню агрессии не наблюдается.

Для последующего исследования проблемы содержания профилактической работы по снижению агрессивности подростков мы приступаем к реализации разработанной нами профилактической программы.

2.3. Программа психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения у подростков в условиях общеобразовательной школы

В теоретической части нашего исследования мы определились с теми психолого-педагогическими условиями, которые направлены на профилактику агрессивного поведения подростков – это, прежде всего, расширение базовых социальных умений посредством развития коммуникативной компетентности и самосознания подростков, а также просветительская и консультативная работа с учителями и родителями. Данные теоретические основания позволили нам следующим образом определить цель и задачи программы профилактической работы.

Цель: расширение базовых социальных умений подростков.

Задачи:

1. Развитие коммуникативной компетентности и самосознания учащихся.

2. Обеспечение реализации в школе психолого – педагогических условий, способствующих расширению базовых социальных умений детей (посредством разработки методических рекомендаций учителям и родителям).

Методологический аспект программы (принципы, формы и методы работы).

Методологической основой программы профилактики агрессивного поведения детей стали принципы структурного, когнитивного и деятельностного, личностно-ориентированного подходов. Организация работы строится на принципах:

- Гуманизма – утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому ребенку, исключение принуждения и насилия над личностью;

- Конфиденциальности – информация, полученная психологом в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению. Участие обучающихся должно быть сознательным и добровольным.
- Компетентности – психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности.
- Ответственности – психолог заботится, прежде всего, о благополучии детей и не использует результаты работы им во вред.

В работе используются следующие методы:

- Дискуссия, обсуждение.
- Работа в парах.
- Рисунок.
- Психологическая игра.
- Работа в малых группах.
- Визуализация.
- Интерактивные игры, которые позволяют помочь детям ощутить единение с другими.

Организационные условия проведения занятий

Программа предназначена для работы с младшими подростками с 11 до 12 лет; оптимальная численность группы – 10-12 человек; продолжительность занятий – 40 минут. Периодичность занятий определяется самим психологом, но не реже одного раза в неделю. Программа рассчитана на 10 занятий (одна учебная четверть).

Групповая работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении, в интерьере комнаты должны преобладать спокойные неяркие цвета. Для обеспечения занятий необходимы бумага, карандаши, мелки, ножницы, гуашь, клей, фломастеры, мячи, мягкие игрушки.

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку и основное упражнение. Разминки и ритуалы

приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и саморефлексия (при необходимости рефлексия проводится после или в процессе выполнения упражнения).

Перед началом занятий проводятся индивидуальные консультации с каждым подростком. После окончания групповой работы также проводятся консультации на которых закрепляются произошедшие с детьми изменения и групповое тестирование по методике Басса-Дарки (возможно использование других методик, с которыми работает психолог). Тестирование позволяет отследить динамику личностных изменений.

Содержание программы развивающих занятий

Номер занятия	Тема занятия	Цель занятия	Упражнения
1	Тема: "Знакомство"	Цель: познакомить детей друг с другом, принятие правил в группе.	«Анкета»; « Знакомство»; «Снежный ком»; «Правила группы»
2	Тема: «Я глазами других»	Цель: научить детей общаться более близко друг с другом.	«Что изменилось?»; «Волшебные заросли»; «Я никогда не...»; « Путаница»
3	Тема: «Необычный опыт общения»	Цель: научиться быть внимательным к поведению другого, осознание себя.	«Покажи эмоцию»; «Скульптура настроения»; «Вы меня узнаете?»; «Рукопожатие»
4	Тема: «Гармонизация эмоционального состояния»	Цель: научить ребят снижать агрессию	« Ассоциации»; «Хрустальный барабек»; «Апельсиновый рай»; « Зазеркалье»
5	Тема: «А как твоё имя?»	Цель: содействие снижению негативных чувств	« Рисование имен»; «Шифровка имени»; « Танец имени»; «Маска имени»
6	Тема: «Актуализация внутренних ресурсов и развитие самоинтереса»	Цель: актуализация и осознание личностных ресурсов	«Пойти туда, не знаю куда, принеси то, не знаю что»; «Игры с миниатюрами»; «Мое солнце»; «Тух- тиби-дух»
7	Тема: «Спустите пар»	Цель: по средствам активных действий выплеснуть свои	«Ящик с обидами»; «Крикни громче»; «Походка»;

		негативные переживания	«Я такой ,какой я есть- Я такой ,каким хотел бы быть»
8	Тема: «Моя критика»	Цель: умение отвечать на критику так, чтобы отстаивать свои права и уважать интересы других	«Мои цели»; «Моя критика»; «Просьба»; « Три объекта»
9	Тема: « Все вокруг хорошо»	Цель: проекция положительной динамики	« Холодное- горячее»; «Изобрази настроение»; «Слепой скульптор»; «Ворвись в круг»
10	Тема: "Добрый день»	Цель: умение подчеркивать положительные качества у других	«Анкета»; «Волшебные заросли»; «Кто позвал, узнай»; «Каким бы я хотел быть и какой сейчас»

По итогам реализации развивающей программы с детьми, в школе проводятся групповые консультации для родителей и учителей подростков, в ходе которых обсуждаются общие результаты реализации программы, а также совместно разрабатываются рекомендации учителям и родителям по общению с подростками.

2.4. Анализ результатов контрольного этапа эксперимента

Для проверки эффективности программы профилактики нами было проведено контрольное диагностическое обследование в обеих группах. Диагностика включала в себя методики, используемые на констатирующем этапе.

На третьем этапе нашего исследования (этапе повторной диагностики) мы провели итоговую диагностику. Для того чтобы понять, произошли изменения в группах или нет, на заключительном этапе нашего исследования мы сравниваем данные, полученные до проведения формирующего эксперимента и после проведения формирующего эксперимента. Для начала рассмотрим экспериментальную группу.

Результаты диагностики выявление младших подростков, склонных к агрессивному поведению экспериментальной группы Э по Опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации до проведения формирующего эксперимента (приложение) и после проведения формирующего эксперимента (приложение) представлены в табл. 6.

Таблица 6. – Сводная таблица диагностики по опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации до и после проведения формирующего эксперимента

Показатели агрессии в %	Опросник «Басса-Дарки» в авторской модификации					
	Экспериментальная группа Э					
	До проведения ФЭ			После проведения ФЭ		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Физическая	70	30	-	30	50	20
Вербальная	80	20	-	40	60	-
Косвенная	50	30	20	30	40	30
Негативизм	60	30	10	50	30	20
Раздражение	80	20	-	60	30	10
Подозрительность	60	30	10	40	40	20
Обида	70	30	-	30	40	30
Чувство вины	60	30	10	50	30	20
Индекс агрессивности	43			38		
Индекс враждебности	40			33		

По результатам вторичной диагностики (после проведения профилактической работы) замечены, снижения уровня физической, косвенной, вербальной агрессии, на 30-40%, а так же раздражительности, проявления негативизма, обиды, подозрительности, что свидетельствует о качественно выполненной профилактической работе по развитию чувства эмпатии, сочувствия к другим сверстникам, взрослым и ко всему живому.

После проведения занятий, направленных на снижение агрессивности, можно заметить позитивные изменения в области снижения вспыльчивости, обидчивости, мстительности, нетерпимости к мнению других и подозрительности.

Дополнительный мониторинг за детьми подтверждают, что дети, после посещения занятий, стали менее конфликтны, вспыльчивы, реже отвечают грубо, почти не применяют физическую силу при разрешении непонимания в процессе общения. Если детей постигают неудачи в процессе деятельности, то они предпринимают повторную попытку ее выполнения, а не как прежде агрессивно проявляют свое недовольство, вымещая ее на окружающих. Замечено, что дети, которые до посещения занятий часто противились общеустановленным правилам и порядкам, стали более внимательно относиться к просьбам учителей и стараться выполнять правила и порядки школы.

Результаты исследования выявление младших подростков, склонных к агрессивному поведению в экспериментальной группе Э по Опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации до проведения формирующего эксперимента и после его проведения представлены на рис. 4.

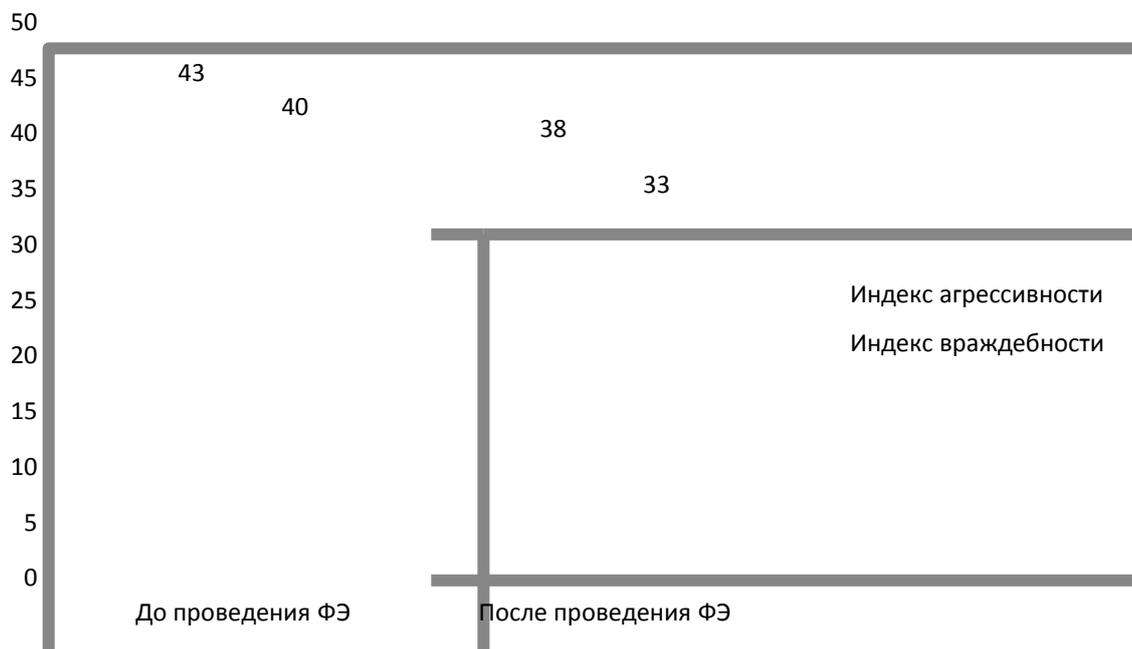


Рис. 4. — Данные диагностики по опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации до и после проведения формирующего эксперимента.

Результаты диагностики по оценки агрессивности в отношениях младших подростков экспериментальной группы Э по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» до проведения формирующего эксперимента и после проведения формирующего эксперимента представлены в табл. 7.

Таблица 7. – Сводная таблица диагностики по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» до и после проведения формирующего эксперимента

Уровень агрессивности %	Тест А.Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» Экспериментальная группа Э	
	До проведения ФЭ	После проведения ФЭ
Высокий	90	50
Средний	10	30
Низкий	-	20

Из результатов, представленных в таблице 2.7., видим, что в экспериментальной группе Э после проведения с младшими подростками формирующего эксперимента также произошла положительная динамика – с высокого уровня агрессивного отношения она на 40 % понизилась, это говорит об эффективности профилактики агрессивного поведения.

Результаты исследования диагностики по оценки агрессивности в отношениях младших подростков в экспериментальной группе Э по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» до проведения формирующего эксперимента и после его проведения представлены на рис. 5.



Рис. 5. – Данные диагностики по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» до и после проведения формирующего эксперимента.

Результаты диагностики по выявлению наличия агрессии, ее направленности и интенсивности младших подростков экспериментальной группы Э по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» до проведения формирующего эксперимента (приложение) и после проведения формирующего эксперимента (приложение) представлены в табл. 8.

Таблица 8. – Результаты диагностики по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» до и после проведения формирующего эксперимента

Состояние эмоциональной сферы	«Кактус» графическая методика М.А. Панфиловой. Экспериментальная группа Э	
	До проведения ФЭ	После проведения ФЭ
Повышенный уровень агрессии	20	10
Тревожность	20	15
Стремление к защите	10	10
Эгоцентризм	20	10
Интровертированность	5	5
Женственность	10	25
Оптимизм	10	20
Стремление к одиночеству	5	5

Из результатов, представленных в таблице 2.8, видим, что экспериментальная группа Э после проведения с младшими подростками формирующего эксперимента показывает, что снизился уровень повышенной агрессии и тревожности, и стал выше уровень оптимизма и женственности.

Таким образом, у группы Э произошла положительная динамика с высокого уровня наличия агрессии, ее направленности и интенсивности на средний уровень.

Результаты исследования по выявлению наличия агрессии, ее направленности и интенсивности младших подростков в экспериментальной группе Э по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» до проведения формирующего эксперимента и после его проведения представлены на рис. 6.



Рис. 6. – Данные диагностики по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» до и после проведения формирующего эксперимента.

Далее рассмотрим результаты другой группы младших подростков – контрольной группы К. Для этого сравним данные диагностики по опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации до проведения

формирующего эксперимента (приложение 4) и после проведения формирующего эксперимента (приложение 11) представлены в табл. 9.

Таблица 9. – Сводная таблица результатов диагностики по опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации до и после проведения формирующего эксперимента

Показатели агрессии в %	Опросник «Басса-Дарки» в авторской модификации					
	Контрольная группа К					
	До проведения ФЭ			После проведения ФЭ		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Физическая	90	10	-	80	10	10
Вербальная	100	-	-	100	-	-
Косвенная	60	30	10	60	30	10
Негативизм	50	30	20	60	30	10
Раздражение	60	40	-	60	40	-
Подозрительность	40	50	10	50	30	20
Обида	60	40	-	60	40	-
Чувство вины	70	30	-	70	30	-
Индекс агрессивности	50			43		
Индекс враждебности	40			40		

Из результатов, представленных в таблице 2.9, видно, что при повторной диагностике в контрольной группе К изменений практически не произошло.

Результаты исследования выявления младших подростков, склонных к агрессивному поведению в контрольной группе К по Опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации до проведения формирующего эксперимента и после проведения формирующего эксперимента представлены на рис. 7.

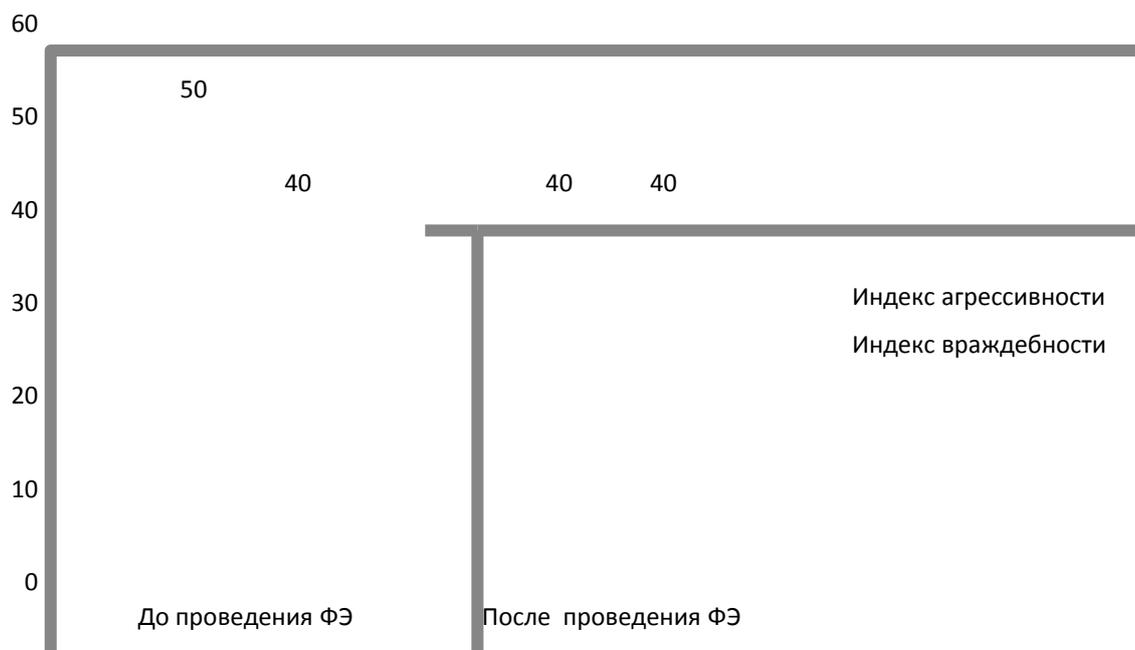


Рис. 7. – Данные диагностики по опроснику «Басса-Дарки» в авторской модификации до и после проведения формирующего эксперимента.

Результаты диагностики оценки агрессивности в отношениях младших подростков контрольной группы К по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» до проведения формирующего эксперимента (приложение 5) и после проведения формирующего эксперимента (приложение 12) представлены в табл. 10.

Таблица 10. – Сводная таблица оценки агрессивности в отношениях младших подростков контрольной группы К по тесту А. Ассингера до и после проведения формирующего эксперимента

Уровень агрессивности	Тест А.Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»	
	Контрольная группа К	
	До проведения ФЭ	После проведения ФЭ
Высокий %	80	80
Средний	10	20
Низкий	10	-

Из результатов, представленных в таблице 2.10, видим, что при повторной диагностике никакой динамики не происходит – контрольная группа К осталась на предыдущем высоком уровне оценки агрессивности.

Результаты исследования агрессивности в отношениях младших подростков в контрольной группе К по тесту А.Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» до проведения формирующего эксперимента и после его проведения представлены на рис. 8.

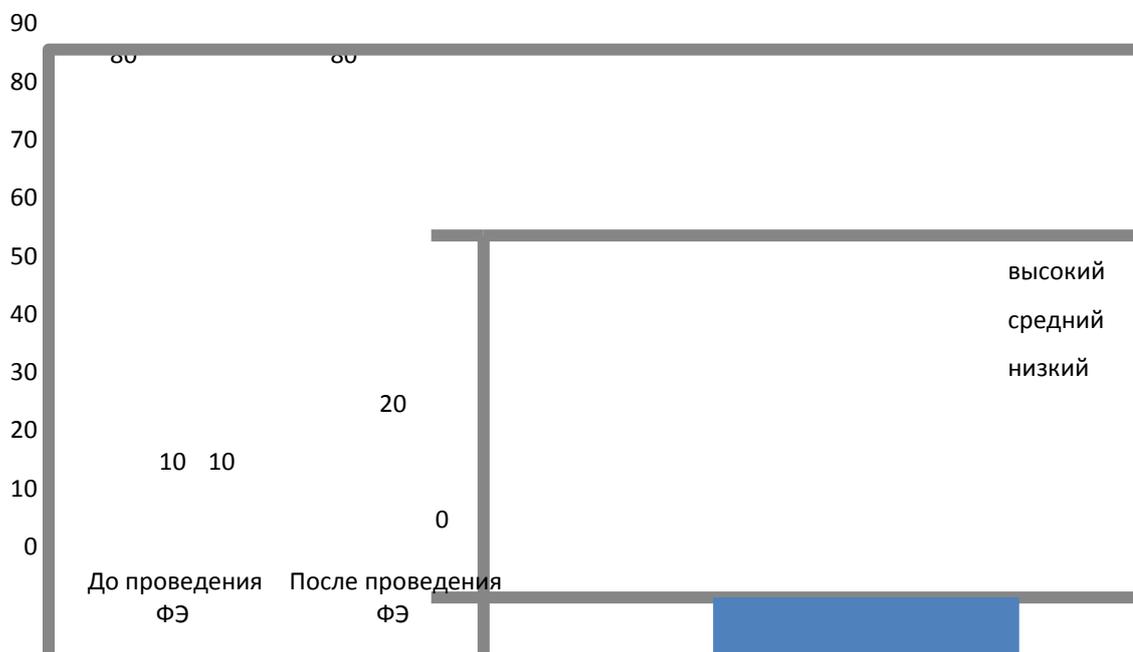


Рис. 8. – Данные диагностики агрессивности в отношениях младших подростков контрольной группы К по тесту А.Ассингера до и после проведения формирующего эксперимента.

Результаты диагностики по выявлению наличия агрессии, ее направленности и интенсивности младших подростков контрольной группы К по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» до проведения формирующего эксперимента (приложение 6) и после проведения формирующего эксперимента (приложение 13) представлены в табл. 11.

Таблица 11. – Результаты диагностики младших подростков контрольной группы К по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» до и после проведения формирующего эксперимента

Состояние эмоциональной сферы	«Кактус» графическая методика М.А. Панфиловой	
	Контрольная группа К	
	До проведения ФЭ	После проведения ФЭ
Повышенный уровень агрессии	25	25
Тревожность	15	15
Стремление к защите	5	5
Эгоцентризм	25	25

Состояние эмоциональной сферы	«Кактус» графическая методика М.А. Панфиловой	
	Контрольная группа К	
	До проведения ФЭ	После проведения ФЭ
Интровертированность	10	10
Женственность	5	5
Оптимизм	10	10
Стремление к одиночеству	5	5

Из результатов, представленных в таблице 2.11., видим, что при повторной диагностике контрольная группа К уровень агрессии и тревожности осталась на предыдущем уровне.

Результаты исследования по выявлению наличия агрессии, ее направленности и интенсивности младших подростков в контрольной группе К по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» до проведения формирующего эксперимента и после его проведения представлены на рис. 9.



Рис. 9. – Данные диагностики младших подростков контрольной группы по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» до и после проведения формирующего эксперимента.

Таким образом, в ходе проведения сравнительного анализа результатов констатирующего и контрольного экспериментов, мы выяснили, что:

– в контрольной группе младших подростков изменений по снижению уровня агрессии практически не произошло – она осталась на том же низком уровне;

– в экспериментальной группе младших подростков после проведения формирующего эксперимента произошла положительная динамика показателей уровня агрессии.

Заключение.

В исследовании принимали участие 40 учащихся 6-х классов МБОУ СОШ №8 Кировского района г. Красноярска.

В основе исследования лежала следующая гипотеза: специально организованная в условиях общеобразовательной школы психолого-педагогическая работа, направленная на развитие самосознания и коммуникативной компетентности, будет способствовать снижению агрессивного поведения младших подростков.

Для проверки этого предположения из подростков были сформированы две группы: одна группа экспериментальная (группа Э), другая – контрольная (группа К). С экспериментальной группой был организован формирующий эксперимент, способствующий снижению агрессивного поведения младших подростков путём реализации профилактической программы, с последующим сравнительным анализом результатов констатирующей и итоговой диагностики контрольной и экспериментальной групп.

Профилактическая программа была направлена на расширение базовых социальных умений подростков посредством развития

коммуникативной компетентности и самосознания подростков, а также просветительская и консультативная работа с учителями и родителями.

За основу программы мы взяли авторскую психологическую программу Хухлаевой О.В., Кирилиной Т.Ю., Федоровой О.В., педагогов-психологов высшей категории. Большинство игр и упражнений были выделены нами из методических разработок педагогов и психологов И.В. Дубровиной, О. Златогорской, К. Фоппель и др.

Благодаря применению программы были снижены показатели агрессивного поведения и негативных психических состояний подростков в экспериментальной группе. В контрольной группе, участники которой не участвовали в реализации профилактической программы, наблюдалось увеличения агрессивных тенденций по различным критериям.

Таким образом, можно утверждать, что программа доказала свою эффективность.

Заключение

Проблема агрессивного поведения в современном обществе является чрезвычайно актуальной, как с точки зрения науки, так и с позиции социальной практики. Известно, что во всем мире отмечается рост насильственных действий, связанных с понятием агрессии и агрессивности, возникающих как из внутренних, так и из внешних факторов.

Особенно остро, на наш взгляд, стоит проблема агрессивного поведения в средней школе. Это обусловлено, с одной стороны, особенностями возраста, который характеризуется глубокими психологическими и физиологическими изменениями, и, вследствие чего, нестабильностью эмоциональной сферы подростка 11–12 лет, а также особой чувствительностью к «посягательству» извне, готовностью выстраивать психологическую защиту, вплоть до самой экстремальной, которой является агрессивное поведение. С другой стороны, в школе отсутствует системный подход к профилактике агрессивного поведения подростков. Обозначив проблему, мы сформулировали цель нашего исследования: определить содержание психологической профилактики агрессивного поведения младших подростков в условиях общеобразовательной школы.

Теоретический анализ литературы показал, что:

1. Агрессивное поведение нельзя рассматривать без таких понятий, как «агрессия» и «агрессивность». Агрессия определяется любой формой поведения, имеющей цель нанесения вреда другому человеку. Агрессивность понимается как устойчивая черта личности, выражающаяся в готовности к агрессии.

2. Агрессивному поведению свойственны различные формы проявления. Единого основания для классификации данного явления нет.

Психолог А. Басс выделяет три основных параметра, характеризующих формы агрессивного поведения: физическая – вербальная агрессия, активная – пассивная агрессия, прямая – косвенная агрессия. С. Фешбах отмечает три типа агрессии: враждебная, инструментальная, экспрессивная. А.А. Реан акцентирует внимание на спонтанной и реактивной агрессии. Ряд психологов (О.Ю. Михайлова, Ю.Б. Можгинский, А.Р. Ратинов) выделяют мотивационную агрессию, агрессию как примитивную реакцию на неудовлетворяющую ситуацию, как результат неадекватной оценки ситуации и аффективную агрессию.

Психолог И.А. Фурманов делит агрессивное поведение детей на две формы: социализированная и несоциализированная.

3. Причина возникновения агрессивного поведения подростков полифакторна:

- природный фактор (наличие агрессивности, как личностной предрасположенности к агрессивным действиям);

- микросоциальный фактор (взаимодействие в семье, референтной группе, школьном классе);

- макросоциальный фактор (модель поведения, принятая в обществе, пропагандируемая с помощью средств массовой информации).

4. Профилактика агрессивного поведения – самая эффективная форма воздействия на подростков, т.к. она позволяет предупредить нежелательное поведение, а не исправлять его. При этом профилактическое направление деятельности практического психолога образования в настоящий момент разработано недостаточно.

5. Наиболее эффективной будет системная профилактическая работа, направленная как на личностное развитие подростка, так и на просвещение и консультирование родителей и педагогов, чьё взаимодействие с подростком является важным микросоциальным фактором, влияющим на его развитие.

На основании вышеизложенного нами была выдвинута гипотеза: психологическая профилактика агрессивного поведения подростков будет эффективной при соблюдении следующих условий: 1) специально организованная психолого-педагогическая работа, направленная на развитие коммуникативной компетентности и самосознания подростков; 2) организация консультативной и просветительской работы с родителями и педагогами.

С целью проверки этого предположения из учащихся 6-х классов МБОУ СОШ №8 Кировского района г. Красноярска были сформированы две группы – экспериментальная и контрольная. С экспериментальной группой был организован формирующий эксперимент, способствующий развитию коммуникативной компетентности и самосознания подростков, а также повышению информированности родителей и учителей подростков о феномене возраста и об индивидуальных особенностях детей.

Для решения поставленных в исследовании задач нами были применены методики на исследование склонности к агрессивному поведению: «Опросник Басса-Дарки», «Оценка агрессивности в отношениях» (А. Ассингер) в авторской модификации, «Кактус» графическая методика М.А. Панфиловой.

В результате проведённой работы содержание исследования выглядит следующим образом:

1. По всем констатирующим срезам методик у подростков контрольной и экспериментальной групп достоверных различий не обнаружено, дети практически имеют одинаковые уровни агрессивности.

2. По всем итоговым срезам методик по уровням агрессивности подростков контрольной и экспериментальной групп существуют достоверные различия: у детей из экспериментальной группы уровень агрессивности понизился по сравнению с детьми из контрольной группы.

На наш взгляд, причина этого в той профилактической программе, которая была реализована со школьниками из экспериментальной группы.

Подростки расширили репертуар социального поведения, которое в целом стало ими лучше осознаваться. Родители и учителя также начали применять более эффективные формы взаимодействия с подростками, тем самым создавая дальнейшие условия для развития коммуникативной компетентности и самосознания подростков. Всё это и вылилось в такую динамику уровня агрессивности по отношению к периоду до начала профилактической работы.

Таким образом, полученные результаты позволяют нам констатировать тот факт, что профилактическая программа, реализованная нами в ходе формирующего эксперимента с экспериментальной группой, оказала влияние на снижение агрессивности подростков.

Следовательно, заявленная нами в исследовании гипотеза о том, что психологическая профилактика агрессивного поведения подростков будет эффективной при соблюдении следующих условий: 1) специально организованная психолого-педагогическая работа, направленная на развитие коммуникативной компетентности и самосознания подростков; 2) организация консультативной и просветительской работы с родителями и педагогами, подтвердилась, задачи исследования выполнены.

Полученные результаты исследования позволили, совместно с родителями и учителями учащихся среднего звена, разработать методические рекомендации для педагогов и родителей по взаимодействию с агрессивным подростком, и, тем самым, способствовать дальнейшему снижению агрессивности учащихся.

Список используемой литературы

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология. – Екатеринбург. 1999. – с. 86.
2. Александров, А.А. Современная психотерапия. – СПб.: 1997. – с.26.
3. Алифанова Е.М. Формирование коммуникативной компетенции детей дошкольного и младшего школьного возраста средствами театрализованных игр. Дисс. ... канд. пед. наук. – Волгоград, 2001.
4. Андреева, Г.М. Социальная психология. - М.: 1988. – с. 429
5. Бандура, А., Уолтерс, Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. -М.: Изд- во «Эксмо пресс».2000.- с.43.
6. Беличева, С.А. Основы превентивной психологии. - М.:1993.- с.56.
7. Берн, Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. - М.:1998. – с.39.
8. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986 г.
9. Бойко, И.Б. Проявление агрессивности несовершеннолетних осужденных женского пола. // Вопросы психологии 1993 №4.
10. Бэрн, Р., Ричардсон, Д. Агрессия / Р. Бэрн, Д. Ричардсон. - СПб.: Питер, 2001. - 352 с.
11. Бютнер, К. Жить с агрессивными детьми. -М.: Изд-во «Педагогика».1991. – с.7.
12. Вильянс, В.К. Психологические механизмы мотивации человека. -М.: 1990. – с.93.
13. Джейнс, У. Психология. / А.А. Петровский. - М.: Изд-во «Педагогика». 1991. – с.48.
14. Ениклопов, С.Н. Дети и психология агрессии / С.Н. Ениклопов // Школа здоровья. - 1995. - №3. - С. 31 - 39.

15. Заврвжин, С.А. Агрессивные фантазии у детей в детском и подростковом возрасте. // Вопросы психологии 1993 №5.
16. Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог №№30,31, 2003.
17. Игры - обучение, тренинг, досуг. / В.В. Петрусинский. - М.: Изд-во «Прометей».1991. – с.28.
18. Креч, Д. Элементы психологии / Д. Креч, Р. Кратчфилд // Вопросы психологии. - 1992. - №1. - С. 84-98.
19. Крылов, А.А. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии. - СПб.: 1999. – с.314.
20. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология. - М.: Изд-во УРАО. 1997. –с. 140.
21. Кэрл Флейк Хобсон, Брайн, Е. Робинсон, Петси Скин Развитие ребенка и его отношения с окружающими. - М.: 1993. – с. 114.
22. Кэрролл, Е. Изард. Эмоции человека. / Л.Я. Гозман, М.С. Егорова. - М.: Изд-во Московского Университета. 1980. – с.237.
23. Лоренц, К. Агрессия. - М.: 1994. – с.56.
24. Общая психология. / А. А. Бодалев, В.В. Столин. - М.: 1987. – с.110.
25. Овчарова, Р.В. Технологии практического психолога образования. - М.: 2000. – с. 63.
26. Осипова, А.А. Общая психокоррекция. - М.:2001. – с. 274.
27. Панченко С. Межзвездный скиталец. Психологическая игра для учащихся 6-7 классов.// Школьный психолог №16, 2003.
28. Пащукова, Т.И. Эгоцентризм в подростковом и юношеском возрасте. Причины и возможности коррекции - М.: Изд-во «Педагогика». 1981. – с. 73.
29. Петровская Л.А. Компетентность в общении: социально-психологический тренинг/ Л.А. Петровская. М.: Изд-во МГУ, 1982.

30. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной — СПб.: Питер, 2004. — 592 с.
31. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. - М.: 2000. – с.74.
32. Психогимнастика в тренинге /Под редакцией Н. Ю. Хрящевой. СПб.: "Ювента", Институт Тренинга, 1999. —с.256.
33. Психологические тесты. / А. А. Карелина. - М.: 1999. - с.77.
34. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000.
35. Психология словарь. / А. В. Петровский, М. Я. Ярошевский. - М.: 1990. – с.416.
36. Психология эмоций. Тексты. / В. К. Вильнас и Ю. Б. Гипенрейтер. - М.: Изд-во Московского Университета. 1984. – с.142.
37. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб.: Изд-во «Питер». 2000. – с. 342.
38. Ратгер, М. Помощь трудным детям. - М.: 1999. –с. 239.
39. Реан, А.А. Психология изучения личности / А.А. Реан. - М.: Изд-во Михайлова В.А - 1999. – с.288.
40. Ремшмидт, Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. - М.: Изд-во «Мир». 1994. –с.76.
41. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учебное пособие: в 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн.1. – с.384.
42. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей: альбом диагностических и коррекционных методик. – М.: "Романов", 2001.
43. Рудестам, К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. - М.: 1990. –с.321.
44. Румянцева, Т.Г. Агрессия и контроль. //Вопросы психологии 1992 №5-6

45. Рычкова, И.А. Поведенческие расстройства у детей. Диагностика, коррекция, психопрофилактика. - М.: 1998. – 11.
46. Семенюк, Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. Москва-Воронеж. 1996.- с.17
47. Столяренко, Л.Д. Педагогическая психология: учеб. пособие для студ. вузов / Л.Д. Столяренко. - Ростов н/Д.: Феникс, 2009. - 541 с.
48. Сулимова, Т.С. Социальная работа и конструктивное разрешение конфликтов. - М.: 1996. –с.99.
49. Кунстман, Е.П., Цвелюх, И.П., Шандыбо, С.В. Выпускная квалификационная работа по специальности «050706.65 – Педагогика и психология»: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2013. – с.60.
50. Новик, Н.Н. Коммуникативные навыки и их формирование у подростков с отклоняющимся поведением / Н.Н. Новик // Филология и культура. Philology and Culture (Вестник ТГГПУ). - 2012. - № 1.- С. 46-52.
51. Формирования личности старшеклассников. / И.В. Дубровина. - М.: 1989. –с. 145.
52. Челепева, Л.Н. Агрессивность и особенности самосознания личности подростка. Автореферат дисс. на соискание уч. ст. к. псих. н. Краснодар. 2001.- с.3.
53. Фальковская К.И. Коммуникативная компетентность личности молодого человека в добровольной социальной работе/ К.И. Фальковская. М., 2008.
54. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования/ Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897 М.: Изд-во стандартов, 2010.
55. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. – М.: Генезис, 2001.

56. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. – М.: Генезис, 2001.
57. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция / И.А. Фурманов. - Минск: Ильин В.П., 1996. – с.192.
58. Хухлаева О.В., Кирилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. – М.М Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.
59. Эмоциональное здоровье вашего ребенка. - М.: 1996. –с. 257
60. Абрамова А.А. Агрессивность при депрессивных расстройствах: 2005. - 152 с.
61. Никитин А.В. Психологические особенности агрессивного поведения в подростковом возрасте : 2006. - 173 с.
62. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие / Под ред. Н.М.Платоновой. - СПб.: Речь, 2006
- 63.

Опросник агрессии Басса-Дарки

Инструкция: Ответьте "да" или "нет" на приведенные ниже вопросы.

Текст опросника

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда я сплетничаю о людях, которых я не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбы.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за спиной.
7. Если я не одобряю поведение моих друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-либо, я испытываю мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более хорошо, чем я ожидал.
15. Я часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверью.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.

20. Если кто-то корчит из себя начальника, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я хочу, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.
34. Я иногда бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на него внимания.
37. Хотя и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже когда я злюсь, я не прибегаю к сильным "выражениям".
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.

43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых я бы по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: "Никогда не доверять чужакам".
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что я о нем думаю.
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым не легко ладить.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже, чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попадающуюся мне под руки вещь и ломал ее.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо
59. Раньше я думал, что большинство людей говорят правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только со злости.
61. Когда я поступаю несправедливо, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне надо применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня отсутствуют враги, которые хотели бы мне навредить.

66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.

67. Я часто думаю, что жил неправильно.

68. Я знаю людей, которые способны довести до драки.

69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.

70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.

71. Я часто просто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.

72. В последнее время я стал занудой.

73. В споре я часто повышаю голос.

74. Я стараюсь обычно скрывать плохое отношение к людям.

75. Я лучше с кем-либо соглашусь, чем стану спорить.

Ключ

1. Физическая агрессия: "да" - 1,25,33,48,55,62; "нет" - 9,17,41.

2. Косвенная агрессия: "да" - 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63; "нет" - 26, 49.

3. Раздражительность: "да" - 3, 19, 27, 35, 43, 50, 57, 64, 72; "нет" - 11, 69.

4. Негативизм: "да" - 4, 12, 20, 28; "нет" - 36.

5. Обида: "да" - 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58.

6. Подозрительность: "да" - 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59; "нет" - 65, 70.

7. Вербальная агрессия: "да" - 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73; "нет" - 39,66,74,75.

8. Чувство вины: "да" - 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67.

Тест А.Ассингера "Оценка агрессивности в отношениях» (авторская модификация)

Тест А. Ассингера позволяет определить, достаточно ли человек корректен в отношениях со своими коллегами, и легко ли им общаться с ним. Для большей объективности ответов можно провести взаимооценку, когда коллеги отвечают на вопросы друг за друга. Это поможет понять, насколько верна их самооценка.

Инструкция. Выберите один из вариантов ответов.

Опросник

1. Склонны ли Вы искать пути к примирению после очередного внутришкольного конфликта?

1. Всегда. 2. Иногда. 3. Никогда.

2. Как Вы ведете себя в критической ситуации?

1. Внутренне кипите. 2. Сохраняете полное спокойствие. 3. Теряете самообладание.

3. Каким считают Вас одноклассники?

1. Самоуверенным и завистливым. 2. Дружелюбным. 3. Спокойным и независтливым.

4. Как Вы отреагируете, если Вам предложат ответственную роль в классе?

1. Примете ее с некоторыми опасениями. 2. Согласитесь без колебаний. 3. Откажетесь от нее ради собственного спокойствия.

5. Как Вы будете себя вести, если кто-то из одноклассников без разрешения возьмет с Вашего стола бумагу?

1. Выдадите ему "по первое число". 2. Заставите вернуть. 3. Спросите, не нужно ли ему еще что-нибудь.

6. Какими словами Вы встретите родителей, если они вернулись с работы позже обычного?

1. "Что это тебя так задержало?" 2. "Где ты торчишь допоздна?" 3. "Я уже начал(а) волноваться".

7. Как бы Вы вели себя за рулем автомобиля?

1. Стараетесь ли обогнать машину, которая "показала вам хвост"? 2. Вам все равно, сколько машин Вас обошло. 3. Помчитесь с такой скоростью, чтобы никто на догнал Вас.

8. Какими Вы считаете свои взгляды на жизнь?

1. Сбалансированными. 2. Легкомысленными.

3. Крайне жесткими.

9. Что Вы предпринимаете, если не все удастся?

1. Пытаетесь свалить вину на другого. 2. Смиряетесь. 3. Становитесь впредь осторожнее.

10. Как Вы отреагируете на фельетон о случаях распущенности среди современной молодежи?

1. "Пора бы уже запретить им такие развлечения". 2. "Надо создать им возможность организованно и культурно отдыхать". 3. "И чего мы столько с ними возимся?"

11. Что Вы ощущаете, если место, которое Вы хотели занять, досталось другому?

1. "И зачем я только на это нервы тратил?" 2. "Видно, его физиономия шефу приятнее". 3. "Может быть, мне это удастся в другой раз".

12. Как Вы смотрите страшный фильм?

1. Боитесь. 2. Скучаете. 3. Получаете искреннее удовольствие.

13. Если из-за дорожной пробки вы опаздываете на важную встречу?

1. Будете нервничать во время заседания. 2. Попытаетесь вызвать снисходительность партнеров. 3. Огорчитесь.

14. Как Вы относитесь к своим спортивным успехам?

1. Обязательно стараетесь выиграть. 2. Цените удовольствие почувствовать себя вновь молодым. 3. Очень сердитесь, если не везет.

15. Как Вы поступите, если Вас плохо обслужили в ресторане?

1. Стерпите, избегая скандала. 2. Вызовите метрдотеля и сделаете ему замечание. 3. Отправитесь с жалобой к директору ресторана.

16. Как Вы себя поведете, если Вашего ребенка обидели в школе?

1. Поговорите с учителем. 2. Устроите скандал родителям "малолетнего преступника". 3. Посоветуете ребенку дать сдачи.

17. Какой, по-вашему, Вы человек?

1. Средний. 2. Самоуверенный. 3. Пробивной.

18. Что Вы ответите однокласснику, с которым столкнулись в дверях учреждения, если он начал извиняться перед вами?

1. "Простите, это моя вина". 2. "Ничего, пустяки". 3. "А повнимательней Вы быть не можете?!"

19. Как Вы отреагируете на статью в газете о случаях хулиганства среди молодежи?

1. "Когда же, наконец, будут приняты конкретные меры?!" 2. "Надо бы ввести телесные наказания". 3. "Нельзя все валить на молодежь, виноваты и воспитатели!"

20. Представьте, что Вам предстоит заново родиться, но уже животным. Какое животное Вы предпочтете?

1. Тигра или леопарда. 2. Домашнюю кошку. 3. Медведя.

Обработка результатов и интерпретация

Суммируйте номера ответов

45 и более очков. Вы излишне агрессивны, при том нередко бываете неуравновешенным и жестоким по отношению к другим. Вы надеетесь добраться до управленческих "верхов", рассчитывая на собственные методы, добиться успеха, жертвуя интересами окружающих. Поэтому Вас не удивляет неприязнь сослуживцев, но при малейшей возможности Вы стараетесь их за это наказывать.

36-44 очка. Вы умеренно агрессивны, но вполне успешно идете по жизни, поскольку в Вас достаточно здорового честолюбия и самоуверенности.

35 и менее очков. Вы чрезмерно миролюбивы, что обусловлено недостаточной уверенностью в собственных силах и возможностях. Это отнюдь не значит, что Вы как травинка гнетесь под любым ветерком. И все же больше решительности Вам не помешает!

Если по семи и более вопросам Вы набрали по три очка и менее чем по семи вопросам — по одному очку, то взрывы Вашей агрессивности носят скорее разрушительный, чем конструктивный характер. Вы склонны к непродуманным поступкам и ожесточенным дискуссиям. Вы относитесь к людям пренебрежительно и своим поведением провоцируете конфликтные ситуации, которых вполне могли бы избежать.

Если же по семи и более вопросам Вы получите по одному очку и менее, чем по семи вопросам — по три очка, то Вы чрезмерно замкнуты. Это не значит, что Вам не присущи вспышки агрессивности, но Вы подавляете их уж слишком тщательно.

Методика «Кактус» Автор методики Панфиловой

Цель – выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности. Материал – бумага (формат А4), карандаш. Инструкция – «На листе бумаги нарисуй кактус, такой, какой ты его себе представляешь!» Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Ребенку дается столько времени, сколько ему необходимо. По завершении рисования с ребенком проводится беседа. Беседа: Кактус домашний или дикий? 2. Его можно потрогать? 3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают? 4. У кактуса есть соседи? 5. Какие растения его соседи? 6. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

Интерпретация:

Агрессия – наличие иголок, иголки длинные, сильно торчат и близко расположены.

Импульсивность- отрывистые линии, сильный нажим.

Эгоцентризм- крупный рисунок, в центре листа.

Зависимость, неуверенность - маленькие рисунок внизу листа
Демонстративность, открытость - наличие выступающих отростков, необычность форм.

Скрытность, осторожность- расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.

Оптимизм- использование ярких цветов.

Тревога- использование темных цветов, внутренней штриховки, прерывистые линии.

Женственность- наличие украшения, цветов, мягких линий, форм

Экстровеертированность- наличие других кактусов, цветов.

Интровертированность- изображен только один кактус.

Стремление к домашней защите- наличие цветочного горшка.

Стремление к одиночеству- изображен дикорастущий кактус.

Примерные методические рекомендации на снятие агрессии для подростков

Правила психологической самообороны. *Эмоциональная нейтральность.* В стрессовой ситуации, которую Вам навязывают, важно сохранять эмоциональное спокойствие, которое позволит адекватно оценить ситуацию и выбрать верный способ реагирования на неё. Лица, от которых исходит угроза психологического насилия можно разделить на три группы:

- 1) психически нормальные люди без видимых отклонений в поведении;
- 2) психически нормальные люди, но находящиеся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- 3) люди с патологическими отклонениями в психике.

Вступая в контакт с человеком, который Вам угрожает или оскорбляет Вас, прежде всего, обратите внимание на степень его агрессивности. Направлена ли она против Вас лично или это агрессивность общего характера. Последняя обычно свойственна людям, живущим по принципу "Я обижен на весь мир".

Они любят причину собственных неудач видеть в окружающих. В этом случае вы выступаете просто как объект, случайно попавший им под руку, на которого они с удовольствием выливают свою желчь и недовольство жизнью. Такие субъекты сплошь и рядом встречаются, например, в городском транспорте. Можно продемонстрировать свое спокойствие и уверенность в себе, ваше спокойствие может снизить степень гнева противника; лучший способ воздействия при презрении противника будет сохранение собственного достоинства; демонстрируйте не только спокойствие, но и уверенность в себе, собственную силу, если заметили страх противника. Отвечайте твердо, уверенно, спокойно, неторопливо, величаво и, по возможности, с улыбкой, обращая ответ в пространство. Перед ответом важно выдержать небольшую паузу и

внимательно посмотреть в лицо собеседнику. Слишком поспешный ответ будет означать, что Вы включились в манипуляцию, ответили нападением на нападение, что усилит психологическое давление на Вас. Если Вы начали объясняться и оправдываться, значит Вас уже втянули в манипуляцию. Беседуя с человеком будьте сдержанны, не высказывайте своих оценок той информации, которая от него поступает, не давать советы, если Вас об этом специально не просят, не помогайте, предлагайте свою помощь в чем-то конкретном, после своих важных дел.

Физическое избегание. Самый простой вид защиты - физическое избегание, сведение общения к минимуму, не пренебрегать письменными посланиями. Можно общаться через посредников, третьих лиц, особенно, когда с неприятным человеком нужно уладить какие-то дела, а эмоционально-чувственная сфера не дает спокойно этого сделать. Вспомните и проанализируйте неприятные ситуации, в которые попадали и терпели фиаско. Скажите самому себе, как бы хотели выйти из конкретной ситуации в идеале, и составьте наиболее подходящие фразы.

В ситуациях противостояния, когда на Вас давят высказывания, затрагивающие ваше достоинство, на первое место выдвигается умение проявить выдержку, самообладание. Сделать это бывает совсем непросто, но крайне важно.

"Маленький и смешной". Попробуйте воспользоваться этой методикой, когда Вас пытается спровоцировать на конфликт человек, который явно сильнее вас. Представьте агрессора в виде какой-нибудь смешной зверушки вроде Чебурашки, прыгающего около Вас и с комической серьезностью нападающего на Вас, либо в виде капризного, истеричного, орущего с серьезным видом, невоспитанного ребенка. Можно также мысленно уменьшить себя по отношению к агрессивному началу.

"Защита с помощью фиксации взгляда"

1. Сядьте или встаньте лицом к окну на расстоянии примерно 1 метра от него. Голову держите прямо.

2. Начните слегка поворачивать голову вправо и влево, удерживая внимание на основании черепа - оси, вокруг которой крутится голова. Зафиксируйте взгляд на вертикальной планке оконной рамы и наблюдайте, как при поворотах головы пейзаж за окном двигается относительно рамы. Вскоре появится ощущение, что Вы соединились с вертикальной планкой оконной рамы в одно целое, отстранились от "проплывающего мимо" окружающего мира и погрузились в состояние внутренней тишины.

3. Во время неприятного разговора, "наезда" аналогично зафиксируйтесь на ближайшем предмете и делайте едва заметные движения головой. Вы почувствуете, что собеседник где-то там, вдали от Вас, что-то делает, что-то говорит, а Вы в некой сфере. Если сделают замечание, что Вы его не слушаете, Вам нужно слегка повернуть к нему голову, вежливо продемонстрировав свое внимание, а взгляд и внимание оставить на выбранном предмете.

Упражнения по релаксации. *"Защитное дыхание"*.

При регулярном применении успокаивает практически в любой напряженной, стрессовой ситуации.

- Кончик языка расположите позади передних верхних зубов и держите его там все время проделывания упражнения.
- На счет "раз-два-три" сделайте вдох через рот, сквозь зубы.
- На счет "четыре-пять-шесть" неслышно выдохните носом.
- Задержите дыхание на счет "семь" и вдохните ртом на счет "восемь".
- Таких дыхательных циклов нужно проделать 5-7.

Конструктивное управление гневом. Лучший из способов справиться с собственным гневом - это не дать ему разжечься внутри нашего сознания. Но при этом необходимо принимать во внимание следующее:

1) Объективно ли я смотрю на происходящие события, осознаю ли я вероятности того или иного их исхода для меня?

- 2) Хочу ли я для себя душевного покоя?
- 3) Решит ли мои проблемы то, чего я хочу достичь?
- 4) Как я могу избежать беспокойства, чувства вины и т.д.?

Успокаивающее размышление. Помимо мыслей, способных нас разгневать, существуют мысли, которые помогают контролировать ситуацию:

а) "Никто не сможет заставить меня сделать это", "Я выбираю, как мне поступать в этой ситуации" и т.д.

б) "Я не Бог, чтобы заставлять людей думать и поступать так, как мне того бы хотелось" и т.д.

в) "Интересно, что думает и чувствует этот человек, когда он поступает таким образом?"

г) "Я могу ударить его, но мне этого не нужно, ведь я могу очутиться в тюрьме. Зачем мне это?" Концентрировать свое внимание на подобных мыслях вместо мыслей, вызывающих гнев - эффективный способ управления гневом. Таким образом, гнев - это сильная эмоция, враждебность, которая во многом зависит от внутренних установок и убеждений человека. Поэтому управлять собственным гневом можно путем рационального, позитивного мышления.

5 выпускных клапанов для гнева. 1. Устранитесь от ситуации. Это проблемно-ориентированная стратегия, которая создает дистанцию между Вами и тем, что вызывает Ваш гнев. Это даст возможность остыть и большей эффективностью воспользоваться техникой глубокого дыхания и позитивными превосмогающими утверждениями. Не менее важно то, что выход из ситуации предохранит Вас от импульсивных или агрессивных действий, которые могут усугубить ситуацию. **2. Выполняя упражнения, гоните гнев прочь.** Ходите, бегайте или выполняйте любые другие физические упражнения, которые Вам лучше всего подходят, чтобы попытаться разрядить сдерживаемое возбуждение. Упражняйтесь, пока не устанете, и пока не отступят гневные чувства.

Изометрические упражнения. Если не имеете возможности выйти из ситуации и заняться упражнениями, попробуйте изометрические упражнения. Упритесь руками в стену и толкайте изо всех сил, пока мышцы не обессилят. **4. *Вопите и кричите.*** В буквальном смысле слова, сколько хватит воздуха в легких, пока не выбьетесь из сил. Но вопите и кричите на себя (например, в спальне или ванной), а не на кого-то еще. **5. *Бейте подушку.*** Если рассердились настолько, что чувствуете потребность кого-нибудь ударить, отправляйтесь в спальню и выбейте дух из подушки. Возьмите полотенце и лупите постель, пока не устанете. Ребёнок должен почувствовать, что его любят, ценят, хотят видеть более сдержанным, великодушным, умеющим владеть собой.

Примерные рекомендации родителям и педагогам по общению с агрессивным подростком:

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям подростка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения. Показывайте подростку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нечестных высказываний о своих друзьях или коллегах, строя планы "мести".
3. Быть последовательным в наказаниях подростка, наказывать за конкретные поступки. Четко разделять санкции и наказания.
4. Наказания не должны унижать подростка.
5. Обучать приемлемым способам выражения гнева. Дайте возможность выплеснуть свою агрессию, сместить ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку или разорвать "портрет" его врага и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.
6. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после такого события.
7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.

8. Развивать способность к эмпатии.
9. Расширять поведенческий репертуар подростка.
10. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.
11. Организовать занятия спортом, прежде всего плавание.

Техники эффективной коммуникации

Техника эмпатического («активного») слушания. Предоставление обратной связи о его чувствах, переживаниях эмоциональных состояниях.

Невербальные компоненты: доброжелательная открытая поза, контакт «глаза в глаза» на одном уровне с подростком. Вербальные компоненты:

- Повторение «слова в слово»
- Перефразирование (что подросток хотел сказать?)
- Обозначение эмоционального состояния

Техника эффективной похвалы. Критерии эффективной похвалы:

- Не должна содержать сравнения со сверстниками
- Не должна содержать прямой оценки личности подростка.

Содержит реалистическое описание действий, его усилий, результатов действий.

- Похвала должна содержать критерии оценки и создавать возможности для формирования позитивной Я-концепции.

- Похвала должна содержать описание чувств взрослого.

Техника введения запретов и ограничений.

Содержание запретов и ограничений:

- Физическая и личностная безопасность подростка
- Сохранность оборудования
- Постоянство времени и места занятия

Ограничений должно быть немного, они предъявляются в ясной и понятной словесной форме, имеют тотальный императивный характер и предъявляются безлично («Драться нельзя»)

Техника «Я - высказывание» Цель «Я–высказывания» - не вежливость и мягкость (но и не грубость), а ясность и прямота.

Объективно описать событие (ситуацию) без эмоционально окрашенных выражений и без своего истолкования: «Когда на меня поднимают голос...», а не «Когда ты на меня орешь...» или «Когда ты хочешь меня унижить...»

Описать свою реакцию (когда мы говорим «Я», мы находимся на безопасной почве):

Эмоциональная реакция: «Я обижена», «Я рассержена», «Я чувствую себя забытой».

Описание поведения: «Я уйду в себя», «Я решаю все делать сам», «Я начинаю кричать на тебя».

Реакция, которой вы сопротивляетесь: «У меня появляется желание избегать тебя», «Мне хочется просто выйти», «Мне хочется бросить все это».

Неправильно: осуждать других: «Я из-за тебя это уронил», «Ты меня расстроил».

Высказывать свои пожелания: «Мне хотелось бы...», - не формировать их как требования. Когда мы говорим другим, что они **должны** сделать что-то, они зачастую противятся этому. Если они не чувствуют свободы выбора, они могут сопротивляться нашим предложениям. Однако мы уведомили их о нашей позиции.

1. Представить как можно больше альтернативных вариантов.
2. Физическая и личностная безопасность ребенка

Можно добавить какое-то объяснение, т.е. дать дополнительную информацию партнеру относительно проблемы и ее последствий для нас: «Потому что...». Так другим легче понять нашу точку зрения, и они начинают содействовать нам.

Воспитательно-профилактическая деятельность не может ограничиваться лишь мерами индивидуального воздействия и коррекции,

применяемыми непосредственно к несовершеннолетнему. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения подростка.

Прежде всего, необходима организация системы развёрнутой деятельности, создающей жёсткие условия и определённый порядок действий, и постоянный контроль.

При условии последовательности, постепенности приобщения агрессивных подростков к различным видам социально признаваемой деятельности – трудовой, спортивной, художественной, организаторской и других, – важно соблюдать принципы общественной оценки, преемственности, чёткого построения этой деятельности.

Терпение и внимание к подростку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими - вот что поможет родителям наладить взаимоотношения с сыном или дочерью. Несвоевременное обнаружение начальных признаков отклоняющегося поведения и проблем в воспитании, препятствующих развитию ребёнка, приводит к быстрому переходу отклонений в хронические нарушения поведения. Взрослый человек должен почувствовать внутренние переживания ребёнка, подсказать ему, что будет трудно справиться собственными силами, что педагоги, родители, друзья - его союзники в решении внутренних проблем.

Педагог, работая с подростками с повышенной агрессивностью, должен быть внимателен, прогнозировать действия ребёнка, а также строить свою работу так, чтобы всячески помогать ребёнку в преодолении трудной для него ситуации. Должен обращать внимание на малейшие изменения в поведении, в настроении. Общаясь с ними педагог должен быть подчеркнуто мягок, сдержан, терпелив, своим видом показывать, что прекрасно понимает внутреннее состояние драчуна: ведь, терроризируя других, он нередко сам страдает от собственной упрямости, несдержанности. Даже причинив боль другому, утихомирив вспышку

своего гнева, он продолжает испытывать чувство досады, неудовлетворённости.

Этап повторной диагностики предполагает проведение с младшими подростками контрольной и экспериментальной групп тех же диагностических процедур, что и на предварительном этапе. Смысл этапа повторной диагностики заключается в отслеживании эффективности проведенных игровых занятий, особенно изменений тех аспектов, акцент на которые делался в ходе коррекционно-развивающей работы.