

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки / специальности)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Коррекция агрессивного поведения подростков с помощью социально-психологического тренинга

Обучающийся

И.А. Аюпова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. псих. наук Т.А. Бергис

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2022

Аннотация

В современных условиях наблюдается тенденция к преступности и увеличение числа подростков, склонных к агрессивным формам поведения. Всё это выдвигает на первый план проблему исследования психологических особенностей личности, порождающих данные опасные явления, применительно к подростковому возрасту, так как в этот период личность ребёнка находится в стадии своего становления.

Следовательно, данная проблема является актуальной и требует всестороннего изучения.

Цель исследования – определить возможности социально-психологического тренинга как метода коррекции подростковой агрессивности.

Объект: агрессивное поведение у подростков.

Предмет – коррекция агрессивного поведения подростков с помощью социально-психологического тренинга.

Гипотезой данного психологического исследования является предположение о том, что выраженность таких показателей агрессивного поведения подростков, как физическая, вербальная и косвенная агрессия, раздражение, негативизм, обида, подозрительность и чувство вины могут значительно уменьшиться в результате проведения коррекционной работы с использованием социально-психологического тренинга. Также в качестве предположения представляется полезным проследить связь типа темперамента и его нейротических вариантов (холерик, меланхолик) с выраженностью агрессии и возможностью ее психокоррекции.

Результаты исследования дают основания утверждать, что разработанная модель процесса коррекции агрессивного поведения оказалась эффективной, а это позволяет говорить о достижении поставленной цели, решения задач исследования.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретический анализ проблемы агрессивного поведения в подростковом возрасте и его коррекция.....	7
1.1 Сущность понятия «агрессивность» и «агрессивное поведение».....	7
1.2 Характеристика возрастных особенностей подростков.....	13
1.3 Причины и факторы агрессивного поведения подростков....	17
1.4 Сущность понятия «коррекция». Социально-психологический тренинг как средство коррекции агрессивного поведения подростка.....	23
Глава 2 Опытнo-экспериментальная работа по изучению агрессивного поведения в подростковом возрасте и его коррекция.....	34
2.1 Организация и методы исследования.....	34
2.2 Анализ полученных эмпирических данных.....	38
2.3 Реализация коррекционной программы, направленной на снижение уровня агрессивного поведения подростков.....	44
2.4 Анализ результатов опытнo-экспериментальной работы по снижению уровня агрессивного поведения подростков.....	61
Заключение.....	67
Список используемой литературы.....	69
Приложение А Результаты тестирования по опроснику Басса-Дарки....	71
Приложение Б План психокоррекции подростковой агрессии.....	73

Введение

Трансформационные процессы, которые происходят в России во всех сферах жизнедеятельности человека, вызывают значительные изменения в общественной структуре, формах собственности, производственных и межнациональных отношениях, в сознании каждого члена общества, ломают идеалы людей, меняют их убеждения, потребности, интересы, всю систему ценностей.

Актуальность проблематики связана с тем, что нестабильность и противоречия, имеющиеся во всех сферах жизни общества, делают молодежь незащищенной социальной категорией. Одним из последствий этого явления является рост агрессивного поведения у подростков.

Анализ научных исследований и психологической практики позволили обозначить следующие **противоречие**: об актуальности и востребованности исследования особенностей агрессивного поведения подростков с одной стороны, и их недостаточная теоретическая и эмпирическая разработанность – с другой.

Для разрешения данных противоречий в теории и практике современного школьного образования мы сформулировали проблему исследования: в современных условиях наблюдается тенденция к преступности и увеличению числа подростков, склонных к агрессивным формам поведения. Всё это выдвигает на первый план **проблему исследования** психологических особенностей, порождающих данные опасные явления, применительно к подростковому возрасту, так как в этот период личность ребёнка находится в стадии своего становления.

Следовательно, данная проблема является актуальной и требует всестороннего изучения.

Цель: определить возможности социально-психологического тренинга как метода коррекции подростковой агрессивности.

Объект: агрессивное поведение у подростков.

Предмет – коррекция агрессивного поведения подростков с помощью социально-психологического тренинга.

Гипотезой данного психологического исследования является предположение о том, что выраженность таких показателей агрессивного поведения подростков, как физическая, вербальная и косвенная агрессия, раздражение, негативизм, обида, подозрительность и чувство вины могут значительно уменьшиться в результате проведения коррекционной работы с использованием социально-психологического тренинга. Также в качестве предположения представляется возможным проследить связь типа темперамента с выраженностью агрессии и возможностью ее психокоррекции.

Для достижения указанной цели и проверки гипотезы предстояло решить следующие задачи:

- проанализировать литературные данные по проблеме, относящейся к теме исследования;
- определить степень проявления агрессивного поведения подростков;
- смоделировать и реализовать на практике коррекционный тренинг, целью которого является уменьшение уровня агрессивного поведения подростков;
- определить эффективность коррекции агрессивного поведения посредством социально-психологического тренинга.

Теоретической основой исследования являются концепция развития агрессивной готовности личности в ходе приобретения индивидом социального опыта (А. Бандура; 1983; А. Басс, 1961; Дж. Доллард, 1941), положения о роли когнитивных и эмоциональных процессов (Л. Берковиц, 2001; Ф. Кендалл, 2002), роли личностных и индивидуально-психологических характеристик в детерминации агрессии (Д. Ричардсон, 1999; Т. Бласс, 1991); возрастными особенностями подростков (Л. Божович, 1935; В. Мухина, 1953; Л. Выготский, 1930; Т. Драгунова, 1967; А. Фрейд, 1901).

Для реализации поставленных задач разработана программа исследования, в рамках которой использовались следующие методы:

- теоретические методы (анализ и обобщение литературных источников по проблеме исследования);
- психодиагностические методы – психодиагностические опросники:
- опросник уровня агрессивности Басса-Дарки;
- опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДВИ) В.М. Русалова.

База исследования. Экспериментальное исследование проводилось в МАОУ Орлинская СОШ № 22. В эксперименте принимали участие двадцать детей подросткового возраста.

Новизна исследования заключается в том, что выявлен уровень проявления агрессивного поведения подростков; разработан и проведен коррекционный тренинг, направленный на снижение уровня проявления агрессивного поведения подростков; экспериментально доказано эффективность коррекции агрессивного поведения посредством социально-психологического тренинга.

Теоретическая значимость исследования заключается в обогащении существующих знаний о возможности моделировать подростковую агрессию, и могут быть полезны в педагогической психологии. Достигнутые результаты проясняют и дополняют современные представления о специфике агрессивного поведения подростков, его предопределенности и возможностях коррекции.

Практическая значимость настоящей работы состоит в том, что результаты исследования могут быть использованы в практической работе психологов и педагогов при взаимодействии с подростками.

Структура работы: состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы, приложения.

Глава 1 Теоретический анализ проблемы агрессивного поведения в подростковом возрасте и его коррекция

1.1 Сущность понятия «агрессивность» и «агрессивное поведение»

Насилие и конфликты относятся к самой большой проблемой человечества. Люди очень часто действуют агрессивно, при этом не всегда понимают почему так происходит и какие меры необходимо принять для того, чтобы предотвратить деструктивное поведение или взять под контроль.

Статистика свидетельствует, что насилия все чаще случается в нашей жизни. Начиная с 11 сентября 2001 года, миром прокатилась волна терроризма, которая и сейчас уносит тысячи невинных жертв. Применение современных мощных видов оружия может привести к глобальной катастрофе.

Рассмотрим определение агрессии, которые дают некоторые ученые.

Агрессия – это любое поведение, которое представляет угрозу другим людям или может нанести им вреда.

Агрессивное поведение квалифицируется как агрессия, в том случае, если она была направлена на оскорбление или унижение, а не просто привела к таким последствиям.

Агрессия – это попытка нанесения телесных или физических повреждений другим.

Итак, современные психологи склонны считать, что агрессия — это такая произвольная форма поведения, которая направленная на оскорбление или причинение вреда другому человеку.

Так как проявления агрессии у людей очень разные, то их, можно разделить по трем шкалам:

- физическая – вербальная;
- активная – пассивная;
- прямая – непрямая.

Такое соединение дает возможность составить несколько категорий, в которые входит большинство агрессивных действий.

Вопрос, почему люди идут на агрессивные поступки, долго было предметом дискуссий.

Агрессия в первую очередь относится к:

- врожденным предрасположенности или предпосылкам;
- желаниям, стимулированным внешними обстоятельствами;
- когнитивным и психоэмоциональным особенностям.

Агрессивность часто обнаруживается в определенной социальной среде в сочетании с предварительно приобретенными навыками.

Агрессия выступает основным психическим состоянием, показатели которого дают возможность содержательно дифференцировать определенные типы организации личности [2].

Выявление состояния функционирования агрессии и возможностей ребенка к ее регуляции осуществлялось с помощью методики идентификации агрессивного статуса (опросник Басса - Дарки) [6].

Автор методики имеет собственные предположения относительно дифференциации агрессии на состояние и личностное свойство, которое определяется как агрессивность. «Такое психологическое свойство как агрессивность (завышенная или чрезмерно заниженная) в поведении подростка является необходимой составляющей его личностной саморегуляции. Проблема функционирования агрессии и, как следствие, агрессивности возникает тогда, когда речь идет об адекватности его выражения как в отношении подростка и к самому себе, так и к другим» [6, с.67].

Чрезмерно высокий показатель агрессии, как в роли устойчивого психического состояния, так и в роли поведенческого паттерна подростка имеет место в основном при психотической структуре и детерминирует проявления жестокости и враждебности, зачастую с нанесением повреждений другому человеку или самому себе. Дифференцировав термины

агрессии и враждебности, обозначив последнюю как ответ, который стимулирует появление отрицательных эмоций и отрицательных оценок одним человеком других людей и происшествий, Басс и Дарки выделили следующие разновидности агрессии:

- физическая агрессия, для которой свойственно применение физических возможностей в конфликте с оппонентом;
- уклончивая агрессия, ее направленность реализуется косвенным путем;
- раздражение - способность субъекта к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (нетерпимость, вспыльчивость);
- негативизм - оппозиционная манера в поведении человека от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов;
- обида - зависть и ненависть к окружающим субъекта реальных или выдуманных им самым действий;
- подозрение - варьирует в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям в уверенности в том, что другие люди планируют и наносят вред;
- вербальная агрессия - выражение негативных чувств, как через разговор на повышенных тонах, так и через содержание словесных ответов (негодование, угрозы);
- чувство вины - выражает возможное убеждение субъекта в том, что он нехороший человек, который творит неблагоприятные поступки, а также чувство угрызений совести.

Агрессия, также авторами дифференцируется: «На мотивационную, что выступает как прямое проявление реализации присущих личности деструктивных тенденций, и инструментальную - как средство достижения цели. Мотивационная и инструментальная агрессия может осуществляться как под контролем сознания, так и вне его контроля. Соответственно выявление специфики мотивационной и инструментальной агрессии у

подростков дает возможность не только их констатации, но и более детального описания функционирования их структурной организации личности» [6, с. 78].

Нобелевский лауреат Лоренц предпочитал эволюционный взгляд на агрессию, также как и Зигмунд Фрейд. По Лоренцу: «Агрессия берет начало с врожденного инстинкта борьбы за выживание. Агрессия, вызванная инстинктом борьбы, генерируется в организме спонтанно, непрерывно, в постоянном темпе, со временем возрастая» [13, с.45].

Ученый подчеркивал, что «...любовь и дружеские отношения несовместимы с проявлением открытой агрессии и могут блокировать ее проявления» [13, с.88].

Сторонники теории побуждения считают, что источником агрессии, является прежде всего желание, обусловленное внешними факторами, то есть желание причинить вред другим. Самая популярная теория фрустрации (агрессии), которую предложил Доллард и его коллеги.

По их мнению, в индивидууме, который несет фрустрацию, возникает склонность к агрессии.

Ученые концепции общественного воздействия использовали представление «сила принуждения». «Когда личность не может убедить, подкупить или еще каким-то аналогичным образом воздействовать на другого человека или группу людей с целью заставить их выполнить те или иные требования, тогда успех влияния будет зависеть исключительно от ее способности ограничить, демобилизовать, навредить или даже разрушить их. Эти же средства могут быть использованы в целях самообороны, мести, расплаты и т. д.» [11, с. 37].

«Под агрессией понимаем свойство личности, выражается в готовности к агрессии ... агрессия — это определенное действие, наносящее ущерба другому объекту» [14, с. 4].

Это означает, что понятия «агрессия» и «агрессивность» обозначают одно и то же.

Агрессия характеризуется как «Мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее ущерб объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), наносящее физический вред людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности и т. п.)» [9].

Понятие агрессивной и инструментальной злости содержит различие в определении. М. Левитов отмечал: «Психическое состояние — это понятие, к составу которого входят различные виды интегрированного отражения воздействий на субъект как внутренних, так и внешних стимулов, без четкого осознания их предметного содержания» [8, с. 293].

Также М. Левитов утверждал, что: «Агрессивное состояние может включать в себя не только прямое нападение, но и угрозу, желание напасть, враждебность. Состояние агрессии может быть внешне ярко выраженным, например, во враждебности, грубости, но может быть и скрытым, приобретая формы недоброжелательности, озлобленности. Типичное состояние агрессии характеризуется острым, часто аффективным переживанием гнева, импульсивным беспорядочной активностью, злобностью, в ряде случаев - желанием на ком-то «сорвать злость». [10, с.66].

М. Левитов различал в агрессивном статусе когнитивную, эмоциональную и волевою составляющие [8].

«Познавательный компонент агрессивного состояния проявляется в ориентировании, что требует понимания ситуации, выделения в ней объектов нападения. Особого внимания требует изучения влияния угрозы на агрессию. Не каждая угроза вызывает агрессивное состояние, а с другой стороны, далеко не каждый агрессивное состояние спровоцирован угрозой» [8, с. 16].

Нередко агрессивная настроенность появляется и возрастает в борьбе, которая способствует проявлению волевых свойств. Но «если с формальной стороны агрессивное состояние является волевым актом, то было бы совсем неправильно относить его к проявлениям силы воли. Сила воли не в

формальном, а в настоящее, содержательном смысле этого слова. Определяется социальной ценностью целей, настойчивостью, обусловленной этими целями; она оказывается не в агрессии, а в ее содержании и противодействии, то есть только в такой борьбе, что имеет общественное и нравственное положительное значение» [8, с. 170].

Агрессивность представляет собой достаточно стабильную готовность к агрессивным поступкам при определенных событиях, а «агрессивное поведение не может быть понято, если объектом исследования не станет агрессивность как личностная черта» [15, с. 124].

Платонов полагал, что «агрессивность как психическое явление, выражается в стремлении к насильственным действиям в межличностных отношениях, может быть свойством личности и даже чертой характера как результатом недостаточного воспитания или симптомом психического заболевания» [14, с. 7].

Агрессивность проявляется в детском и подростковом возрасте. Неправильное эмоциональное общение в собственной семье может вылиться в появлении агрессивного индивида, поскольку они «деформируют личность, препятствуют формированию одних ее сторон, подчиняют себе другие. Появляется тревожность как постоянное свойство личности, и отсюда ожидания агрессии и готовность сопротивляться ей, даже нанося превентивные удары» [12, с. 181].

Враждебность сопряжена с отсутствием жалости, но этом термине имеется некоторая разница. «Агрессия и жестокость представляют собой проявления насилия, но по сравнению с жестокостью агрессивность - более широкое и в значительной степени морально нейтральное понятие, поскольку далеко не всегда агрессивные действия имеют жестокий характер. В то же время любая жестокость агрессивна. Можно сказать, что жестокость - особое качество агрессивности» [8, с. 6].

1.2 Характеристика возрастных особенностей подростков

По данным исследований отечественных педагогов и психологов [2, 7, 9], подростковый возраст является сенситивным для воспитания волевых качеств, утверждение личностью своего «Я», поскольку в этот возрастной период происходит овладение внутренним миром и возникновения жизненного плана как определенной системы приспособления, впервые осознается подростком; происходят интенсивные гормональные и телесные изменения; развивается когнитивная и эмоциональная сферы психики, реконструируются отношения с родителями и сверстниками; осуществляется произвольная регуляция поведения и актуализируются различные защитные механизмы и тому подобное.

И. Булах отмечает, что в данном возрастном периоде в развитии личности появляются новые проявления самосознания, такие как самонаблюдение, самопознание, саморегуляция, самоутверждения, что является иерархически взаимосогласованными, и образуют в совокупности целостный процесс личностного развития подростка [3, с. 340]. Ученый отмечает, что самоутверждения следует формировать в старшем подростковом возрасте, поскольку он является благоприятным, а его отражением является личностный рост молодого человека.

Итак, в этом возрасте формируется способность подростков к личностной рефлексии как навыков самоанализа личностных качеств, потребности погружаться в собственные переживания, воспринимать и осмысливать многообразие мыслей и чувств, находит свое развитие в возникновении личностной саморегуляции как способности управлять своим поведением в результате трансформации внешнего контроля (со стороны окружающих) в самоконтроль.

Но острая выраженность потребности разобраться в собственном внутреннем мире, знаменует появление амбивалентного отношения к собственной личности и окружающих: осознание собственной

неповторимости и уникальности граничит с чувством непохожести на других, и, возможно, внутренним одиночеством и неопределенности, а внутренняя несогласованность мотивов (стремлений, желаний) и поведенческих проявлений вызывает ощущение дисгармонии [3, с. 150–151]. Утром 11 мая было совершено вооруженное нападение на школу № 175 в Казани. В результате атаки на школу погибли 9 человек, в том числе семеро детей. На школу напал 19-летний подросток. Задержанный за стрельбу в школе не состоял в группах экстремистского характера и ранее не привлекался к ответственности, молодой человек вырос в обычной семье со средним достатком. Какая причина спровоцировала подростка на такой поступок не известно, можно только предполагать.

В то же время, считаем целесообразным отметить, что подростковый возраст является кризисным периодом в развитии личности и его сложность связана с потерей статуса ребенка и необходимостью вхождения во взрослую жизнь, необходимостью самоутвердиться в мире социума. Во взаимодействии с другими сверстниками, родителями, учителями, что может вызвать чувство неуверенности по собственной способности решать актуальные жизненные задачи. Поэтому, в процессе организации спортивно-игровой деятельности учителям физической культуры, тренеров следует помогать старшим подросткам таким образом, чтобы они не замечали этой помощи, думая, что они сами выполнили поставленную задачу, поручение и т. п. [9].

«Подростковый возраст – это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, отражающий период становления личности. Вместе с тем это самый ответственный период, поскольку здесь закладываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу. Кроме того, в этом возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным

стремлением к личностному самосовершенствованию, — это самопознание, самовыражения и самоутверждения» [6].

Следуя утверждению Л.И. Божович, в подростковом возрасте происходит изменение отношения ребенка к миру и к себе. Подросток формирует свое мировоззрение, свои жизненные планы, которые в конце позволяют ему жить самостоятельно [4]. В этот период большое значение имеет становление личности, ступени эволюции имитации взрослых и созревание самосознания. Физические изменения в организме, возмужания, дополнительные обязанности в школе и дома требуют от подростка быстрого взросления и выносливости. Происходит перезагрузка всей системы и структуры переживаний подрастающего человека. Даже физически крепкие юноши и девушки отличаются резкой сменой настроения, повышенной ранимостью, склонностью к депрессиям. Может возникнуть «аффект неадекватности» (психоэмоциональный ответ значительной амплитуды из-за малозначимых причин) ассоциирован с противопоставлением пониженной самооценки и повышенными запросами. Хочется быстрее почувствовать себя взрослым, принадлежать к лучшему миру, составить субъективное представление о себе как о человеке.

«А. Леонтьев считает, что развитие личности ребенка находит свое выражение в изменении иерархии мотивов деятельности.

Бывшие мотивы теряют свою побудительную силу, рождаются новые, приводят к переосмыслению отношений с людьми и собственной поведения. Виды деятельности и формы общения, которые ранее играли ведущую роль, теперь отодвигаются на второй план. Меняются интересы и цели, в целом смысл жизни для ребенка, наступает новая стадия его личностного развития. Изменение общения, усложнение и обогащение его форм открывают перед ребенком новые возможности для личностного роста. Сначала эти возможности состоят внутри ведущих видов деятельности, а для детей дошкольного возраста – в различных видах игр. В более взрослом возрасте к игре прилагаются учения и труд» [6].

Возникает характерное поведение, которое зависит от окружающей среды: освобождение из-под опеки взрослых, борьба за независимость, стремление к лидерству в определенной группе, появляется увлечение, или хобби. Начинают развиваться волевые качества, средства их формирования, объекты волевого подражания и самовоспитания волевых качеств личности.

«Достаточно распространенным среди современных подростков является развитие волевых качеств личности через занятия видами спорта, связанными с большой физической нагрузкой, где нужны сила и мужество: бокс, борьба, тяжелая атлетика, хоккей тому подобное. Восхищаясь многими спортивными занятиями сначала ради развития волевых качеств личности, некоторые подростки затем продолжают заниматься для достижения высоких результатов. Благодаря этому дальнейшее развитие мотивации достижения успехов» [6, с.185].

Мотивом такого поведения является стремление привлечь к себе внимание. Возникает новая фаза в развитии воли ребенка. На этом этапе она начинает самостоятельно выбирать увлечения, расширяет свой кругозор, занимается самовоспитанием, достигает успех или избегает поражений, таким образом, дает развитие волевых качеств.

«Развитие воли, как и общее развитие личности определяется:

- богатством содержания реальной деятельности человека, преодолевает трудности на пути к достижению социально заданных целей;
- богатством мотивационной сферы ребенка и его вооруженностью действенными средствами.

При этом развитие воли происходит параллельно, а позже в тесной связи с развитием других психических процессов: внимания, воображения, памяти, мышление, эмоции, мотивации. Однако высокая степень развития интеллекта не обязательно свидетельствует о высоком уровне свободы, так же как хорошо развита воля не обязательно свидетельствует о высоком уровне интеллекта» [3, с.60].

Подытоживая представленный материал, отметим, что подростковый возраст является периодом, когда завершается детство и наступает новая стадия в развитии личности. Это переход от детства к взрослости, чувство, которое является центральным новообразованием. Подростки начинают пользоваться приемами саморегуляции, само запретов, самодисциплины, само-приказа и само-убеждения. А также резкое изменение всех систем: психологических, физических, биологических и т. п. Юность - период наиболее интенсивного личностного развития ребенка-подростка. Наиболее критическое время, так как начинает формироваться фундамент нравственности, созревают социальные инстинкты, восприятие себя, людей, окружающего социума.

1.3 Причины и факторы агрессивного поведения подростков

Важными для понимания особенностей возникновения поведенческих отклонений детей являются исследовательские выводы, сделанные Б.Н. Алмазовым, который выделил этапы формирования агрессивного поведения, а именно:

- негативизмы и негативные проявления поведения подростков (истерики, нечестность, детская жадность, застенчивость и замкнутость).
- педагогическая запущенность (легкой, средней и тяжелой степени);
- трудновоспитуемость (неустойчивый с отрицательной направленностью, устойчивый с отрицательной направленностью);
- различные устойчивые формы агрессивного поведения (аддиктивное, преступление, вандализм, буллинг, моббинг) [1, с. 31].

Авторы М.Е. Буторина, А.З. Иоголевич в происхождении детской агрессивности различают психологические, вытекающие из специфики возрастного созревания; социально-психологические; медико-психологические факторы.

По мнению психологов, детский негативизм является демонстративным протестом ребенка против неудовлетворительного отношения к нему со стороны сверстников и взрослых, проявляется в противодействии вмешательству в его дела, упрямство, грубости и отказе исполнять требования старших. Основывается на неудовлетворенности важных для ребенка социально-эмоциональных потребностях (в общении, уважении, эмоциональном контакте с ровесниками). Блокировка этих потребностей вызывает у него сильные переживания, которые обуславливают появление негативных тенденций в поведении. Детское агрессивное поведение является способом сохранения равновесия в конфликтной ситуации и средством самоутверждения [8].

Обычно, детский негативизм является следствием проявления кризиса трех, 6–7 лет и неправильного воспитания ребенка в семье (чрезмерная требовательность, злоупотребление запретами и наказаниями, неудовлетворение потребности ребенка в безусловной любви, уважении и поддержке, нецелесообразная реакция взрослого на капризы ребенка).

С опорой на теоретические основы, Ю.А. Клейберг утверждает: «Группы факторов, обуславливающие агрессивное поведение несовершеннолетних: биологические факторы раскрываются в существовании неблагоприятных физиологических или анатомических особенностей организма ребенка, затрудняющих его социальную адаптацию» [5, с.78].

По мнению Е.В. Змановской: «к этой группе факторов относятся как унаследовано-генетические особенности (половые различия, возрастные особенности, физическая конституция, выносливость, состояние и типологические свойства нервной системы, внутриутробное развитие), так и психические отклонения (нервно-психическое здоровье, психические расстройства и аномалии, наличие акцентуации характера или психопатии)» [2, с.90].

Рассматривая социальные факторы агрессивного поведения Ю.А. Клейберг, говорил: «...следует, прежде всего, обратить внимание на внешние социальные условия - социальные, политические, экономические проблемы, негативно влияют на общество в кризисный период и косвенно влияют на формирования личности несовершеннолетних. К таким факторам относятся общественные процессы (социально-экономическая ситуация, государственная политика, традиции, мода, средства массовой информации и др.) и характеристики социальных групп, в которые включена личность несовершеннолетнего (расовая принадлежность, этнические установки, субкультура, референтная группа)» [5, с.78].

Педагогические причины происходят из отклонений в школьном, семейного воспитании, в фундаментах которых заложены половые, возрастные и собственные особенности формирования, которые имеют своим результатом отклонение в социализации ребенка (холодное отношение воспитателя к ребенку, особенности воспитания ребенка семье и общеобразовательной школе, и другое) [2].

Несмотря на обилие современных научных работ, посвященных проблеме выделение факторов агрессивного поведения, наиболее исследуемыми являются социально-психологические и индивидуально-психологические факторы риска девиаций среди подростков.

Подвергая анализу социально-психологические причины подросткового агрессивного поведения, необходимо в первую очередь обратить внимание на негативную специфику общения индивида со своим непосредственным окружением, что ведет к утрате или потере психосоциального самоопределения.

Исследователи последних лет в своих научных трудах в качестве предрасполагающих причин агрессивного подросткового поведения выделяют психологическую атмосферу в семье, а значит, семейный фактор, несомненно, является наиважнейшим.

Семейное окружение – социально-экономический статус семьи, природа занятий, материальный достаток - в огромной степени влияют на жизненный выбор подростка, так как воздействие семьи индивид ощущает очень близко и буквально с самого рождения. Неудивительно, что от семейной атмосферы будет зависеть самовосприятие подростком собственной личности, и выбор образа поведения, который эта личность далее возьмет во взрослую жизнь, поскольку детская память удерживает не только позитивные, но и негативные паттерны поведения отца и матери, которые в особых обстоятельствах имеют характер крайностей.

Индивидуально-психологическими факторами агрессивного поведения несовершеннолетних является преимущественно личностные причины и механизмы, затрудняющие процесс его социализации [7].

К затруднениям в саморегуляции ведет неправильная оценка собственной личности и самоконтроль, экстернальный локус контроля, снижение выраженности способности к приспособлению [7, с. 105–109].

Рассмотренные индивидуально-психологические характеристики ведут к снижению уровня самоуважения развивающейся личности, а значит, агрессивное отношение служит одним из разрушительных проявлений попыток повышения самоуважения и формирования положительного Я-образа личности. Недостаток самоуважения воспринимается подростком, как психотравмирующая ситуация, от которой подросток желает отмежеваться, Это приводит к тому, что подросток целенаправленно действует так, чтобы добиться повышения самоуважения через поведение, обращенное против недостижимых общественно приемлемых стандартов [4].

Таким образом, основными факторами, обуславливающими развитие агрессивных форм поведения подростков, являются внешние и внутренние факторы, а именно: биологические, социальные, педагогические, социально-психологические и индивидуально-психологические. Наиболее исследуемыми и, соответственно, наиболее важными из них авторы считают

социально-психологические факторы, в частности влияние семейного климата и воспитания.

Семья является социальным институтом, функция которого заключается в первичной социализации детей. Гармоничное развитие личности подростка невозможно без создания атмосферы доброжелательности, любви, взаимопонимания и уважения между родителями и подростками. Заметным внутренним фактором отклонений поведения несовершеннолетнего от социальных норм могут быть также индивидуально-психологические качества, а именно мотивы и ценности, когнитивная и эмоциональная сфера, локус контроля и самоуважение личности несовершеннолетнего.

Итак, для выработки мер и методов предотвращения и исправления агрессивного подросткового, следует учесть воздействие всех предрасполагающих факторов к возникновению отклоняющегося от стандартов общества поведения. Вместе с тем анализ факторов риска девиаций способствует индивидуализации психолого-педагогической работы с несовершеннолетними, поскольку обозначает конкретные направления диагностической и психокоррекционной программы социальной поддержки конкретного ребенка.

Проведенный анализ побуждает к дальнейшей работе и конкретизации влияния стилей семейного воспитания, индивидуальных черт характера и личности, негативного жизненного опыта на формирование агрессивного поведения подростков.

Ю. Клейберг обозначает общественный контроль как «совокупность способов целенаправленного воздействия общества или социальной группы на личность с целью регулирования его поведения в соответствии с общепринятой в данной системе нормы» [2].

В первой области, по утверждению В. Степанова, упор делается на традиционно развитые потребности, что служит необходимым условием нивелирования девиаций. При отсутствии какой-либо необходимости, нет

надобности использовать психолого-педагогическое исправление - сперва надо сформулировать потребность.

После того, как ребенок начинает осознавать свои потребности и в нем созревает решимость их удовлетворения, постепенно формируется мотивация. В этом состоянии развиваются механизмы, при которых внутренние представления (убеждения, стремления, интересы и т. д.), а не экстернальные аспекты – стимулы (угроза, требование, наказание, награда, похвала, давление со стороны группы) имеют основное значение.

Исправление имеющихся психологических нарушений осуществляется с помощью психологических тренингов - тренинга мотивации к успеху (закрепление ощущения достижений стремление к успеху над желанием избежать неудачи, неприятности), тренинга причинных шаблонов (формирование паттернов восприятия и осознание источника собственных достижений и бедствий), тренинга повышения личностной самооценности (анализ списывания успеха на внешние обстоятельства, шаг за шагом улучшение личностной самооценки, уменьшение ощущения неполноценности).

В познавательной сфере, по В. Степановому, происходят следующие изменения: недостаточное количество ощущений (сенсорный голод) открывает путь человека к агрессивному поведению; низкий уровень развития перцептивной сферы, особенно социальной перцепции, создает серьезные трудности для подростков в обучении, что вызывает в дальнейшем и отклонения в поведении личности; недостаточное развитие таких когнитивных аспектов, как память, мышление, воображение, по мнению автора, является причиной повышения вероятности возникновения отклонений, а потому он и предлагает проводить коррекцию в этом направлении.

Отклонению в поведении часто способствуют и стрессы. Необходимо учить, как правильно их избегать и преодолевать. Подростка с отрицательными эмоциями необходимо переключать на другой вид

положительной деятельности, а не сводить коррекцию, перевоспитания просто к подавлению негативизма.

Мониторинг состояний настроения тоже важен при работе с «трудными» подростками, особенно с учениками с акцентуациями характера гипертимного, возбуждающего, такого, что застревают. В коррекционной деятельности необходимо учитывать и типы темперамента.

Проектируя и реализуя работу с превентивного воспитания и профилактики агрессивного поведения подростков, педагог должен заранее выявить основания результативности деятельности, мобилизовать достижения науки в свой опыт, уделять внимание прогнозированию и проектированию эффективности деятельности, использовать новейшие и наиболее действенно педагогические технологии.

1.4 Сущность понятия «коррекция». Социально-психологический тренинг как средство коррекции агрессивного поведения подростка

Коррекция (от лат. Correctio – улучшение, исправление) – система психолого-педагогических мероприятий, направленных на преодоление и исправление недостатков в психофизическом развитии детей. В последние годы термин «психологическая коррекция» был заимствован и сферы аномального развития в сферу нормального психофизиологического развития человека. Даже если личность развивается стандартно, обязательно имеются некоторые затруднения и проблемы стандартного, так и индивидуально-специфического свойства.

Как утверждает психотерапевтическая энциклопедия, психокоррекция – это «направленное психологическое воздействие на определенные психологические структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида».

А.А. Осипова постулирует, что психокоррекция — это совокупность определенных мер, которые имеют своей целью исправление дефектов психологического формирования или поведения подростка посредством особенных методов психологического воздействия; при этом дефект не является производными органической основы и не являются устойчивыми качествами, которые возникают довольно рано и затем фактически не изменяются. Далее А.А. Осипова утверждает, что «психологическая коррекция — это такая деятельность психолога, которая направлена на повышение возможности клиента в самых разных сферах, (в обучении, поведении, в отношении с другими людьми), на раскрытие потенциальных творческих резервов человека».

А.Г. Абрамова заявляет, что «психологическая коррекция - это обоснованное воздействие психолога на дискретные характеристики внутреннего мира человека, т.е. психолог имеет дело с конкретными проявлениями желаний, переживаний, познавательных процессов и действий человека» [1].

Коррекционная деятельность в отношении детей и подростков — это комплексный тип деятельности, эффективность которой нередко зависит от успешности общения и сотрудничества с психологом. По этой причине схемы коррекции и развития, как правило, содержат в себе психологический и педагогический компоненты. Психологический раздел программы составляется и реализуется психологом, педагогический раздел — разрабатывается и осуществляется психологом и учителем, воспитателем, родителями и другими взрослыми участниками.

Резюмируя вышесказанное, психокоррекционное воздействие следует проводить в таких ситуациях, когда имеются некоторые затруднения и дефекты психологического созревания, и поведенческие отклонения. Психолого-педагогическая коррекция имеет своей целью диагностику и исправление имеющихся девиаций, разрешение диагностированных проблем прежде всего у детей, подростков, юношей, девушек и взрослых,

общающихся с ними. В реализации психолого-педагогической коррекции участвуют разные специалисты - не только психологи, но и социальные педагоги, педагоги, родители и представители других профессий.

Коррекция может быть прямой и косвенной. Прямая коррекция заключается в проведении тренинга с использованием специальных дидактических материалов и приемов воздействия, планирования содержания и прогнозирования результатов коррекционной работы во времени. При косвенной коррекции в процессе обучения корригируется его психомоторная и мыслительная деятельность. Пути коррекции при этом выступают обогащение, исправление имеющегося опыта, формирование нового.

Одним из самых эффективных коррекционных средств агрессивного поведения является использование тренинговых технологий. Несмотря на то, что тренинг - эффективная форма овладения знаниями, приобретение опыта, процесс познания себя и других, считаем, что при подготовке будущих учителей к предотвращению агрессивного поведения необходимо знание методики тренинга именно с подростками «группы риска».

В современных психолого-педагогических научных исследованиях случаются различные варьирования по области использования тренинговых занятий и цели их применения: для интеллектуального развития школьников (Ю. Гильбух, М. Смульсон), для снятия агрессии в поведении проблемных подростков (А. Болта, Л. Вольнец, А. Гольдштейн, А. Скудная), для формирования устойчивой мотивации к самораскрытию и самосовершенствованию (Л. Анн, Д. Джонсон, Н. Пилипенко), для выработки коммуникативных умений будущих педагогов (И. Зязюн, Л. Кондрашова, А. Семенова) тому подобное.

Тренинги содержат формы индивидуальной и групповой психологической работы, является активным методом воздействия, средством превентивной деятельности с агрессивными подростками. Занятия

в форме тренинга создают условия для овладения приемами, позволяющими им активно управлять своим поведением, перестроить непроизводительные структуры деятельности и, таким образом, поднимать регуляцию поведения на более высокий уровень. Все это возможно благодаря личностным изменениям, способности впитывать новый личностный опыт.

Такая форма работы, как тренинговые занятия до последнего времени были более распространены в психологической практике и определен как комплекс методов развития способностей к обучению или приобретению любого сложного вида деятельности, в том числе в общении [4, с. 21].

Традиционно психологический тренинг применяют для развития навыков самопознания, само понимания, рефлексии, изменения отношения к себе, другим, наработки навыков саморегуляции, развития эмоциональной гибкости, для улучшения социальной адаптации участников [2, с. 12].

Более конкретное определение тренинга и его задач дает Л. Анн. Автор труда «Психологический тренинг с подростками» считает, что «Тренинг - это форма специально организованного обучения для самосовершенствования личности, в ходе которого решаются следующие задачи:

- приобретения социально-психологических знаний;
- развитие способности познания себя и других людей;
- повышение представлений о собственной значимости, ценности, формирование положительной Я-концепции» [1, с. 34].

О.Л. Евтихов утверждал: «Преимущество тренинговых занятиях в работе с агрессивными подростками раскрывается шире, когда рассмотреть положительные стороны групповой формы:

- групповой опыт противодействует отчуждению, помогает решению межличностных проблем;
- группа отражает общество в миниатюре, делает очевидными такие скрытые факторы, как давление партнеров;
- возможность получения обратной связи от детей с подобными проблемами;

– в группе юноши могут идентифицировать себя с другими, «сыграть» роль другого человека для лучшего понимания ее и себя и для знакомства с новыми эффективными способами поведения, применяется кем-то другим; в результате этого возникает эмоциональная связь, сопереживание, эмпатия, способствующие личностному росту и развитию самосознания;

– взаимодействие в группе создает напряжение, которое помогает прояснить психологические проблемы каждого;

– группа облегчает процессы самораскрытия, само исследования и самопознания; открытие себя другим и открытие себя самому себе, позволяет понять себя и повысить уверенность в себе» [9, с. 35–36].

А. Кацера отмечает, что составляющими любого психологического тренинга, с позиции структуры, являются: цель и задачи тренинга; принципы, на которых строится работа группы; формы организации; роль и функции тренера; методические средства и приемы [3, с. 43].

При разработке тренинга внимание должно быть сосредоточено на следующих аспектах: содержание, процесс, методы.

Содержание тренинга – это тематика, проблемы, предмет работы (идеи, вопрос, закономерности явлений и т.п.), которые будут рассматриваться и изучаться в ходе работы для того, чтобы достичь цели, выполнять поставленные задачи, чтобы состоялись намеченные изменения.

Процесс тренинга – это последовательная смена событий, ситуаций, состояний, это тесная связь закономерно возникающих одна за другой стадий развития группы, это то, как взаимодействуют участники тренинга во время обучения, как влияют друг на друга. Процесс тренинга строится в соответствии с определенными принципами данной темы и диктует необходимые функции и роль ведущего.

Методы тренинга – это средства формирования, диалог, дискуссия, работа в группе и т. д., благодаря которым происходит усвоение содержания тренинга [3, с. 43–44].

Стратегия учебно-воспитательного процесса во время проведения тренинговых занятий направлена не только на предоставление учащимся знаний о предмете изучения и правильности действий в тех или иных ситуациях, но и на изменение поведения подростков. С этой целью нужно использовать методы, активно влияющие на систему ценностей и воспитывать способность и желание к действию. Один из таких методов называется «комбинированное образование» и состоит из четырех элементов.

Теория – сообщение основных теоретических данных.

Практический опыт, цель которого использовать личный опыт и ощущения участников для рассмотрения темы; накопить путем индивидуальной или групповой практики новый опыт и понимание проблемы.

Оценка проблемы. Цель - пробудить самосознание и углубить личное и групповое понимание участников проблемы и системы ценностей; развить понимание норм их жизни, их поступков и возможных последствий их действий.

Действие - связь между темой изучения, личностью и реальностью и того, как участники своими действиями влияют на эту связь. Цель - развить способность и стремление действовать [6].

В процессе тренингового занятия нужно использовать разнообразные методы и формы работы: изучение литературы, беседы, мини-лекции, диспуты, дискуссии, ролевые игры, практические занятия, творческие упражнения, презентации, «мозговой штурм» и другие. Одновременно можно использовать и упражнения, направленные на развитие внутренних механизмов эмпатии (воображения, фантазии, творческого переживания, ассоциативно-образного мышления, интуиции).

Но каждое занятие должно включать в себя все структурные элементы просветительского тренинга:

– вступительная часть: сообщение темы занятия, знакомство, повторение правил, определение ожиданий участников;

- основная часть: определение уровня информированности, актуализация проблемы, информационный блок, наработки практических навыков;

- заключительная часть: подведение итогов занятия, определение относительно ожидаемых результатов, оценка изменения уровня информированности участников.

Кроме этого, для результативной педагогической деятельности тренинговые занятия требуют соблюдения определенных условий:

- количество участников тренинга должна быть постоянной и составлять не менее 10 человек, но не преувеличивать 20;

- занятия проводятся в специально организованном помещении, где есть достаточно свободного места (участники размещаются на стульях или на ковре кругом) время проведения занятия рассчитаны на 1 академический час.

Для разработки коррекционного тренинга снижения уровня агрессивного поведения подростков можно использовать материал по вопросам профилактики тренинга Е. Андрущенко, Т. Корнилова, И. Кушнарев, А. Поповой.

Задачи коррекционного тренинга снижения уровня агрессивного поведения подростков:

- устранение чрезмерного напряжения и тревоги подростка;
- развитие у подростка способности адекватного восприятия себя и окружающих людей;
- обучение подростка форм регуляции собственных эмоций, чувств и поведения в целом;
- обучение ребенка конструктивным формам поведения и основам коммуникабельности.

Предварительные результаты реализации коррекционных задач:

- снижение эмоционального напряжения у ребенка;
- развитие умения у ребенка адекватно оценивать свое эмоциональное

состояние и понимать эмоциональное переживание окружающих;

– формирование навыков самоконтроля;

– формирование навыков позитивного общения;

– повышение самооценки;

– формирование навыков положительного влияния на окружающих.

Тренинг охватывает три блока занятий - диагностический, реконструктивно-формовочный и закрепляющий. Основные направления психодиагностической работы на первом этапе включают в себя: исследование психологических качеств и состояния личности подростка путем диагностики определенных показателей, характеризующих специфику формирования индивидуальной формы поведения.

Диагностический блок работы позволяет выявить у ребенка уровень самооценки, особенности психологических качеств и состояния, уровень эмоционального напряжения и тревоги, барьеры общения, психологический климат в семье, отношение родителей к ребенку, способы психологической защиты, неадекватность компенсаторных форм поведения.

Благодаря такой комплексной диагностике тренер-руководитель получает психологический портрет подростка и необходимый объем информации для определения путей и способов коррекции агрессивного поведения подростков.

С целью фиксации и обработки данных, полученных тренером во время проведения диагностического блока, подросткам предлагается вести небольшой «дневник», сделанный из обычной ученической тетради в клеточку. В нем ребенок может писать и рисовать все, что он думает и чувствует. После каждого занятия ребенок сдает дневник психологу, «чтобы он не потерялся, и чтобы ребенок не забыл приносить его на занятия». Такая форма анализа вносит элемент заинтересованности в тренинговой работе. Это также очень удобно для обработки и интерпретации результатов, полученных в ходе занятий.

Этот диагностический комплекс предусматривает сотрудничество ребенка с тренером. Под этим понимается чтение вслух ребенку тестов и наблюдения за реакцией «поиска» ребенком ответа, что дает дополнительную информацию об участниках тренинга и снижает напряжение ребенка во время диагностического блока. У подростка «проникновение» в его внутренний мир постороннего человека вызывает тревожное переживание, поэтому такое сотрудничество требует от взаимоотношений доверия. При проведении диагностического блока у подростка важно сформировать установку защищенности и покоя по отношению к психологу в той форме работы, которую тренер-руководитель будет использовать.

Следующий блок коррекционной работы - реконструктивно-формирующий.

Этот блок предусматривает решение следующих задач:

- формирования и испытания нравственных качеств личности подростка;
- самопознания и самосознания подростком своего «Образа Я»;
- формирование навыков понимания своего эмоционального состояния и переживаний, навыков адекватно их выражать и регулировать;
- игровая коррекция неадекватных реакций поведения, нейтрализация негативной эмоциональной энергии;
- обучение ребенка конструктивным формам поведения и опыту общения;
- обучение самоконтролю;
- формирование нравственных представлений у ребенка.

В течение второго блока тренинга подросток с помощью тренера учится анализировать свои мысли и поступки. На этом этапе подросток усваивает и закрепляет конструктивные формы поведения, преодолевает барьеры общения, как со сверстниками, так и с родителями и взрослыми. Эффективным является использование метода анонимного обсуждения

отрицательных черт личности, проективные и психодиагностические методики, позволяющие агрессивному подростку оценивать свои типологические и индивидуальные особенности личности.

Следующий блок тренинга носит название закрепляющего. Занятия этого блока рассчитаны на подведение итогов работы тренера и ребенка, для закрепления таких состояний и навыков, который ведущий считает необходимыми для подростка.

Итак, представление о психокоррекционном тренинге как о средстве воздействия является важным теоретическим обоснованием применения этого метода для превенции возникновения когнитивных защиту подростков при общении, преодоления ими психологического дискомфорта, негативного психологического состояния.

По результатам исследования, проведено в теоретическом разделе работы, можем сделать следующие выводы:

- агрессивное поведение — это поведение индивида или группы, не соответствующее общепринятым нормам, в результате чего происходит нарушение этих норм;
- особенности агрессивного поведения подростков заключаются в том, что подростковый возраст представляет собой группу повышенного риска;
- коррекция-система психолого-педагогических мер, направленных на исправление, ослабление недостатков в психофизическом развитии детей;
- тренинг - эффективная форма овладения знаниями, приобретение опыта, процесс познания себя и других, считаем, что при подготовке будущих учителей к предотвращению агрессивного поведения необходимо знание методики тренинга именно с подростками «группы риска».

Данные литературных источников свидетельствуют о том, что психокоррекция может быть эффективным инструментом в устранение возникших проблем психологического характера у подростков.

По результатам исследования, проведено в теоретическом разделе работы, можем сделать следующие выводы:

– основными факторами, обуславливающими развитие агрессивного поведения подростков, являются внешние и внутренние факторы, а именно: биологические, социальные, педагогические, социально-психологические и индивидуально-психологические. Наиболее исследуемыми и, соответственно, наиболее важными из них исследователи считают социально-психологические факторы, в частности влияние семейного климата и воспитания;

– подростковый возраст является периодом, когда завершается детство и наступает новая стадия в развитии личности. Это переход от детства к взрослости, чувство, которое является центральным новообразованием. Подростки начинают пользоваться приемами саморегуляции, самозапретов, самодисциплины, самоприказа и самоубеждения [16, 17]. А также резкое изменение всех систем: психологических, физических, биологических;

– индивидуально-психологические отклонения могут способствовать низкому уровню самоуважения подростка, а значит, агрессивное поведение относится к деструктивным путям повышения уровня самоуважения и создание позитивного Я-образа личности. Недостаток самоуважения воспринимается как психотравмирующая ситуация, от которой подросток желает избавиться;

– для разработки коррекционных мероприятий и технологий для снижения уровня проявления агрессивного поведения подростков, необходимо учитывать влияние всех предпосылок осуществление отклоняющегося поведения от общественных норм. Вместе с тем, анализ факторов риска девиаций способствует индивидуализации психолого-педагогической работы с несовершеннолетними.

Глава 2 Опытнo-экспериментальная работа по изучению агрессивного поведения в подростковом возрасте и его коррекция

2.1 Организация и методы исследования

Опытнo-экспериментальная работа по изучению агрессивного поведения подростков проводилась на базе МАОУ Орлинской СОШ № 22. В эксперименте принимали участие 20 детей подросткового возраста.

Экспериментальная работа проводилась в три этапа:

- констатирующий;
- формирующий;
- контрольный.

Цель: данного исследования является выявление уровня проявления агрессивного поведения подростков.

Задачи:

- выбрать подходящий метод для установления степени проявления агрессивного поведения подростков в контрольной и экспериментальной группах;
- выполнить диагностику степени выражения агрессивного поведения подростков контрольной и экспериментальной групп;
- провести анализ полученных результатов.

Наша методика будет заключаться в том, что для эффективной работы с дезадаптированными детьми нужен индивидуальный подход, а именно – нужно четко понимать индивидуальные причины и факторы возникновения такого поведения.

Гипотезой данного психологического исследования является предположение о том, что агрессия может быть связана с типом темперамента, и такие показатели агрессивного поведения подростков, как физическая, вербальная и косвенная агрессия, раздражение, негативизм, обида, подозрительность, чувство вины могут снизиться в результате

коррекционной работы с использованием социально-психологического тренинга.

В ходе эмпирического исследования появились следующие задачи:

- провести анализ литературных данных, имеющих отношение к проблеме исследования;
- определить степень выраженности агрессивного поведения подростков;
- разработать и провести коррекционный тренинг, имеющий целью снижение уровня проявления агрессивного поведения подростков;
- экспериментально доказать эффективность коррекции агрессивного поведения посредством социально-психологического тренинга.

Как методики исследования использовался – опросник Басса-Дарки, а также опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДВИ) В.М. Русалова.

Рассмотрим эти опросники более детально.

Целью теста-опросника Басса-Дарки есть определение уровня деструктивных тенденций подростка.

Инструкция: говорите «да» если вы согласны с утверждением, и «нет» - если не согласны. Старайтесь долго не размышлять над вопросами.

Обработка результатов: индексы различных форм агрессивных, девиантных и враждебных реакций отмечаются суммированием полученных ответов.

Косвенная агрессия, физическая агрессия, раздражение и вербальная агрессия одновременно образуют суммарный индекс агрессивных, девиантных реакций, а оскорбление и подозрительность - индекс неприязни; неприязнь - общая негативная, недоверчивая позиция относительно окружающих; агрессия - подвижные внешние реакции агрессии в отношении конкретных личностей.

Опросник выделяет очередные формы девиантного поведения, враждебных и агрессивных реакций:

Индекс враждебности (ИВ) включает в себя 5 и 6 шкалы, а индекс агрессивности (как прямой, так и мотивационной) включает шкалы 1, 3, 7.

Нормой агрессивности по опроснику является величина ее индекса, которая равна 21 (+/- 4), а враждебности - 6,5-7 (+/- 3). При этом обращается внимание на шанс достижения четкой величины, показывающей степень проявления агрессивности.

2. Опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДВИ) В.М. Русалова.

Цель этого опросника состоит в определении и общей характеристике типа темперамента подростков.

Инструкция: Лицам предлагается ответить на 150 вопросов, которые направлены на выяснение их обычного способа поведения. Опрашиваемым нужно стараться представить типичные ситуации и дать ответ.

Отвечать следует быстро и точно. Следует помнить, что нет «плохих» и «хороших» ответов. Нужно ставить «крестик» или «галочку» в той графе, соответствующей утверждению, которое максимально правильно описывает поведение: не характерно, мало характерно, весьма характерно, характерно.

Контрольная шкала варьируется от 6 до 24 баллов. При значениях от 6 до 17 баллов опрошенные характеризуются более или менее адекватным восприятием своего обращения. Подростки с высокими значениями по данной шкале (18-24 балла) в обработку не включаются, поскольку у них наблюдается откровенно неадекватные взгляды поведения. В собственных ответах они хотят выглядеть лучше, нежели в реальности.

Для решения ряда научных и научно-практических задач нужно учитывать не только значение того или другого формально-динамического свойства,

Исходя из содержания корреляционных и факторных связей между шкалами ОФДСИ, предлагаются следующие 6 наиболее ценных индексов формально-динамических качеств человека.

Индекс психомоторной активности (ИПА) равняется сумме баллов активностных шкал в психомоторной сфере. $ИПА = ЭРГ + ПМ + ШМ$. ИПА варьирует от 36 до 144. Средняя норма равняется 90 ± 12 , а именно, от 78 до 102.

Индекс интеллектуальной активности (ПА) равняется сумме баллов активных шкал в интеллектуальной сфере. $ПА = ЭРИ + ПИ + ИИ$. ПА варьирует от 36 до 144.

Средняя норма равняется 90 ± 12 , а именно, от 78 до 102.

Индекс коммуникативной активности (ИКА) равняется сумме баллов активных шкал в коммуникативной сфере. $ИКА = ЭРК + ПК + ШК$. ИКА варьирует от 36 до 144. Средняя норма равняется 90 ± 12 , а именно, от 78 до 102.

Индекс общей активности (ИОА) равняется сумме баллов всех активных шкал у всех 3-х сферах. $ИОА = ИПА + ПА + ИКА$. ИОА варьирует от 108 до 432.

Средняя норма равняется 270 ± 36 , а именно, от 234 до 306.

Индекс общей эмоциональности (ИОЭ) равняется сумме всех эмоциональных шкал в 3-х сферах. $ИОЭ = ЭМ + ЭИ + ЭК$. Средняя норма равняется 90 ± 12 , а именно, от 78 до 102.

Индекс общей адаптивности (ИОАД) равняется разнице баллов между индексом общей активности и индексом общей эмоциональности. $ИОАД = ИОА - ИОЭ$. Индекс варьирует в пределах от - 36 до 432. Средняя норма равняется 180 ± 48 [9].

Опираясь на вышеприведенные индексы, в принципе, можно выделить достаточно большое количество вариантов темперамента. Классификация таких типов – работа будущих научных исследований, сейчас ориентировочно можно говорить о 9 наиболее прямых типов формально-динамических примет.

Расчеты общего типа осуществляются аналогично вычислению дифференциального типа. Для сего на оси ординат нужно отложить

результат ИОА (индекс общей активности), а на оси абсцисс -результат индекса ИОЭ (индекса общей эмоциональности). Названия типов те же, что и в случае дифференциальных типов.

Если два значения больше нормы - «холерик», если два результата ниже нормы - «флегматик». Если по шкале общей активности результат больше нормы, а по шкале общей эмоциональности меньше нормы - «сангвиник». Если общая активность меньше нормы, а общая эмоциональность больше нормы - «Меланхолик». Если два значения в пределах нормы - «неопределенный» тип. Если по активности результат в пределах нормы, а по общей эмоциональности больше нормы, то имеет место «смешанный высокоэмоциональный» тип. Если по активности результат в пределах нормы, а по общей эмоциональности меньше нормы, то имеет место «смешанный низко эмоциональный» тип. Если по шкале общей активности результат больше нормы, а по общей эмоциональности - в пределах нормы, то это «смешанный высокоактивный» тип. Если по шкале общей активности результат меньше нормы, а по общей эмоциональности - в пределах нормы, то это «смешанный низко активный» тип [9].

2.2 Анализ полученных эмпирических данных

В качестве объектов выступили группа подростков - ученики одного из 9-х классов МАОУ Орлинской СОШ № 22. В эксперименте принимали участие двадцать детей подросткового возраста 14 лет: 10 мальчиков и 10 девочек. Абсолютное большинство – из полных семей и со средним уровнем доходов.

Анализ агрессивного поведения в исследовании проводился по методике Басса-Дарки. Результаты представлены в сводной таблице в Приложении А.

Испытуемые по уровню проявлений агрессивного поведения разделились: подростки с низким уровнем агрессивности - 12%; подростки со

средним уровнем агрессивности - 70%; подростки с высоким уровнем агрессивности - 18%;

Результаты исследования межполовых различий агрессивности представлены на рисунке 1.

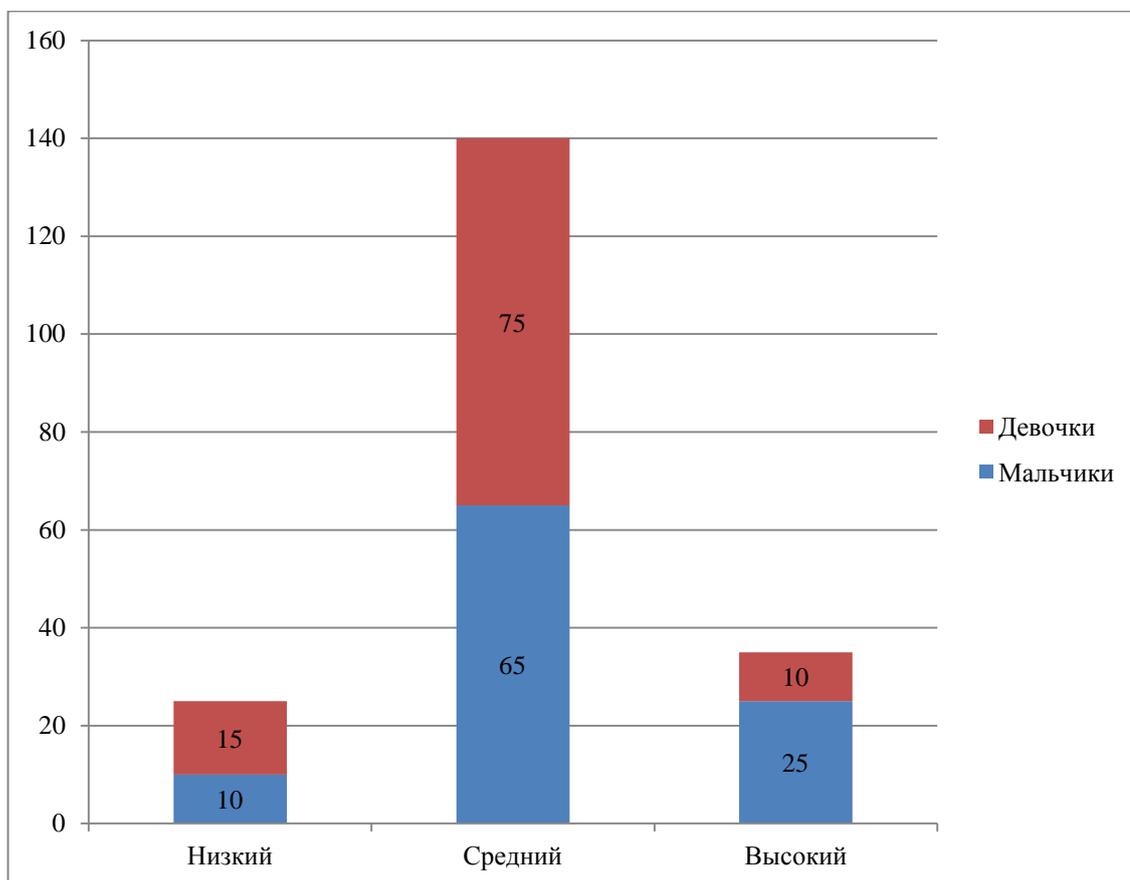


Рисунок 1 – Межполовые различия в агрессивности опрошенных учеников, %

Таким образом, как свидетельствуют данные рис. 1, мальчики несколько более склонны к девиантному поведению, чем девочки, поскольку в первом случае отношение высокого уровня агрессии к низкому составило 25% к 10%, а у девочек – 10% к 15%.

Кроме того, у подростков, которые склонны к девиантному поведению, нами были выявлены различные типы негативных эмоциональных переживаний. (рисунок 2).

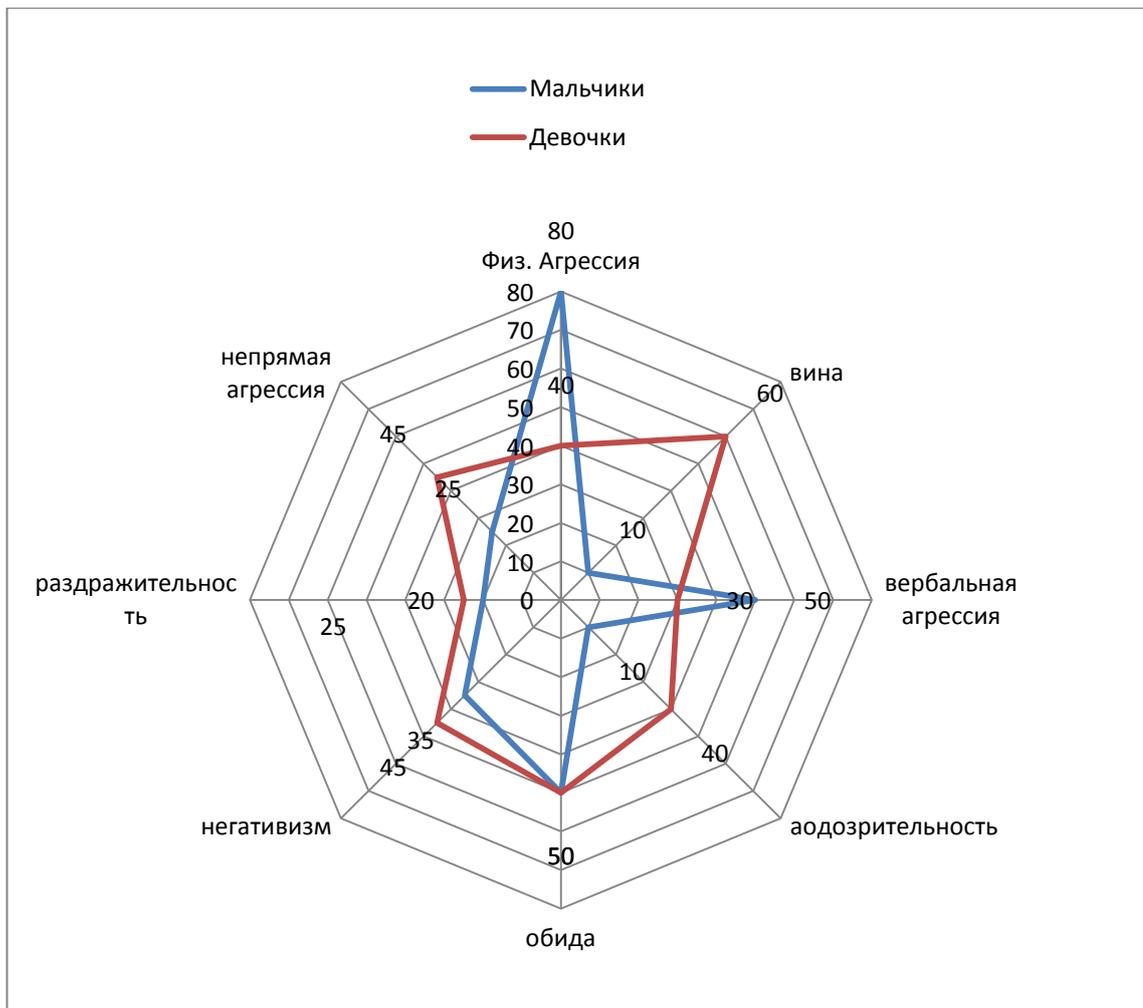


Рисунок 2 – Эмоциональные переживания школьников в экспериментальной группе (%)

На рисунке 2 видно, что мальчикам более характерна физическая агрессия (80% опрошенных мальчиков), а у девочек преобладает чувство вины (60% опрошенных девочек), которое у мальчиков почти не наблюдается. В то же время девушки менее подозрительные, чем ребята. При этом, такие негативные эмоции как обида (по 50%) и негативизм (45% и 35%) высокие и у девочек и мальчиков, что, впрочем, характерно их возраста.

Исследование темперамента учащихся проводилось по опроснику формально-динамических свойств индивидуальности (далее - ОФДВИ) В.М. Русалова.

Результаты исследования различий общего типа темперамента в мальчиков и девочек представлены на рисунке 3.

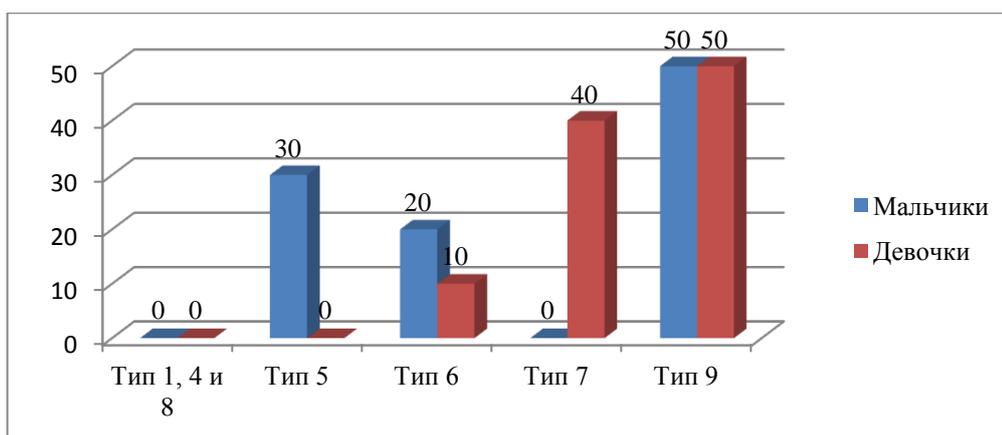


Рисунок 3 – Анализ межполовых различий темперамента опрошенных учеников, %

На основании рис 3 можно сделать следующие выводы:

- таких типов темперамента как 1, 2, 3, 4, 8 и в нашей выборке испытуемых не оказалось;
- «Смешанный низко эмоциональный» 5-й тип темперамента встречается только у мальчиков. Один из мальчиков относится к категории умеренного уровня агрессивности, другой - к высокому уровню. Итак, четкой закономерности, которая бы подтверждала гипотезу, в данном случае не наблюдается.
- «Смешанный высокоактивный» 7-й тип темперамента, среди опрошенных детей характерен только для девочек. При этом трех девочек можно отнести к средней категории девиантного поведения и агрессивности, а одну - к категории низкой агрессивности. Данный тип темперамента приближен к холерическому темпераменту (высокие индексы общей активности и общей эмоциональности). Однако, из-за малочисленности данной подгруппы ($n = 4$) нельзя сделать определенных выводов.
- «Смешанный высокоэмоциональный» 6-й тип в равной степени характерен как мальчикам, так и девочкам. У подростков данного типа ($n = 3$) в двух случаях (мальчик и девочка) определялся средний

уровень девиантного поведения. Эти подростки любят двигаться и общаться. Поэтому предполагаем, что их негативная энергия компенсируется с помощью спорта и коммуникаций со сверстниками. Смешанный высокоэмоциональный тип похож на «меланхолика», для которого характерны снижение индекса общей активности и повышения индекса общей эмоциональности. Однако из-за малочисленности группы нельзя сделать надежного вывода об ассоциации данного психологического типа с девиантным поведением;

– «неопределенный» 9-й тип темперамента - последний, который был обнаружен в нашем классе. Он был самый большой по численности и включал 10 человек: 5 мальчиков и 5 девочек. Из них 3 мальчика склонны к девиантному поведению и агрессии, а у одного пониженная склонность к агрессии.

Наши попытки проследить взаимосвязь между типом темперамента и уровнем агрессивности не увенчались успехом – предположительно из-за малой выборки, что не позволило достоверно зафиксировать искомую закономерность. Тем не менее, в отечественной литературе имеются работы, доказывающие такую взаимосвязь [16, с. 22; 17, с. 199]. Например, в работе Н.В. Окуновой была наглядно показана ассоциация между высоким уровнем нейротизма (холерики, меланхолики) и усилением физической и вербальной агрессии. Самый высокий уровень агрессии отмечался у меланхоликов [17, с. 204]. К сожалению, в настоящем исследовании не удалось выявить нейротические типы темперамента среди подростков, что не дает возможность подтвердить указанную закономерность на подростковой популяции. На холериков похожи подростки со смешанным высокоактивным типом, а на меланхоликов – дети со смешанным высокоэмоциональным типом. В первом случае выявили трех девочек, отнесенных к средней категории девиантного поведения. Во втором варианте у двух из трех подростков (мальчик и девочка) также диагностировали средний уровень

девиантного поведения. Данные результаты не отвергают, но и не подтверждают взаимосвязь между типом темперамента и уровнем агрессии.

В исследовании А.В. Огневой удалось проследить обратную корреляцию между предметной эмоциональностью (отношение к неудачам в рабочей/профессиональной сфере) и физической агрессией, а также между предметной эргичностью и индексом агрессивности [16, с. 24-25]. Предметная эмоциональность и предметная эргичность определяются в ходе реализации метода многофакторного исследования личности Кеттела – для изучения личностных характеристик, в которых присутствуют агрессивные тенденции. Таким образом, хотя наши данные не противоречили выводам других авторов, малочисленность выборки не дала возможность прийти к похожим результатам.

По нашему мнению, учитывая полученные результаты, можно предложить следующие психокоррекционные мероприятия:

- специальные (нормализация отдельных особенностей индивида, а именно: тревожности, агрессивности, ригидности, превосходства, подозрительности);
- программируемые (в противоположность импровизированным);
- симптоматические (коррекция симптомов) с постепенным переходом к личностно-ориентированным;
- направленные на коррекцию индивидуальности и ее поведения;
- групповые.

С учетом выше сказанного, была создана программа психологической коррекции наклонов к девиантному поведению, основная часть которой представлена комплексом специальных упражнений. При этом, по нашему мнению, работа по психокоррекции должна сочетать модули развития креативности и социально-психологического развития (коммуникативного, ролевого).

Итак, психокоррекционная работа должна строиться на использовании когнитивных (формирование аналитических способностей, способности к

переживаниям, логического поиска путей разрешения конфликтов методами диалога и компромисса, а не агрессии), эмоционально-волевых (разыгрывание критических ситуаций, обучение конструктивным типам поведения) и поведенческих (овладение техниками самоконтроля для профилактики нежелательных поведенческих импульсов) инструментов коррекции. Такое построение обусловила и выбор методов психокоррекции: ролевое проигрывание моделей желаемого поведения, ауторелаксация, групповая дискуссия, психогимнастика.

В то же время, как отмечают ученые, ведущей стратегией поиска новых подходов к коррекции девиантного поведения сегодня считается построение развивающих и коррекционных социальных сред, создание реабилитационного пространства.

2.3 Реализация коррекционной программы, направленной на снижение уровня агрессивного поведения подростков

Агрессивное поведение подростков все чаще становится предметом внимания педагогов, психологов, родителей правоохранительных органов. Социально-экономические проблемы России, элементы научно-технического прогресса, постоянное взаимодействие с интернет-гаджетами, реформа системы образования создают нестабильную среду обитания, в которой подростку предстоит адаптироваться. Подростковый период сам по себе является критичным, поскольку для него характерен интенсивный рост и развитие органов и система организма, созревание нервной и гормональной систем, принятие социальных правил, характерных для взрослого человека. Проще говоря, напряжение, испытываемое подростком, даже без дополнительных отягощающих факторов является избыточным. На вышеуказанные обстоятельства могут накладываться проблемы в семье, учебе, в отношениях с одноклассниками. Любой конфликт в указанных сферах вызывает нарушение адаптации, что сказывается на поведении в

целом, формируя комплекс неполноценности. Ответом на него является агрессивное поведение, цель которого – самоутвердиться и повысить собственную самооценку.

Коррекция агрессивного поведения является сложной задачей, однако, если ее не провести, поведенческие девиации могут перейти во взрослую жизнь, создавая человеку значительные трудности как в личной жизни и на работе, так и в правовой сфере. Ранняя психокоррекция может стать хорошей профилактикой неблагоприятного сценария и способствовать наилучшей социализации подростка в обществе.

Предложенная психокоррекционная программа на разных этапах реализации направлена на релаксацию психики подростка, преодоление негативизма по отношению к окружающим, сближение со сверстниками, переживание общих, ранее недоступных эмоций, переоценку личности своих одноклассников, уменьшение враждебности, раскрытие способности по-новому взглянуть на поступки своих одноклассников, заново оценить их с более позитивной точки зрения. На заключительном этапе приобретенные навыки общения закрепляются для того, чтобы в дальнейшем подросток их не утратил и использовал в своей жизни. Важным моментом является переосмысление некоторых особенностей общения, которые ранее ассоциировались с проявлением враждебности. Например, некоторые оскорбительные (прежде) высказывания перестают таковыми восприниматься и переводятся в плоскость юмора, или значимость их резко уменьшается. Иначе говоря, масштаб событий, прежде деформированный в представлении подростка, становится приближенным к общепринятым значениям. Кроме того, многие занятия в предложенной программе направлены на повышение самооценки подростка, уменьшение ощущения обиды и чувства вины.

Кроме того, программа направлена на развитие способности у подростка сглаживать конфликтные ситуации, более мягко реагировать на прежде считающиеся обидными замечания и слова собеседников. В ходе

реализации программы психокоррекции меняется масштаб восприятия тех или иных слов и событий, что позволяет посмотреть на них с другой точки зрения.

Многие элементы программы направлены на повышение самооценки подростка, закономерно приводит к снижению агрессивности и необходимости доказывать свою полноценность в ходе специально создаваемого конфликта.

При выполнении программы подростки учатся сдерживаться и управлять своими эмоциями. Они легче принимают групповые нормы и правила, что делает их полноценными членами коллектива позволяет быть его бесконфликтным и полноправным участником.

Объяснительная записка.

В современном русском обществе происходят кризисные процессы, которые отрицательно влияют на психологию людей, особенно подростков, порождая девиантное поведение.

Под девиантным поведением в основном принято понимать действия личности, не соответствующие общественным нормам: нравственным, правовым, дисциплинарным, бытовым и др.

Эта программ курса коррекционных занятий способствует снижению агрессивных тенденций у детей, обучению способам регуляции эмоциональных состояний, конструктивных форм поведения.

Цель: развитие навыков неагрессивного общения, взаимодействия, формирование толерантного отношения к людям и умение конструктивно исходить из противоречивой ситуации, научить определить собственные жизненные ценности их влияние на жизнь.

Задания:

- развитие эмоциональной сферы: формирование умения различать эмоции, называть и выражать их;
- формирование навыков установления контактов;
- закрепление навыков социального поведения;

- развитие умения слушать и понимать других;
- научить сдерживать свои агрессивные проявления;
- научить определять собственные духовные ценности;
- получения знаний конструктивного отстаивания своей позиции;
- формирование позитивного отношения к ровесникам.

Этапы программы:

- развитие эмоциональной сферы подростков и умений управлять эмоциями (2 занятия);
- снижение уровня агрессивности (3 занятия);
- формирование навыков находить конструктивный выход из конфликтной ситуации (2 занятия);
- научить определить собственные жизненные ценности и их влияние на процесс принятия решений, жизнь в целом (1 занятие).

Организация занятий:

- программа рассчитана на 8 академических часов для учащихся подросткового возраста (7-9 класс);
- количество занятий в неделю - 1, продолжительность занятий - 1 час;
- количество детей в группе - 6-10 человек.

Структура занятий:

- разминка: эмоциональное вхождение в занятия участников;
- основная часть: беседы, психологические упражнения, этюды;
- расслабление: выход из психологической атмосферы, которая возникла во время основной части занятия. Планирование представлено в приложении В.

I этап.

Цель: формирование положительной мотивации к занятиям, выработка навыков адекватно выражать свое эмоциональное состояние.

Занятие 1.

Цель: Формирование положительных эмоций, позитивного образа «Я»

Ход занятия:

Упражнение «Знакомство - визитная карточка».

Упражнение посвящается знакомству школьников между собой. И даже если подростки знакомы – это возможность по-новому взглянуть друг на друга. Школьники садятся в круг. Психолог объясняет ученикам, что они вместе будут встречаться на специальных занятиях, которые не похожи на школьные уроки. На занятиях будут играть, рисовать, делиться своими проблемами и радостями, учиться понимать друг друга, находить конструктивный выход из конфликтной ситуации.

Каждому участнику группы предлагают назвать:

- свое имя;
- любимое занятие;
- моя заветная мечта;

Упражнение «Принятие правил группы».

Путем совместных обсуждений создаются правила и сразу записываются на большом листе бумаги.

Упражнение «Слушаем себя».

Это упражнение на ауторелаксации. Ученикам предлагают сесть в удобной позе, закрыть глаза, расслабиться и прислушаться к себе, будто заглянуть в себя, и подумать: что каждый чувствует, какое у него настроение. Через несколько минут все участники группы по очереди рассказывают, не открывая глаз, о том, как они чувствуют себя и какое у них настроение. Далее следует разделить страницу пополам: в одной колонке нарисовать те эмоции, которые им нравятся, а во второй - те, которые не нравятся.

Упражнение «Двадцать " Я "».

Психолог. Как вы думаете, знаете ли вы себя? Люди по-разному отвечают. Этот вопрос они даже по-разному понимают слова «знать себя». Для одних – это значит представлять, на что способен, для других - знать собственные положительные и черты, для третьих - хорошо разбираться в своей душе, чувствах и переживаниях ...

За 10 минут дайте, пожалуйста, ответ на вопрос «Кто я?», используя для этого 20 слов или словосочетаний. Не пытайтесь отобрать правильные или неправильные, важные или неважные ответы. Пишите то, что приходит каждому из вас в голову. (Самостоятельная работа учеников).

Прежде всего - посмотрите, сколько слов и предложений каждый из вас успел записать. Если количество ответов не превышает 15 - вы знаете себя не очень хорошо. Если же ответов больше - можно утверждать, что вы знаете себя очень хорошо.

Ученики по желанию зачитывают все или наиболее существенные, по их мнению, определения. При обсуждении обратить внимание на сходство и различие ответов.

Упражнение «Подари улыбку».

Психологу стоит объяснить подросткам значения улыбки в жизни и самочувствии человека. Напряжение мышц не только отражает, но и формирует плохое настроение, усталость, негативные эмоции. Должны быть напряженными только те мышцы, которые необходимы, все остальные должны быть расслабленными. Вполне расслабленный человек стирает все негативные эмоции. Улыбайтесь! Улыбка улучшит настроение вам и окружающим, для улыбки ищите повод, провоцируйте улыбку.

Все участники группы берутся за руки и дарят друг другу улыбки: каждый подросток возвращается к своему соседу справа или слева и, пожелав ему чего-то хорошего, улыбается. Тот в свою очередь улыбается следующему соседу.

Упражнение «Ваше настроение и пожелания».

Психолог интересуется впечатлениями школьников от занятия, благодарит группу за работу и приглашает на следующую встречу.

Занятие 2.

Цель: Формирование навыков рефлексии и анализа эмоционального состояния. Развитие личностно-значимых качеств.

Ход занятия.

Упражнение «Это здорово!»

Процедура проведения: участники группы стоят в кругу.

Инструкция: «Сейчас кто-нибудь из нас выйдет в круг и скажет о своем качестве, умении или таланте (например: «я люблю танцевать», «я умею петь»).

В ответ на каждое такое высказывание все те, кто стоит в кругу, должны хором ответить: «Это здорово!» - В круг участники выходят по очереди».

Упражнение «Сыпучий песок».

Психолог предлагает ученикам вспомнить ситуацию, которая их расстроила, и попробовать понять, почему все так произошло. Далее - изменить свою обычную реакцию и сказать: «сыпучий песок». Эти слова выражают эмоцию. Если мы заикливаемся на чувстве злости, то не можем из него выбраться, как с сыпучего песка. Когда мы скажем волшебную фразу, то сразу же напомним себе это.

Упражнение «Волшебный магазин».

Психолог спрашивает участников, какие черты характера им присущи. Затем предлагает представить, что они находятся в волшебной лавке, где он - продавец.

Каждый участник может обменять черты (мудрость, смелость, честность и т.п.), которые, по его мнению, слишком много и ими можно поделиться с другими, или те, от которых он хочет избавиться, на черты, которых не хватает. «Покупатель» сдает свои черты, а «Продавец» интересуется, есть то, чего требует «покупатель», и сколько он мог бы дать взамен.

Упражнение «Глубокое дыхание».

Дыхание успокаивает нервную систему и гасит эмоции. Когда мы глубоко дышим, то избавляемся от мыслей, которые нас волнуют, чувствуем, что можно контролировать свои мысли, а не подчиняться им.

Глубоко вдохните носом, сосчитайте до восьми, после чего медленно выдохните, при этом считайте до шестнадцати или более, так долго, как сможете.

Почувствуйте, как исчезает напряжение.

Упражнение «Волшебный стул».

На «волшебный стул» приглашается один из участников игры, как только он садится, «освещаются» и становятся явными все его достоинства. Дается установка: называть исключительно положительные стороны ребенка. Ученики как раз смотрят друг за друга. Надо проводить игру до тех пор, пока каждый ребенок не пройдет момент подъема.

Упражнение «Эмоциональная цепочка».

Ведущий спрашивает у подростков: «Какой эмоцией вы завершаете занятия? все участники по кругу называют свою эмоцию»

II этап.

Цель: корректировка негативных эмоций. Игровая коррекция агрессивности, обучение элементов ауторелаксации.

Занятие 1.

Ход занятия.

Упражнение «Приветствие».

Ученики становятся в круг, держась за руки, и говорят друг другу: «Я рад тебя видеть».

Упражнение «Воздушные шарики».

Психолог демонстрирует детям воздушные шарики. Один из них надутый очень слабо, второй - средне, а третья - очень сильно. Участникам предлагают поразмыслить над тем, что может с шариком произойти (он может лопнуть или «Прожить» дольше), и затем применить этот пример, используя правило: «Переполнение любыми эмоциями, прежде всего негативными для человека, а также опасно, как слишком много воздуха в шарике».

Упражнение «Я обижаюсь, когда ...».

Каждый по кругу заканчивает это предложение. Психолог спрашивает: «У кого еще подобные ситуации оскорбляют?». После обсуждают ситуации, причины их возникновения и способы избавления от них.

Релаксация «Уменьшение объекта».

Инструкция. Начинаем с глубокого дыхания и расслабления. Закройте глаза и представьте, что вы говорите с человеком. Он делает то, что вызывает у вас злость. А теперь представьте, что во время разговора человек уменьшается, его голос слабеет, становится неуверенным. Уменьшайте его до тех пор, пока он не покажется вам не такой значительной.

А теперь понаблюдайте за вашим разговором со стороны. Каким вы видите себя? Если вы закончили упражнение, кивните головой.

Упражнение «Эмоциональная цепочка».

Ведущий спрашивает у подростков «Какой эмоцией вы завершаете занятие все участники по кругу называют свою эмоцию».

Занятие 2.

Цель: Игровая коррекция агрессивности, обучение элементов ауторелаксации.

Ход занятия.

Упражнение «Лучшая черта».

Ученики по кругу должны назвать лучшую черту того, кто стоит слева.

Начинает психолог.

Упражнение «Раскрась рисунки».

Раздать детям по два рисунка с изображением человека в печальном и хорошем настроении, со злым или веселым выражением лица. Предложить заштриховать рисунки цветными карандашами. Рассмотреть все рисунки.

Каким цветом закрашена картинка печального, злого, веселого, доброго человека? Почему?

Когда нам плохо, то все вокруг кажется мрачным, темным, неприятным, а когда хорошо - мир видится ярким и праздничным.

Игра «Дразнилка».

Психолог. Случается, что дети намеренно или случайно называют друг обидными словами, раздражаются. Один начинает, а другой в ответ говорит грубости просто от обиды, возмущения и незнание, как реагировать на это.

Я хочу показать вам еще один прекрасный способ, который позволяет и детям, и взрослым всегда оставаться на вершине мудрости. Например, часто бывает так: один мальчик говорит другому: «Ты дурак!». А другой отвечает: «Сам дурак!». Вы знаете такие случаи?

А сейчас послушайте, как поступила мудрый человек в ответ на оскорбительные слова «Ты дурак!». Он сначала мысленно посчитал до десяти, а потом весело ответил: «Во всех сказках Иван-Дурак оказывается мудрым, становится богатым и счастливым. Поэтому спасибо за комплимент и добрые пожелания».

Итак, сначала посчитаем до 10, потом отвечаем спокойно или весело.

Давайте потренируемся. Я вам сейчас говорю оскорбительные фразы, а вы будете мне отвечать. Помните о том, что прежде, чем ответить, надо сделать паузу, то есть посчитать до 10.

Психолог называет: «Ты - чайник!», «Ты - серая мышь», «Ты - растяпа» и другие. Дети стараются соответствовать, соблюдая правилам (при необходимости ведущий помогает находить в дразнилке то положительное. Например: чайник – это символ уюта, зимой о горячий чай все мечтают; мышь - маленькая и вертлявая, всегда мечтала быть такой).

Затем детям предлагается вспомнить оскорбительные дразнилки и коллективно придумать положительный ответ. Обратит внимание детей на удачные ответы.

Этюд-релаксация.

Психолог: «Вспомним, как можно улучшить настроение ... Можно слушать спокойную музыку, думать о приятном. А сейчас я хочу вас пригласить в путешествие на облаке под красивую музыку. Вы все умеете хорошо фантазировать? значит, сможете хорошо отдохнуть.

Сядьте поудобнее ... Сделайте глубокий вдох ... выдох ... Почувствуйте, как с каждым вдохом и с каждым выдохом волна покоя окутывает ваше тело ... Представьте .. » К тебе подплывает белая пушистая туча. Вот она все ближе и ближе. Вот она подошла так близко, что вы погружаетесь в нее, как в мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуйте, как ваши руки ... ноги ... спина уютно расположились на этом большом облаке-подушке.

Начинается путешествие. Ваше облако медленно поднимается в синее небо. Все выше и выше ... Тем, кто остался на земле, оно кажется все меньше и меньше ... Легкий ветер овеивает ваше лицо, руки, ноги. Вам спокойно и хорошо. Ваше облако плывет в странное и необычное место. Посмотрите на него сверху внимательно. А сейчас вы можете медленно приземлиться и посмотреть на него вблизи. В этом месте с вами могут произойти какие-то чудеса, то очень важное и нужное для вас ... Я не знаю, что это будет. Это может быть все, что угодно ... В этом месте хозяйева только вы ... (30 с).

Теперь вы снова на своем облаке плывете небесным океаном. Оно везет вас назад, в то место, откуда вы начинали свое путешествие. Спуститесь с облака и поблагодарите его за то, что оно подарило вам приятные минуты. Понаблюдайте за ним еще немного.

Посмотрите, как оно медленно растает в воздухе ... И вернись сюда, в ваш класс ... А сейчас потянитесь, прогнитесь. Сделайте глубокий вдох и шумный короткий выдох, громко скажите: «Ободрился я!». Хорошего вам настроения и успехов!

– Расскажите о месте, которое вы увидели. Что там с вами произошло? Мнимое путешествие под музыку - это еще один прием улучшения своего настроения. Такой прием называется релаксацией, что означает - расслабление».

Занятие 3.

Цель: Снижение уровня агрессивности.

Мини - анкета «Как ты понимаешь агрессивность?»

Детям предлагается ответить на следующие вопросы:

– Каких людей ты считаешь агрессивными?

– Что ты сделал, если бы встретился с агрессивным взрослым человеком?

– Что ты сделал, если бы встретился с агрессивным мальчиком или девочкой?

– Считаешь ли ты себя агрессивным?

Психотехника «Я не люблю ...».

Направлена на формирование умения осознавать собственные приоритеты поведения и выражать свои чувства. Ребенок говорит о том, что он не любит. Например: «Я не люблю, когда меня обманывают, кричат на меня, наказывают физически, когда оскорбляют меньших, издеваются над животными ... ».

Каждый может высказать собственное мнение.

Упражнение «Не зацикливайся на проблеме ...».

Психолог. Я сейчас сделаю вам всем подарки (дает смятые стаканчики).

Что не нравится? А бывает так, что жизнь нам преподносит неприятные подарки? Каждый из нас может потерпеть неудачу. Как мы реагируем на это? Возьмите стаканчики. Вам, нужно не выпуская их из рук то починить, сделать что-то полезное. (Большинство детей это сделать не удастся.)

- Удалось починить стаканчик? Удобно было работать?

Иногда мы хватаемся за свои проблемы, зацикливаемся на них и не хотим отпустить, боимся потерять контроль над ситуацией. Но этот способ не действует.

Обсуждение результата: когда мы рассчитываем на очень быстрое решения наших проблем и только на самих себя, то можем оказаться в такой ситуации, когда не хватит времени и ресурсов.

Упражнение «Импульс».

Участникам предлагается, стоя в кругу, взяться за руки и по очереди передать «импульс», быстро один раз сжимая ладонь соседа, справа налево.

Психолог первым посылает сигнал и последним его же принимает, извещая о получения поднятой рукой.

III этап.

Цель: приобретение нового опыта общения, умений и знаний по приемам эффективного поведения с окружающими.

Занятие 1.

Упражнение «Комплименты».

Психолог. Скажите, вам часто приходится слышать в свой адрес комплименты?

Ведь это очень приятно, поскольку вместе с комплиментом ваш собеседник дарит вам хорошее настроение и частичку своего сердца. Давайте выполним упражнение «Комплименты».

Психолог предлагает ученикам стать в круг. Дает одному из учеников сердечко и говорит комплимент. Ученик, получивший сердечко, должен передать его далее, также сказав комплимент другому участнику и так далее. К примеру: «Дима, ты очень справедливый человек» или «Катя, у тебя замечательная прическа».

Важно проследить, чтобы комплимент был сказан каждому участнику.

Упражнение «Оратор».

Психолог. Объединитесь в две команды: те, кто вытащили розовые стикер, подойдите к правому стола, а те, кто вытащили желтый – к столу слева. У вас есть 5 мин. Для того, чтобы командами подумать и ответить на следующие вопросы:

- Можно ли каждый человек жить так, как он хочет, и что для этого нужно. Обоснуйте свой ответ;
- Что сложнее и важнее – строить жизнь или приспособиться к ней. Обоснуйте свой ответ.

Далее один представитель от каждой команды представляет произведенную точку зрения.

Выработка Достопримечательности: «Чтобы изменить жизнь к лучшему»:

- улыбайтесь, это даст вам уверенности;
- откажитесь от желания жаловаться или обвинять обстоятельства или других людей;
- избавьтесь от негативных мыслей;
- не завидуйте чужому успеху;
- никогда не сдавайтесь. Верьте в себя;
- чаще общайтесь с людьми активными, оптимистами, успешными;
- не обращайте внимания на мелкие недоразумения, не превращайте их в конфликт;
- не бойтесь ошибок - своевременно их исправляйте;
- не получается задуманное - непременно разберитесь почему.

Начинайте делать все сначала и так - пока получится.

Упражнение «Мои добрые дела».

Участники должны рассказать о своих делах и почувствовать, о благодарности от участников группы в ответ. Начинать с психолога, далее по кругу, можно по желанию.

Упражнение «Девиз».

Придумать свой девиз, который отразил бы жизненное кредо, отношение к миру.

Сначала каждый отражает свое представление на листах формата А4, затем объясняет, прикрепляя девиз на заранее подготовленный плакат рядом с изображением «голубя мира».

Обсуждение результата: почему же в жизни иногда ведем себя вовсе не так? Давайте пронесем свой девиз через всю жизнь и вести себя в соответствии с созданными образами.

Занятие 2.

Упражнение «Жестовые этюды».

Прежде всего, психолог объясняет детям, что жест – это важный знак общения. Он помогает точнее понять говорящего. Каждый участник группы получает задание передать жестами, без помощи мимики и языка свой любимый цвет, а все остальные отгадывают. При этом нельзя показывать на предметы подобного цвета.

Упражнение «Рисование вдвоем».

Участники группы становятся в пары, держась вдвоем за один карандаш, должны без слов нарисовать рисунок.

Упражнение «Донеси воду».

Участники садятся в круг спиной к центру и закрывают глаза. Психолог запускает тарелку, наполненную водой.

Задача игрока: осторожно, не разлив воды, и при этом без наречия, где не вставая с места, передать друг другу тарелку.

Упражнение «Сердце нашей группы».

Психолог готовит ватман с изображением сердца. Дети по жребию получают фамилия участника группы и пишут ему пожелания на маленьких сердечках.

После того как всем зачитают пожелания приклеивают маленькие сердечки на одно большое сердце.

IV этап.

Цель: формировать осознание собственных жизненных ценностей.

Занятие 1.

Упражнение «Солнышко».

Напишите свое имя или нарисуйте свой портрет в центре солнечного круга. Затем вдоль лучей напишите все хорошее, доброе, интересное, приятное, что вы о себя знаете. Если нужно - добавьте лучей! Презентуйте собственную работу.

Упражнение «Три сейфа для ценностей».

Психолог. Ценности – это то, что важно для нас, с помощью чего мы сверяем что-либо в своей жизни. Ценности, подобные магнита, влияют на наше поведение и жизненный путь. Даже если не прилагать усилий, ценности сложатся под влиянием обстоятельств и окружения. Так уж повелось в жизни, что у каждого человека существует свой подход к определению жизненных ценностей. Что есть вершиной для одних, не имеет никакого значения для других.

Представьте, что вы оказались в банке, где хранят не золото и деньги, а то, что особенно ценно для каждого человека. Подумайте, что каждый из вас мог бы положить в такой банк. Этими сокровищами является то, что имеет ценность особенно для вас: ваши чувства, переживания, интересы, потребности, впечатления, убеждения.

Разместите то, что вам особенно дорого, в три сейфы.

(Обсуждение результатов.)

Психологический практикум «Исполнение желаний».

Психолог. Представь себя на берегу моря. Вокруг тебя теплый песок, шум прибоя ... Вот на горизонте появилась темная точка. Она становится все ближе к тебе. Ты смотришь и видишь, что это - древний кувшин! море выносит его на берег. Ты берешь этот кувшин в руки, внимательно рассматриваешь неизвестные знаки и буквы и наконец, решаешься открыть ... Вместе с шипением и едким дымом с кувшина появляется настоящий джин.

– Я отплачу тебе за свое освобождение, - говорит он. - Я сделаю твою жизнь такой, как ты хочешь! Я осуществлю твои желания, но только главные: вот список жизненных ценностей. - И он подает лист бумаги. - Тебе нужно пронумеровать их по порядку убывания. Все те, что окажутся на первых местах, будут считаться главными в твоей жизни. Что касается последних номеров- то у меня склероз, и я вряд ли вспомню о них.

Ценности: выгодный брак, признание и популярность, верность, власть и влияние, уверенность в себе, благосостояние страны, доброжелательность, помощь тем, кто в ней нуждается, любовь, крепкое

здоровье, личная безопасность, познание, разнообразные удовольствия, семейное благополучие, социальная справедливость.

По результатам ранжирования предложенных ценностей ученики составляют свой ценностно-ориентационный портрет.

Мой ценностно-ориентационный портрет

Главное в моей жизни _____ (1) и _____ (2),
Конечно, хорошо, если будут _____ (3) и
_____ (4). _____ (5) и _____ (6)
украшают мою жизнь и, конечно, важны _____ (7),
хотя это не самое главное. Что касается _____ (8),
_____ (9) и _____ (10), то это было бы очень желательно,
однако такое удастся не всем. _____ (11), _____
(12), _____ (13), _____ (14), _____ (15)
может даже и не быть в моей жизни.

Обсуждение результатов.

Вывод: перечень жизненных ценностей и степень их значимости зависит от возраста, семьи, окружения, положительных и отрицательных воздействий.

Притча «Ценность времени».

Каждому от рождения предоставляется самый ценный дар - жизнь. Это самое дорогое. Что у каждого человека, но, как это ни странно, люди очень легкомысленно относятся к этому дару, не умеют хранить его наслаждаться им.

Мне хотелось бы рассказать тебе историю. Один бизнесмен собрал себе большой капитал, который составлял 3000000 долларов. Он решил. Что возьмет год отпуска, чтобы отдохнуть в удовольствие.

Но не успел он принять это решение. Как его посетил Ангел Смерти. Бизнесмен очень испугался и решил – каким-нибудь способом уговорить Ангела Смерти продать ему немного времени.

– Продай мне 3 недели жизни. И я отдам тебе 1/3 своего капитала, 1000000 долларов, – предложил бизнесмен.

Но Ангел Смерти отказал ему. Ладно, оставь мне 2 недели ... я отдам тебе 2/3 своих денег, 2000000 долларов.

Ангел снова отказал. Ладно, продай мне только один день, чтобы я смог насладиться красотой этой земли, обнять жену, детей, которых не видел очень давно ... я отдам тебе все, что имею - 3000000 долларов.

Ангел отказал. Тогда человек спросил, может ли Ангел Смерти дать несколько минут. Чтобы он смог написать прощальное письмо? Ангел согласился.

Человек написал: «Правильно используйте время, которое вам отведено для жизни. Я не смог купить даже часа за 3000000 долларов. Проверьте все, что вас сейчас окружает, действительно имеет ценность?».

Упражнение «Коллекция подарков».

Всем участникам предлагают на память сделать друг другу подарки, создав так называемую коллекцию подарков. Дети рисуют или вырезают из цветной бумаги вещь, которую они хотят подарить. После завершения работы дети дарят подарки друг другу и произносят фразу: «Я благодарен тебе зато ... ».

2.4 Анализ результатов опытно-экспериментальной работы по снижению уровня агрессивного поведения подростков

В процессе течения коррекционной программы систематически осуществлялся текущий контроль, анкетирование, тестирование, собеседования и консультации подростков.

На контрольном этапе проведения исследования были задействованы те же методики, что и на констатирующем этапе. Полученные экспериментальные результаты мы сравнили с начальными результатами (таблица 1).

Испытуемые по уровню проявлений агрессивного поведения на контрольном этапе разделились: подростки с низким уровнем агрессивности – 65%; подростки со средним уровнем агрессивности – 33%; подростки с высоким уровнем агрессивности – 2%.

Таблица 1 – Сравнительные результаты уровня агрессивности до и после коррекционной программы

Уровень агрессивности	До эксперимента %	После эксперимента %
Низкий	12,5	65
Средний	70	30
Высокий	17,5	5

Анализируя полученные данные на контрольном этапе, мы видим, что результаты существенно отличаются от результатов, полученных на констатирующем этапе эксперимента в сторону улучшения.

Сравнительные результаты исследования межполовых различий агрессивности на констатирующем и контрольном этапе представлены на рисунке 4.

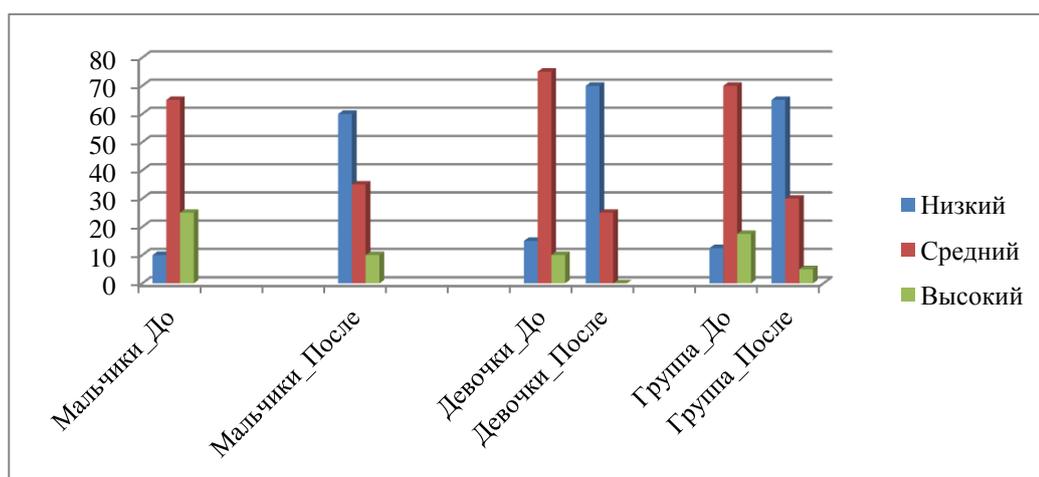


Рисунок 4 – Сравнительные межполовые и обще-групповые различия в агрессивности опрошенных учеников (%) до и после психокоррекции

Таким образом, как свидетельствуют данные рис. 2.4 мальчики, так же как и на констатирующем этапе, несколько более склонны к девиантному поведению, чем девочки.

На контрольном этапе исследования анкетирование по опроснику формально-динамических свойств индивидуальности В.М. Русалова не проводилось, поскольку темперамент является имманентным свойством личности и динамике практически не подвержен. Цель использования данного опросника заключалась в попытке обнаружить зависимость между типом темперамента и уровнем агрессии, что не удалось на констатирующем этапе.

Основной фокус контроля в настоящем исследовании сосредоточен на агрессивности и ее видах в контексте опросника Басса-Дарки. На следующем рисунке показаны результаты повторного тестирования для мальчиков и девочек (рисунок 5).

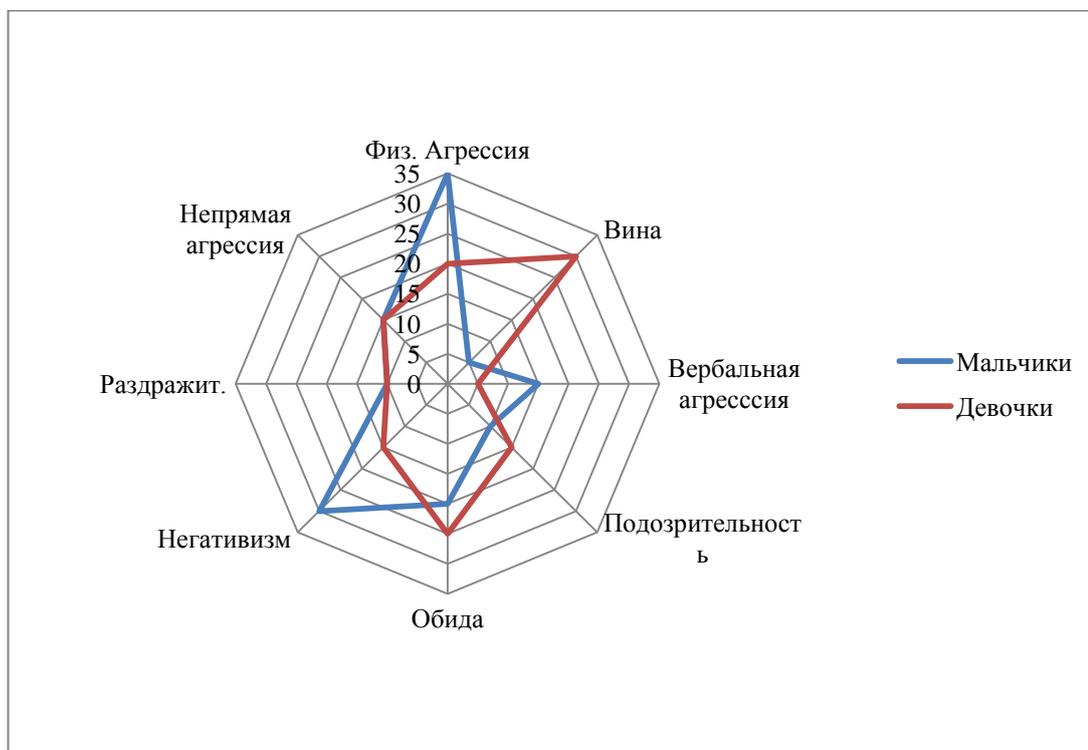


Рисунок 5 – Эмоциональные переживания школьников в экспериментальной группе (%) после психокоррекции

Данные диаграммы 5 в сравнении с результатами диаграммы 2 демонстрирует явное снижение частоты повышения уровней почти по всем тестируемым шкалам, в том числе:

- шкала физической агрессии – снижение для мальчиков на 45% и для девочек на 20%;
- шкала непрямой агрессии – снижение для мальчиков на 10% и для девочек на 30%;
- шкала раздражительности – снижение для мальчиков на 10% и для девочек на 15%;
- шкала негативизма – снижение для мальчиков на 10% и для девочек на 30%;
- шкала обиды – снижение для мальчиков на 30% и для девочек на 25%;
- шкала подозрительности – снижение для мальчиков на 0% (нет динамики) и для девочек на 25%;
- шкала вербальной агрессии – снижение для мальчиков на 35%, а для девочек на 25%;
- шкала чувства вины – снижение для мальчиков на 10%, а для девочек на 30%.

Указанная динамика свидетельствует о значительном снижении уровня агрессии и враждебности в испытуемой группе подростков. Причем, эти изменения практически не зависели от типа темперамента, что говорит об универсальности психокоррекции для всех типов личности. Таким образом, была подтверждена гипотеза об эффективности социально-психологического тренинга в отношении таких показателей агрессивного поведения подростков, как физическая, вербальная и косвенная агрессия, раздражение, негативизм, обида, подозрительность и чувство вины. Не удалось подтвердить связь типа темперамента с выраженностью агрессии, что можно объяснить малочисленной выборкой.

Можно сделать следующие выводы.

В последние годы отмечается рост агрессивного поведения среди подростков, что находит свое отражение в статистике правоохранительных органов и громких событиях, опубликованных в отечественной и зарубежной прессе.

Повышение интереса к теме подростковой агрессии объясняется тем, что в условиях кризиса и социальной нестабильности наблюдается резкий рост агрессии в обществе в целом и в особенности среди подростков. Наша страна переживает продолжительный период трансформации, связанный с адаптацией социума к новым экономическим отношениям, с беспрецедентной эпидемиологической ситуацией и резкими изменениями в политической обстановке. Все это приводит к изменению сознания и психологической перестройке личности. Тяжелее всех приходится подросткам, которые вступают во взрослую жизнь, не видя четкой картины будущего. Указанные процессы происходят на фоне естественной психофизиологической перестройки и продолжающегося созревания органов и систем организма, что накладывает дополнительную нагрузку на психику подростка.

За последние десятилетия было опубликовано множество исследовательских работ, освещающих тему подростковой агрессивности. Привлекательным моментом является связь темперамента подростка с уровнем его агрессии, а также возможности коррекции негативных свойств психики, когда это возможно. Хотя подростковые девиации часто проходят с возрастом, они также могут переходить во взрослую жизнь, создавая реальные проблемы самому человеку и окружающим его людям. По этой причине основное содержание практической части настоящей работы было сосредоточено на методиках психокоррекции, способных реально уменьшить агрессивность, измеряемую в шкалах опросника Басса-Дарки.

Предварительное (констатирующее) исследование группы школьников 14-летнего возраста позволило диагностировать достаточно высокий уровень агрессии как среди мальчиков (юношей), так и среди девочек (девушек).

Показательно, что среди юношей доминировали физическая (80%) и вербальная (50%) агрессия, а также обида (50%). Характерным проявлением у девушек было усиление чувства вины (60%) и обиды (50%).

По уровню индекса агрессивности на констатирующем этапе подростки продемонстрировали низкий уровень агрессивности в 12,5%, средний уровень агрессивности в 70% и высокий уровень агрессивности в 17,5% случаях. Проведение курса психокоррекции, направленного на расслабление, исправление девиаций и закрепление результата, позволило повысить частоту низкого уровня агрессивности до 65%, и снизить частоту высокого уровня агрессивности до 5%. Таким образом, психокоррекционная техника доказала свою высокую эффективность в достижении социально-приемлемого поведения среди подростков.

К сожалению, не удалось подтвердить связь между типом темперамента и уровнем агрессии, ранее указанную в работах отечественных авторов. Однако полученные результаты и не опровергают выводы предшественников, и объясняются малой выборкой подростков, участвующих в анкетировании.

Заключение

Проведенное в настоящей работе практическое и теоретическое исследование показало, что метод психокоррекции может быть очень эффективным в решении задач, связанных с наблюдаемыми отклонениями в нормальной психической деятельности у подростков, когда они не имеют под собой органической основы. В частности, удалось успешно уменьшить уровень агрессивности у большинства испытуемых, прошедших через процедуру психолого-педагогического тренинга.

В процессе исследования теоретических и практических аспектов технологии социальной работы с дезадаптированными подростками мы пришли к следующим выводам.

Современные педагоги и психологи считают основным фактором формирования социально-дезадаптированного поведения социальные предпосылки. К социальным предпосылкам относят: устойчивость социальных стандартов поведения ученика в школе, частую смену школ (например, в семьях военных), чрезмерную перегруженность школьной программы через психофизиологические особенности ребёнка.

Основным выражением агрессивного поведения у подростков есть явление, которое в народе принято называть «Трудновоспитуемость». Трудновоспитуемость проявляется в сопротивлении ребенка воспитательным воздействиям. Трудновоспитуемость есть результатом недостаточного усвоения позитивного социального опыта. В процессе дальнейшего углубления социальной дезадаптации происходит переход сначала в девиантные, а со временем, и в уголовные типы поведения.

Существует определенная связь между агрессивным поведением и свойствами личности, а точнее - комплексом свойств. Но последние сами по себе, даже взятые системно, не могут выступать непосредственным механизмом девиантного поведения. Опосредующим звеном здесь является

трансформация иерархии мотивов под влиянием окружающей среды и формирование соответствующей девиантной направленности.

Констатирующий эксперимент показал, что испытуемые по уровню проявлений агрессивного поведения на контрольном этапе разделились, показали большинство низкий уровень агрессивности - 65%; подростки со средним уровнем агрессивности - 30%; подростки с высоким уровнем агрессивности - 5%.

Проведенная психолого-педагогическая работа с подростками показала высокую эффективность, что проявилось в снижении параметра общей агрессивности, а также в уменьшении показателей частоты (%) диагностики у подростков разных видов агрессии в соответствии с терминологией опросника Басса-Дарки.

Список используемой литературы

1. Буянов М. И. Ребенок из неблагополучной семьи : монография. М. : Академия, 1998. 465 с.
2. Бэрн Р. Агрессия. СПб. : ПраймЕврознак, 1999. 274 с.
3. Васильев В. Л. Юридическая психология. СПб. : Питер, 1997. 656 с.
4. Волков Б. С. Психология подростка. М. : Педагогическое общество России, 2001. 160с.
5. Выготский Л. С. Психология. СПб. : ЭКСМО – ПРЕСС, 2000. 485с.
6. Выготский Л. С. Педагогическая психология. М. : Педагогика. 1991. 480 с.
7. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. М. : Эксмо, 2003. 512 с.
8. Гишинский Я. Социология девиантного поведения. СПб. : Питер, 1993. 134с.
- 9.Евтихов О. Л. Практика психологического тренинга. СПб : Питер, 2005. 254с.
10. Змановска В. Е. Девиантология. М. : Академия, 2006. 288 с.
11. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб. : Питер, 2003. 342 с.
12. Ковалева А. И. Социализация личности: нормы отклонения. М. : Академия, 1997. 345 с.
13. Колесов Д. В. Современный подросток: Взросление и пол. М. : Флинта, 2003. 200 с.
14. Колосова С. М. Агрессия и агрессивность // Школьный психолог. 2000. № 25.
15. Лидерс А. Г. Психологический тренинг с подростками. М. : Академия 2001. 256 с.
16. Огнева А. В. Взаимосвязь агрессивности с характеристиками темперамента (на материале выборки подростков) // Скиф. Вопросы студенческой науки. 2018. №4(20). С. 22-26.

17. Окунева Н. В. Связь агрессии с уровнем эмпатии и особенностями темперамента учащихся подросткового возраста // Вопросы науки и образования. 2019. №3. С. 199-206.

Приложение А

Результаты тестирования по опроснику Басса-Дарки

Таблица А.1 – Первичные данные по опроснику Басса- Дарки

Испытуемые	ФА	КА	Р	Н	О	П	ВА	ЧВ
Ашхен	3	1	3	2	2	2	6	3
Кристина	4	3	2	1	1	1	5	2
Анастасия	3	3	4	1	6	2	3	4
Виктория	6	5	4	1	4	2	7	2
Диана	4	2	1	2	3	2	2	5
Мария	2	1	1	1	2	2	5	6
Яна	8	7	6	4	6	3	9	2
Карина	1	2	4	2	1	3	5	3
Эльвира	9	8	5	5	6	1	11	2
Женя	3	3	1	3	3	3	9	1
Маша	3	3	2	1	3	2	4	2
Кирилл	4	2	1	1	3	1	2	2
Евгений	5	1	2	1	2	1	4	3
Дмитрий	6	2	5	2	4	1	5	3
Денис	9	3	10	4	3	1	8	3
Александр	3	2	4	1	1	4	5	4
Сергей	2	1	4	1	0	2	1	6
Женя	3	3	1	3	3	3	9	1
Маша	3	3	2	1	3	2	4	2
Кирилл	4	2	1	1	3	1	2	2

Условные обозначения: ФА – физическая агрессия; КА – косвенная (непрямая) агрессия; Р – раздражение; Н – негативизм; О – оскорбление; П – подозрительность; ВА – вербальная агрессия; ЧВ – чувство вины.

Приложение Б

План психокоррекции подростковой агрессии

Таблица Б.1 – План психокоррекции подростковой агрессии

Формы работы	Время	Материал
1 этап Занятие 1	–	–
Вступительное слово тренера	5 мин.	бланк регистрационный
Упражнение «Знакомство»	10 мин.	бейджики, маркеры
Мозговой штурм «Правила»	10 мин	флип-чарт (ватман),
Упражнение «Слушаем себя»	15 мин.	флип-чарт (ватман),
Упражнение «Двадцать» Я «»	35 мин.	флип-чарт (ватман)
Упражнение «Подари улыбку»	15 мин.	флип-чарт (ватман),
Упражнение «Ваше настроение и пожелания»	15 мин.	–
Занятие 2	–	–
Упражнение «Это здорово!»	25 мин.	слайды, флипчарт, маркер 2,3
Упражнение «Сыпучий песок»	45 мин.	карточки с рисунками
Упражнение «Волшебный магазин»	35 мин.	флип-чарт, ватмана, маркеры
Упражнение «Глубокое дыхание»	20 мин.	флип-чарт (ватман), маркеры, стикеры
Упражнение «Волшебный стул»	15 мин	слайды, флип-чарт, маркер
Упражнение «Эмоциональная цепочка»	20 мин	видеоматериал диска с видеоматериалом
II этап Занятие 1	–	–
Упражнение «Приветствие»	10 мин.	–
Упражнение «Воздушные шарики»	10 мин.	–
Упражнение «Я обижаюсь, когда ...».	20 мин.	видеоматериал диска с видеоматериалом
Релаксация «Уменьшение объекта»	15 мин.	лист бумаги, маркеры
Упражнение «Эмоциональная цепочка»	15 мин	–
Занятие 2	–	–
Упражнение «Лучшая черта»	20 мин	–
Упражнение «Раскрась рисунки»	25 мин	лист бумаги, маркеры
Игра «Дразнилка»	–	–

Продолжение Приложения Б

Продолжение таблицы Б.1

Формы работы	Время	Материал
Занятие 3	–	–
Мини - анкета «Как ты понимаешь агрессивность?»	10 мин.	бейджики, маркеры
Психотехника «Я не люблю ...»	10 мин	флип-чарт (ватман),
Упражнение «Импульс»	15 мин.	флип-чарт (ватман),
III этап Занятие 1	35 мин.	флип-чарт (ватман)
Упражнение «Комплименты».	15 мин.	флип-чарт (ватман),
Упражнение «Оратор»	15 мин.	–
Упражнение «Мои добрые дела»	20 мин	–
Упражнение «Девиз»	25 мин.	слайды, флипчарт, маркер 2,3
Занятие 2	45 мин.	карточки с рисунками
Упражнение «Жестовые этюды»	35 мин.	флип-чарт, ватмана, маркеры
Упражнение «Рисование вдвоем»	20 мин.	флип-чарт (ватман), маркеры, стикеры 6
Упражнение «Донеси воду»	15 мин	слайды, флип-чарт, маркер
Упражнение «Сердце нашей группы»	20 мин	видеоматериал диска с видеоматериалом
IV этап Занятие 1	–	–
Упражнение «Солнышко»	20 мин	лист бумаги, маркеры
Упражнение «Три сейфы для ценностей»	15 мин	–
Притча «Ценность времени»	25 мин	лист бумаги, маркеры
Упражнение «Коллекция подарков»	20 мин	слайды, флип-чарт, маркер