

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

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»

(наименование)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки / специальности)

Психология и педагогика дошкольного образования

(направленность (профиль) / специализация)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Психологические особенности проявления агрессии в подростковом возрасте

Обучающийся Т.Р. Пирогова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель д-р пед. наук, профессор И.В. Непрокина

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

Тольятти 2024

Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает актуальную проблему проявления агрессии в подростковом возрасте, а также факторы, способствующие этому явлению. Анализируется влияние различных социальных, эмоциональных и психологических факторов на развитие агрессивного поведения у подростков и предлагаются подходы к его профилактике и коррекции.

Актуальность исследования обусловлена созданием безопасной и поддерживающей среды для молодежи.

Целью исследования является изучение особенностей проявления агрессии среди подростков и выявления возможных факторов, влияющих на агрессивное поведение.

В исследовании решаются задачи: изучить психолого-педагогическую литературу, касающуюся темы исследования, реализовать экспериментальное исследование характеристик проявления агрессии в подростковом возрасте, проанализировать полученные результаты и предложить рекомендации для коррекции агрессивного поведения у подростков.

Бакалаврская работа имеет новизну, теоретическую и практическую значимости. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (24 наименования) и 4 приложения. Для иллюстрации текста используется 5 таблиц и 3 рисунка. Основной текст работы изложен на 50 страницах. Общий объем работы с приложениями – 54 страницы.

Оглавление

Введение	4
Глава 1 Теоретические аспекты проблемы проявления агрессии в подростковом возрасте	8
1.1 Проблема проявления агрессии в подростковом возрасте в контексте отечественной и зарубежной психологической литературы.....	8
1.2 Особенности выражения агрессии у подростков	15
1.3 Факторы и методы профилактики и коррекции агрессивного поведения в подростковом периоде	21
Глава 2 Экспериментальное исследование проявлений агрессии в подростковом возрасте	24
2.1 Организация и методы исследования агрессивного поведения подростков.....	24
2.2 Результаты исследования проявления агрессии в подростковом возрасте	27
2.3 Психолого-педагогические рекомендации и программа коррекционно-развивающих мероприятий по профилактике подростковой агрессией	31
2.4 Программа коррекционно-развивающих мероприятий для снижения уровня агрессии среди подростков.....	39
Заключение	44
Список используемой литературы	47
Приложение А Тест агрессивности «Басса-Дарки».....	51
Приложение Б Тест по шкале враждебности «Кука-Медлей»	52
Приложение В Анкета на выявление уровня агрессии.....	53
Приложение Г Программа тренинга по развитию эмоционального интеллекта.....	54

Введение

В XXI веке проблема подростковой агрессии часто оказывается в числе самых актуальных проблем, что объясняется ее широкой распространённостью.

Увеличивается количество несовершеннолетних, проявляющих асоциальное поведение: алкоголизм, хулиганство, наркомания, проституция и другие. Несмотря на снижение числа подростков, находящихся в местах лишения свободы в последние годы, это число всё еще достаточно велико. Подростки всё активнее участвуют в различных экстремистских организациях. На фоне социальных конфликтов возникают межличностные и межгрупповые противоречия.

Однако нельзя утверждать, что агрессия характерна исключительно для последнего времени. Она как поведенческая черта индивида и социальный феномен существует рядом с человечеством на протяжении всей истории.

В детской психологии и дошкольной педагогике многие специалисты занимались исследованием проявления агрессии в подростковом возрасте (З. Фрейд, К. Лоренц, Л. Берковиц, А. Басс, А. Бандура, А.Д. Гонеев, Л.М. Семенюк, М.Н. Жарова, О.Ю. Михайлова, А.А. Реан, С.Л. Соловьев, И.А. Фурманов).

Анализ психолого-педагогической литературы и практического опыта выявляет противоречие между растущей потребностью в формировании у подростков навыков управления агрессией и недостаточной разработанностью программ и подходов, направленных на ее преодоление. С одной стороны, общество сталкивается с увеличением случаев агрессивного поведения среди молодежи, что подчеркивает важность работы с этой проблемой и необходимость подготовки подростков к конструктивному взаимодействию с окружающими. С другой стороны, не все образовательные учреждения и организации обладают достаточными ресурсами и

методическими материалами для эффективного вмешательства, что затрудняет реализацию необходимых программ формирования социальных навыков и управления агрессией. Это противоречие требует пристального внимания учителей, педагогов и психологов, чтобы выработать эффективные стратегии, позволяющие подросткам справляться с агрессивными импульсами и развивать навыки позитивного общения.

Противоречие, которое приводит к многочисленным негативным последствиям, как для агрессора, так и для жертвы. Это противоречие требует пристального внимания учителей, педагогов и психологов, чтобы выработать эффективные стратегии, позволяющие подросткам справляться с агрессивными импульсами и развивать навыки позитивного общения. Проблема данного исследования состоит в том, что агрессивное поведение мешает учебному процессу, создает неблагоприятную атмосферу в школах, способствует увеличению случаев буллинга, а также негативно влияет на психическое здоровье (депрессия, тревожность и низкая самооценка).

Исходя из актуальности данной проблемы, сформулирована тема исследования: «Психологические особенности проявления агрессии в подростковом возрасте».

Целью исследования является изучение особенностей проявления агрессии среди подростков и выявление возможных факторов, влияющие на агрессивное поведение.

Объект исследования: агрессия как психологический феномен.

Предмет исследования: особенности проявления агрессии у подростков.

Гипотеза исследования: своевременное выявление психологических особенностей проявления различных форм агрессивного поведения, включая вербальную агрессию и физические конфликты в подростковом возрасте будет возможным, если:

– проводятся регулярные психологические исследования;

- реализована программа обучения специалистов и родителей к распознаванию и пониманию проявлений агрессии, а также методов эффективного реагирования на такие проявления;
- своевременно разрабатываются и реализуются образовательные программы, направленные на развитие навыков общения, разрешения конфликтов и самокоррекции агрессии;
- используется индивидуальный подход к каждому подростку.

Исходя из выдвинутой гипотезы, были определены задачи исследования:

- изучить психолого-педагогическую литературу, касающуюся темы исследования;
- провести экспериментальное исследование характеристик проявления агрессии в подростковом возрасте;
- проанализировать полученные результаты и предложить рекомендации для коррекции агрессивного поведения у подростков.

Теоретико-методологической основой данного исследования явились:

- теоретические предположения основоположников психоанализа, таких как: З. Фрейд, К. Лоренц, Л. Берковиц, А. Басс, А. Бандура, А.Д. Гонеев, А.А. Реан;
- теоретические концепции Л.М. Семенюк, М.Н. Жаровой, О.Ю. Михайловой о влиянии родителей и окружающей среды на формирование агрессивных тенденций среди подростков;
- теоретические предположения С.Л. Соловьева, И.А. Фурманова – об исследованиях в области агрессии и конфликта, как индивидуальных особенностей личности.

С целью реализации вышеперечисленных задач были использованы следующие методы исследования:

- анализ научной литературы, учебных пособий по тематике агрессии в подростковом периоде;

- проведение экспериментального исследования с помощью диагностического тестирования и социальных опросов;
- экстраполяция эмпирических данных (анкетирование, тестирование, наблюдение, интервьюирование);
- составление рекомендаций по преодолению и профилактике проявлений агрессии у подростков.

Экспериментальная база исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Средняя Общеобразовательная школа № 1 имени героя Советского Союза Ивана Сивко города Североморск, Мурманской области. В исследовании приняли участие 23 ученика 10 «В» класса возраста 16-17 лет.

Новизна исследования заключается в том, что в нем предложены методики, направленные на выявление и диагностику проявления агрессии, предполагающие создание комплексного подхода к работе с подростками и способствуя гармоничному развитию личности подростков. Ввиду возможности раннего выявления потенциальных агрессивных тенденций появляется возможность выбора альтернативной стратегии поведения учителей и психологов.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что в нем выявлено целостное представление о проблеме подростковой агрессии, исследован ряд ключевых механизмов, приводящих к формированию и развитию агрессивных проявлений в подростковом возрасте, и выделены факторы, способствующие росту агрессивности у подростков в контексте психологического и социального развития личности. Кроме того, данное исследование позволяет углубить понимание взаимодействия между различными аспектами подростковой жизни, такими как семья, школа и сверстники, что является важным для комплексного подхода к решению данной проблемы.

Практическая значимость исследования определяется тем, что получены результаты исследований для коррекции агрессивного поведения и приведена методика работы для подавления агрессивных проявлений для родителей и учителей. Эти рекомендации могут быть использованы в образовательных учреждениях и в рамках семейного воспитания, что значительно повысит эффективность работы с подростками, проявляющими агрессивное поведение. Разработанные рекомендации способствуют созданию безопасной и поддерживающей обстановки среди молодежи, что способствует улучшению психологического климата в школе и дома.

Структура бакалаврской работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (24 наименования) и 4 приложений. Для иллюстрации текста используется 5 таблиц и 3 рисунка. Основной текст работы изложен на 50 страницах. Общий объем работы с приложениями – 54 страницы.

Глава 1 Теоретические аспекты проблемы проявления агрессии в подростковом возрасте

1.1 Анализ характеристики агрессии в контексте отечественной и зарубежной психологии

Агрессия – это термин, который имеет глубокие исторические корни и развитую теоретическую базу в области психологии. Рассмотрим его этимологию и использование в психологическом контексте.

Происхождение слова «агрессия» произошло от латинского слова «aggressio», что означает «нападение» или «преступление». В латинском языке корень «-ag» связан с действием, движением, а суффикс «-essio» указывает на процесс. Таким образом, термин изначально подразумевал активное вторжение или воздействие [6].

В начале XX века термин «агрессия» начал входить в психологическую литературу, в основном в контексте анализа человеческого поведения. Психологи начали исследовать природу агрессивного поведения в различных его проявлениях. Зигмунд Фрейд, основоположник психоанализа, уделял внимание агрессии как одной из примитивных инстинктивных сил человеческой природы. Он рассматривал агрессию как неотъемлемую часть психической жизни, связанную с инстинктом жизни (Эрос) и инстинктом смерти (Танатос) [3].

В 1930 – 1950-е годы исследования агрессии начали углубляться, и такая теория, как теория фрустрации-агрессии, получила широкое распространение. По этой теории, агрессия возникает как реакция на фрустрацию.

Альберт Бандура в своих работах в 1960-х годах расширил понятие агрессии, добавив к нему аспект научения через наблюдение. Эта концепция

изменила восприятие агрессии, рассматривая её как поведенческую реакцию, приобретаемую в процессе социализации [2].

В последние десятилетия термин «агрессия» стал более разнообразным, охватывающим различные формы – от физической до вербальной и даже эмоциональной агрессии. Исследования учёных стали включать влияние медиа, культурные особенности и нейробиологические аспекты агрессии.

Агрессия, как термин в психологии, прошел долгий путь от своих латинских корней до современного научного использования, охватывая различные аспекты человеческой природы и поведения [12]. Актуальные исследования продолжают развивать понимание агрессии, её причин и последствий в различных контекстах [1].

В отечественной психологии агрессия рассматривается как многогранное явление, проявляющееся в различных формах, включая социальную, вербальную и физическую агрессию.

Исследования, проведенные под руководством таких ученых, как Л.С. Выготский и А.Н. Леонтьев, подчеркивают значимость социального контекста и культурных факторов в формировании агрессивного поведения [9].

В отечественной психологии акцентируется внимание на роли семейной среды и воспитания в проявлении агрессии у подростков и рассматривается как сложное и многослойное явление.

Существует значительное число научных исследований, посвящённых подростковой агрессии. В большинстве из них анализируются факторы, способствующие её возникновению, включая социальное давление, конфликты с родителями и сверстниками, а также влияние медиа. Подчёркивается взаимосвязь между агрессивным поведением и эмоциональной нестабильностью в критический период подросткового развития. В отечественной практике основное внимание уделяется профилактическим мерам и коррекции агрессивного поведения с помощью

специализированных образовательных программ для детей и подростков [10].

«Основные направления и аспекты изучения агрессии в отечественной психологии включают:

- психолого-педагогический подход (агрессия как результат воспитания). Исследования, проведенные под руководством таких ученых, как Л.С. Выготский, показывают, что «агрессивное поведение может быть обусловлено стилем воспитания. Например, авторитарные методы могут способствовать возникновению агрессивных реакций у детей». Одна из ключевых тем в отечественных исследованиях – влияние социального окружения, культурной среды и традиций на формирование агрессивного поведения. А.Н. Леонтьев, например, подчеркивал важность социальных факторов в психической жизни человека;
- теоретический (деятельностный) подход. Согласно этому подходу, агрессия рассматривается как функция психологической деятельности. Например, «агрессия может быть ответом на фрустрацию потребности в самореализации или социальном признании» [17];
- методический подход (экспериментальные и наблюдательные исследования). Исследователи применяют как экспериментальные, так и наблюдательные методы для изучения агрессии. Например, анализируются поведенческие реакции в различных ситуациях, теоретические модели также включают методики самооценки, специальные инструменты, позволяющие диагностировать уровень агрессии и его проявления, такие как опросники для родителей и педагогов [24].

В последние годы особое внимание уделяется исследованию влияния медиа, кино и видеоигр на агрессивное поведение. Одним из важных

аспектов является анализ негативного влияния насилия в контенте на психику молодого поколения [22].

«В зарубежной психологии существуют различные теории агрессии, среди которых выделяются поведенческая, нейробиологическая и психодинамическая. Например, теория фрустрации-агрессии акцентирует внимание на связи между фрустрацией и агрессией. Клинические исследования показывают, что агрессивное поведение может быть связано с расстройствами, такими как синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) и антисоциальное поведение. В современной зарубежной психологии усилилось внимание к нейробиологическим аспектам агрессии, изучению влияния гормонов и мозговой активности на агрессивное поведение» [9].

Зарубежная психология также активно изучает агрессию, используя различные подходы и методы. Зигмунд Фрейд рассматривал агрессию «как естественную инстинктивную реакцию, исходящую из полного комплекса влечений «Либида» и «Танатоса» [11]. Фрейд полагал, что подавленная агрессия может привести к неврозам и другим психическим нарушениям.

Некоторые исследователи, такие как Конрад Лоренц, утверждали, что агрессия – это инстинкт, который играет важную роль в эволюции. Лоренц считал, что агрессивное поведение способствует выживанию вида. Теория фрустрации-агрессии, разработанная Джоном Доллардом и его коллегами, утверждает, что «агрессия возникает в ответ на фрустрацию. По этой теории, когда человек сталкивается с препятствиями на пути к своей цели, он может реагировать агрессивно» [16].

Альберт Бандура постулировал, что «агрессия может быть выучена через наблюдение и подражание» [23]. Его известный эксперимент с куклой Бобо, проведенный в 1961 году, показал, что дети, наблюдая агрессивное поведение взрослых, сами проявляют агрессию.

Целью эксперимента было исследовать, как наблюдение за агрессивным поведением влияет на последующее поведение детей. В эксперименте участвовали группы детей в возрасте от 3 до 6 лет. Дети наблюдали за взрослым, который взаимодействовал с куклой Бобо. Взрослый показывал агрессивное поведение по отношению к кукле, бил ее, толкал, оскорблял и запугивал ее. В другой группе взрослый взаимодействовал с куклой доброжелательно, демонстрируя спокойное и дружелюбное поведение. После каждого сеанса наблюдения дети были помещены в комнату с кукол Бобо, и их поведение фиксировалось.

Дети, наблюдавшие агрессивное поведение, чаще проявляли агрессию к кукле Бобо, пример агрессивного поведения представлен на рисунке 1. Дети, наблюдавшие за добрым поведением, менее склонны были к агрессивным действиям. Возраст и пол детей также влияли на результаты: мальчики чаще демонстрировали агрессию, чем девочки.



Рисунок 1– Эксперимент с куклой Бобо А. Бандуры

«Эксперимент продемонстрировал, что поведение может быть усвоено через наблюдение, а не только через прямое обучение. Это явление стало известным как «модельное обучение». Результаты исследования радикально изменили представления о детском агрессивном поведении и оказали влияние на дальнейшие исследования в области психологии, а также на понимание воздействия медиа на поведение детей. Эксперимент с куклой Бобо стал основой для дальнейших исследований в области социального обучения и жестокости, открывая двери для обсуждения влияния медиа на детское поведение и образовательные подходы» [21].

Некоторые исследователи, такие как К. Р. Шейфф и его последователи, сосредотачиваются на роли эмоций в агрессии, утверждая, что «определенные чувства (например, гнев или обида) могут спровоцировать агрессивные действия. Влияние медиа на агрессию показывает, что насилие в медиа (телевидении, фильмах, видеоиграх) может способствовать увеличению агрессивного поведения» [20].

Ученые, такие как Грир Д. Алан и Бенджамин Д. Эберт, изучают связи между просмотром агрессивного контента и последующими действиями зрителей. Из теории социальной идентичности, разработанной Генри Тэджфелем следует, что «принадлежность к определенной социальной группе может способствовать девиантному поведению и агрессии к представителям других групп» [20]. Некоторые психологи исследуют агрессивное поведение в реальных условиях, анализируя, например, случаи насилия в школах или сообществах.

«Зарубежные и отечественные психологии рассматривают агрессию как результат интеграции различных факторов, в отечественной психологии больший акцент делается на социальных и культурных аспектах, в то время как зарубежная психология акцентирует внимание на биологических и индивидуальных различиях. Это различие в подходах позволяет получить

более полное понимание феномена агрессии и разрабатывать эффективные методы для его изучения и коррекции» [8].

Эти классификации помогают исследователям и психологам лучше понимать агрессивное поведение и разрабатывать способы его коррекции и управления, а также способы предотвращения конфликтов и насилия в обществе.

Определения агрессии, представленные в таблице 1, показывают многообразие подходов к пониманию агрессии и подчеркивают её сложную природу, зависящую от контекста и различных факторов, однако в отечественной психологии предлагается комплексный подход к пониманию агрессии, рассматривая ее как результат взаимодействия личных, социальных и культурных факторов. Это «позволяет разрабатывать более эффективные стратегии для профилактики и лечения агрессивного поведения в различных возрастных группах» [19].

Таблица 1 – Определение агрессии различными авторами

Автор	Определение
С.Л. Соловьева	«Агрессия– социальное явление, которое включает в себя не только физическое насилие, но и психическое воздействие, направленное на унижение или изоляцию других» [24]
В.П. Пошивалов	«Агрессия – комплекс поведений, направленных на нанесение вреда или причинение страдания другому, как на уровне личных взаимодействий, так и в массовом контексте»[18]
М.Н. Жарова	«Агрессия – реакция, возникающая в ответ на различные стрессы. При этом выделяет как конструктивные, так и деструктивные аспекты агрессивного поведения» [15]
А.А. Реан	«Агрессия – поведение, которое направлено на создание угрозы или причинение физического или психологического вреда, подчеркивая ее многогранность и зависимость от контекста» [5]
А. Басс (Arnold Buss):	«Агрессия – форма поведения, которая включает как физическое насилие, так и вербальную агрессию, и обозначает её как ответ на реальные или воспринятые угрозы» [16]

Продолжение таблицы 1

Автор	Определение
Д. Майерс (David Myers)	«Агрессия – любое физическое или вербальное поведение, направленное на причинение вреда или боли другим, либо действует косвенно, например, через разрушение собственности» [22]
Р. Бэрн (Robert Baron):	«Агрессия – поведенческая реакция, направленная на причинение вреда, которая может быть как преднамеренной, так и спонтанной» [7]
С. Ричардсон (R. Sirs Richardson)	«Агрессия может проявляться как в ответ на фрустрацию, так и как способ самозащиты, а её природа варьируется в зависимости от культурного и социального контекста» [22]

Наиболее полную классификацию агрессивного поведения разработал Арнольд Басс с в 1967 году.

Классификация агрессивного поведения по А. Бассу позволяет лучше понимать различные проявления агрессии и их контекст:

- физическая агрессия включает в себя действия, направленные на причинение вреда другому человеку физически (удары, толчки и другие). Вербальная агрессия проявляется в словесных нападках, оскорблениях и угрозах, которые могут также нанести психологический вред;
- активная агрессия – это прямые действия, направленные на агрессивное поведение (например, драка или конфликт). Пассивная агрессия проявляется в не прямых действиях, таких как игнорирование, сарказм или уклонение от решения проблем, что может вызвать разочарование у других;
- прямая агрессия направлена на определённую цель или человека (например, удар в лицо). Косвенная агрессия реализуется через косвенные методы, такие как шептание сплетен или манипуляции, которые могут причинить вред другим людям, но при этом не очевидны как агрессивные действия.

1.2 Особенности выражения агрессии у подростков

Специфика проявления агрессии у подростков обусловлена рядом психологических, социальных и физиологических факторов. Неспособность эффективно управлять эмоциональными состояниями приводит к импульсивным реакциям [6].

Рассмотрим аспекты, которые стоит учитывать:

- психоэмоциональное развитие, так как подростковый возраст характеризуется резкими эмоциональными изменениями и поиском идентичности. Эти процессы могут приводить к агрессивным реакциям, особенно в условиях стресса или восприятия угрозы. Перепады настроения, неуверенность в себе и желание утверждать свою независимость часто становятся триггерами для агрессивного поведения;
- социальное окружение, так как подростки часто подвержены внешнему давлению со стороны сверстников, что может, как способствовать агрессии (например, из-за желания соответствовать группе), так и снижать её. Давление со стороны окружающих может подталкивать подростков к агрессивным поступкам для соответствия социальной группе. Соперничество и конфликты за статус или популярность среди ровесников также способствуют агрессивным проявлениям;
- физиологические изменения, так как гормональные изменения, характерные для подросткового возраста, могут влиять на уровень агрессии. Увеличение уровней тестостерона, например, связано с повышением агрессивного поведения у мальчиков;
- различные типы агрессии, так как «подростки могут проявлять как физическую агрессию (драки, физическое превосходство), так и вербальную (оскорбления, травля), а также косвенную агрессию

(игнорирование, манипуляции). В последние годы наблюдается рост агрессии в цифровом пространстве – кибербуллинг становится распространённым явлением среди подростков» [21];

- роль модели поведения, такие как подражание агрессивному поведению родителей, героев фильмов, видеоигр и популярных медиа может способствовать развитию агрессивных черт у подростков. Это подчеркивает важность положительных моделей поведения;

- социальные навыки и стратегии разрешения конфликтов из-за недостатка навыков общения и разрешения конфликтов может приводить к агрессивному поведению. «Подростки, не умеющие конструктивно выражать свои эмоции, чаще прибегают к агрессии как способу справляться с напряжением» [20];

- агрессия как «способ самовыражения подростков, которые используют агрессию как способ привлечения внимания или выражения протестов против чего-то (например, социальной несправедливости, авторитарного стиля воспитания). Низкая самооценка может провоцировать агрессивные действия, направленные на защиту своего достоинства или подавление чувства ущербности. Уверенные в себе подростки, как правило, способны лучше справляться со своими эмоциями и конфликтами» [17].

Агрессия у подростков – сложное явление, требующее внимания как со стороны родителей и педагогов, так и со стороны специалистов в области психологии [16]. Важно помочь подросткам развивать навыки эмоционального интеллекта, эффективного общения и конструктивного разрешения конфликтов для уменьшения проявлений агрессивного поведения.

Рассмотрим подробнее формы агрессии:

- физическая агрессия – действия, направленные на причинение физического вреда другому человеку. Примеры: драки и физические

столкновения, удары или нападения, подталкивания или бросание предметов. Причины: конфликты между сверстниками, неумение контролировать эмоции или желание утвердить свою силу. Может также быть вызвана влиянием окружения и моделей поведения, наблюдаемых в семье или сообществе;

– вербальная агрессия – использование слов для оскорбления, унижения или запугивания другого человека. Примеры: оскорбления, ругань и насмешки, угрозы или запугивания, распространение слухов или сплетен. Часто такая форма агрессии появляется в результате недостатка уверенности в себе или желания быть принятым в группе сверстников. Вербальная агрессия может быть легче осуществима в условиях, когда подросток чувствует, что ему не хватает физических сил [14];

– психологическая агрессия – манипулятивные действия или психологическое воздействие, целью которых является причинение эмоционального страдания другим. Примеры: игнорирование или избегание человека, использование манипуляций для контроля над другими, создание чувства вины или стыда. Причина часто обусловлена неуверенностью, страхом быть отвергнутым или стремлением контролировать окружающих. Такой тип агрессии может быть менее заметен, но при этом очень разрушителен;

– социальная агрессия – действия, направленные на причинение вреда социальной репутации или статусу другого человека. Примеры: исключение человека из группы или компании, сплетни и слухи, направленные на подрыв доверия, неприятие и избегание со стороны сверстников. «Подростки могут использовать социальную агрессию для укрепления своих позиций в группе или для того, чтобы отомстить за реальную или мнимую обиду. Часто такая форма агрессии проявляется в контексте сложных социальных взаимодействий и

конкуренции. Эта форма агрессии особенно вредоносна, так как она может оставить долгосрочные психологические травмы и негативно влиять на социальные взаимоотношения и самооценку подростка. Жертвы социальной агрессии часто испытывают тревогу, депрессию, низкую самооценку и даже посттравматическое стрессовое расстройство» [12]. Эти состояния могут длиться долго и затруднять жизнь и взаимоотношения в будущем;

– «киберагрессия (кибербуллинг) – это агрессивное поведение, проявляющееся через цифровые средства общения, такие как социальные сети, мессенджеры и игровые платформы. Примеры: оскорбления или угрозы, отправленные через сообщения, публикация унижительных или компрометирующих материалов о других, размещение ложной информации с целью подорвать репутацию. Кроме того, кибербуллинг характеризуется систематическим преследованием человека через сообщения или публикации, что приводит к психологическим травмам и нарушению психоэмоционального состояния жертвы» [11]. Анонимность интернет – пространства может снижать уровень эмпатии и увеличивать вероятность агрессивного поведения. Подростки могут не осознавать последствия своих действий из-за дистанции и отсутствия физического контакта.

Каждая из форм агрессии имеет свои корни и механизмы проявления. Понимание этих форм важно для выявления и коррекции агрессивного поведения у подростков. Эффективные подходы к решению проблем агрессии могут включать обучение навыкам разрешения конфликтов, развитие эмоционального интеллекта и создание поддерживающей социальной среды.

1.3 Факторы и методы профилактики и коррекции агрессивного поведения в подростковом периоде

Агрессивное поведение в подростковом возрасте является одной из наиболее актуальных и сложных проблем в области психологии и педагогики. Этот период характеризуется значительными изменениями как на физиологическом, так и на психологическом уровнях. Подростки сталкиваются с множеством вызовов, включая идентификацию собственной личности, формирование социального окружения и установление отношений со сверстниками, что может провоцировать различные эмоциональные реакции, в том числе агрессию.

Профилактика и коррекция агрессивного поведения в подростковом возрасте представляют собой сложный и многогранный процесс, требующий системного подхода, включающего аспекты психологии, социологии и педагогики.

Для успешной профилактики и коррекции агрессивного поведения в подростковом возрасте необходимо учитывать, как индивидуальные, так и социальные аспекты. Комплексный подход, сочетающий психосоциальные и образовательные меры, создает условия для формирования здоровой личности и снижает проявления агрессии.

Профилактика и коррекция агрессивного поведения должны быть направлены на создание позитивной социокультурной среды, в которой подростки смогут развивать конструктивные навыки общения и управления эмоциями. Это включает в себя как психосоциальные, так и образовательные меры, которые поддерживают здоровье и благополучие подростков.

Подобный подход к выявлению факторов и методов профилактики агрессии может способствовать формированию здоровых взаимоотношений в подростковом сообществе и созданию безопасной образовательной среды,

важной для гармоничного развития личности. Рассмотрим условия и способы коррекции агрессии среди подростков в Таблице 2.

Таблица 2– Условия и способы коррекции агрессии

Условие предупреждения агрессии	Способ коррекции агрессии в подростковом возрасте
Создание поддерживающей среды	Обеспечение безопасного и комфортного пространства для подростка дома и в школе, где он может открыто выражать свои чувства. Установка доверительных отношений между подростком и взрослыми (родителями, учителями) для обсуждения проблем и поиска решений
Образование и осведомленность	Проведение тренингов и семинаров по эмоциональному интеллекту и управлению агрессией. Обучение подростков навыкам решения конфликтов, которые помогут им находить альтернативные способы разрешения споров без применения физической силы или грубости
Развитие социальных навыков	Внедрение программ по улучшению социальных взаимодействий, направленных на развитие навыков общения и эмпатии. Организация групповых активностей и командных игр, которые способствуют сотрудничеству и взаимопониманию среди подростков
Моделирование положительного поведения	Пример взрослых: родители и учителя должны демонстрировать положительные модели поведения в конфликтных ситуациях. Использование литературных произведений, фильмов и театральных постановок, где прививаются идеи о ненасильственном разрешении конфликтов (Л.Н. Толстой «Анна Каренина», Ф.М. Достоевский «Братья Карамазовы»)
Поддержка и помощь специалистов	Обратитесь к психологу или консультанту, если агрессивные проявления становятся регулярными и выраженными. Специалисты могут предоставить подходящие методы коррекции поведения. Индивидуальная терапия или групповые занятия могут помочь подросткам осознать корни своих агрессивных реакций и найти способы их преодоления
Поощрение конструктивных форм самовыражения	Занятие творчеством (рисование, музыка, театр) как способом выпуска накопленных эмоций и стресса. Спорт и физическая активность создают возможность выпустить энергию и снизить уровень агрессии, улучшая общее эмоциональное состояние

Агрессия может проявляться в различных формах: от вербального насилия до физического, и может быть, как реакцией на стресс и фрустрацию, так и способом самовыражения. Статистический анализ показывает, что агрессивное поведение среди подростков нередко ведет к серьезным последствиям, таким как проблемы с законом, нарушения в учебной деятельности, трудности в социальной адаптации и негативное влияние на психическое здоровье как самого подростка, так и окружающих.

Важно понимать, что агрессивное поведение не возникает из ниоткуда, оно часто является следствием взаимодействия различных факторов. В этом контексте различают индивидуальные аспекты, такие как личностные характеристики, эмоциональная зрелость, уровень самооценки и психическое здоровье, а также социальные аспекты, включая семейную среду, влияние сверстников и образовательную обстановку.

Существует множество теория и моделей, пытающихся объяснить источники агрессивного поведения, включая биологические, психодинамические, поведенческие и социальные подходы. Однако для эффективного решения этой проблемы необходим комплексный подход, который учитывает все эти факторы.

Глава 2 Экспериментальное исследование проявлений агрессии в подростковом возрасте

2.1 Цели и задачи исследования агрессивного поведения подростков

Основная цель данного исследования заключается в экспериментальной психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у старших подростков. Исследование будет осуществлено в три этапа.

Первый этап предварительного исследования. На данном этапе осуществляется систематизация и анализ существующих научных источников, формулируется основная цель исследования, а также гипотеза, основанная на предварительном анализе собранного материала. В рамках организационной структуры особое внимание уделяется разработке модели психолого-педагогической коррекции и созданию необходимой инфраструктуры для реализации исследования.

Второй эмпирический и экспериментальный этап включает в себя несколько критически важных компонентов, каждый из которых вносит значительный вклад в достижение заявленных целей. Целью данного этапа является:

- выявление существующих проблем и определение факторов, способствующих агрессивному поведению;
- анализ полученных данных для выявления распространенности агрессивного поведения, а также его основных проявлений, причин и возможных последствий;
- формирующий эксперимент включает разработку и внедрение целенаправленных программ и мероприятий, направленных на снижение агрессивного поведения.

Программа эмпирического и экспериментального этапа может включать:

- тренинги по коммуникации и управлению эмоциями;
- работу с родителями и педагогами для создания поддерживающей среды;
- разработку групповой терапии или индивидуальных сессий с психологом;
- проведение семинаров и мастер–классов, на которых подростки смогут изучить альтернативные способы разрешения конфликтов;
- мониторинг и оценку эффективности. После внедрения программы будет осуществляться мониторинг ее результатов с помощью повторного обследования и оценки динамики уровня агрессивного поведения. Это позволит не только оценить результативность внедренных мероприятий, но и внести коррективы в программу при необходимости.

Третий этап – констатирующий эксперимент. На данном этапе проводится первичное обследование и диагностика уровня агрессивного поведения среди старших подростков. Для этого могут быть использованы различные методики, включая опросники, анкетирования и наблюдения. Данный этап направлен на оценку достигнутых результатов и обобщение полученных данных для дальнейшего их использования. Этот этап включает в себя несколько ключевых процессов:

- повторное обследование с использованием тех же методов и инструментов, которые применялись на констатирующем эксперименте. Это позволит сравнить данные и определить, произошли ли изменения в уровне агрессивного поведения после внедрения программ и мероприятий;
- анализ результатов, полученных данных после повторного обследования, для проведения анализа и сравнения с исходными

результатами для выявления степени эффективности реализованных программ и мероприятий, а также наличие положительных изменений в поведении подростков;

- обобщение и интерпретация данных на основании анализа полученных результатов.

Обобщение и интерпретация данных могут включать в себя:

- выявление основных тенденций в снижении агрессивного поведения;
- определение факторов, которые могли повлиять на изменения (например, возрастные, половые, социальные);
- анализ отдельных случаев успешного и неуспешного вмешательства;
- разработку рекомендаций на основании полученных результатов.

По завершении третьего этапа будут сформулированы рекомендации для практических специалистов (психологов, педагогов, социальных работников), а также для родителей и подростков. Эти рекомендации могут касаться как индивидуальных подходов к работе с подростками, так и масштабных программ на уровне школ или других образовательных учреждений и включают в себя подготовку отчета. Результаты исследования могут быть оформлены в виде отчетов, статей и публикаций. Это позволит поделиться опытом и рекомендациями с широкими аудиториями, а также может послужить основой для дальнейших исследований в данной области. Для лучшей визуализации и восприятия результатов можно использовать графики, диаграммы и таблицы, которые наглядно продемонстрируют изменения в уровне агрессивного поведения и другие ключевые аспекты исследования.

Таким образом, эти этапы «всесторонне охватывает проблему агрессивного поведения у старших подростков, от диагностики до внедрения и оценки эффективности вмешательств, что обеспечивает комплексный подход к решению проблемы агрессии среди подростков, является важным элементом, который обеспечивает не только проверку эффективности

вмешательства, но и формирование базы для дальнейших исследований и практических рекомендаций по работе с агрессивным поведением подростков» [13].

В экспериментальном исследовании участвовали ученики Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Средняя Общеобразовательная школа № 1 имени героя Советского Союза Ивана Сивко 16-17 лет 10 «В» класса в количестве 23 человек.

2.2 Примененные методики для определения уровня агрессии подростков

Подростковый возраст является критическим этапом в развитии личности, когда происходят значительные изменения, как в физическом, так и в психологическом плане. Психологические исследования, ориентированные на агрессию, позволяют выявить предрасположенность подростков к агрессивному поведению, что может способствовать разработке профилактических мер и вмешательств. Важно понимать, что агрессия может проявляться не только в физической форме, но и в социальной, вербальной и эмоциональной агрессии, что требует комплексного подхода к ее изучению. «Подростки возраста 10-11 класса находятся на этапе формирования идентичности, социальной самооценки и межличностных отношений. В этот период особенно остро проявляется влияние сверстников, а также социальных и семейных факторов, что может предопределять уровень агрессивности. Исследование этих аспектов позволяет получить ценные данные о влиянии различных стрессоров и факторов риска, а также о механизмах, способствующих как проявлению агрессии, так и ее сдерживанию. Результаты таких исследований могут иметь практическое значение для образовательных учреждений. Выявление паттернов агрессивного поведения среди подростков позволяет разработать программы

по профилактике агрессии и пропаганде ненасильственного общения, а также осуществить поддержку для тех, кто сталкивается с подобными трудностями» [16]. Кроме того, такие программы могут способствовать созданию более безопасной и поддерживающей образовательной среды.

Изучение методов выявления агрессии среди подростков способно внести вклад в более широкие социальные и культурные исследования, учитывающие воздействие медиа, современных технологий и культурных изменений на развитие молодых людей, влияние социальных медиа, о которых следует помнить при исследовании современных форм агрессии. Такие исследования могут улучшить понимание психопатологии и предрасположенности к различным психическим расстройствам. Оценка уровня агрессии в подростковом возрасте поможет выявить группы риска и своевременно предоставить необходимую помощь и поддержку.

Психологические исследования, направленные на выявление агрессии среди подростков 15-17 лет, являются не только важным инструментом для понимания социализации молодежи, но и необходимым шагом к разработке эффективных стратегий профилактики и интервенции, способствующих улучшению качества жизни подростков и их взаимодействию с окружающим миром.

Рассмотрим методы и методики для выявления агрессивного поведения старших подростков:

- теоретические методы – это совокупность подходов и приемов, используемых для исследования явлений и процессов в различных областях науки. Эти методы помогают формировать теории, обосновывать гипотезы и открывать новые направления в научных исследованиях;
- эмпирические методы – это подходы, основанные на наблюдении, эксперименте и сборе данных, которые позволяют исследователям изучать психические процессы и поведение человека. Эти методы

помогают получить объективные данные, которые можно анализировать количественно или качественно;

– математико-статистические методы – это подходы, которые используют математические и статистические инструменты для анализа данных, полученных в ходе эмпирического исследования. Эти методы позволяют психологам проводить количественный анализ, выявлять закономерности, устанавливать отношения между переменными и проверять гипотезы.

Теоретические методы включают:

– «анализ психолого-педагогической литературы, изучение имеющихся теорий и подходов к коррекции агрессивного поведения» [14];

– «анализ результатов констатирующего и формирующего эксперимента, систематизация и интерпретация данных, полученных в ходе эксперимента» [8].

Эмпирические методы включают:

– «эксперимент, направленный как на констатацию, так и на формирование изменений с целью оценки и коррекции уровня агрессивного поведения. Экспериментальный класс подвергался специализированным психолого-педагогическим интервенциям, ориентированным на оптимизацию эмоциональной регуляции и снижение проявлений агрессивности» [18];

– «методика А. Бассом и А. Дарки для классификации и анализа разнообразных форм агрессивного поведения» [8];

– тестирование по методикам диагностики показателей и форм агрессии для получения всесторонней картины агрессивного поведения (Приложение А);

– «методика Кука-Медлея для измерения уровней цинизма, агрессивности и враждебности, а также проведения глубокого анализа

личностных характеристик, связанных с проявлением агрессивного поведения» [21].

Математические методы исследования в психологии обеспечивают объективность и строгую доказательную базу для выводов, что позволяет лучше понять сложные психические явления и процессы. Математические методы способствуют интеграции психологии с другими науками, такими как экономика, социология и медицина и включают:

- «метод математической обработки данных для количественного анализа собранных данных использовался Т-критерий Вилкоксона (Приложение Б), позволяющий оценивать значимость изменений в уровнях агрессивного поведения до и после интервенции» [7];
- кластерный анализ для выявления групп подростков с похожими характеристиками агрессивного поведения, что способствовало более глубокому пониманию проблемы и формированию целевых стратегий вмешательства.

Эти методы в комплексе обеспечили объективное и всестороннее изучение агрессивного поведения среди старших подростков, а также эффективность проведенной психолого-педагогической коррекции. Анализ эмпирических данных исследования показал:

- подростки с высоким уровнем эмоциональной нестабильности проявляют более частые и интенсивные формы агрессии. Это указывает на необходимость создания поддерживающей среды, где подростки могли бы развивать навыки эмоциональной регуляции;
- «социальная поддержка со стороны родителей и друзей снижает уровень агрессивного поведения у подростков» [16];
- подростки, имеющие опыт буллинга, более склонны к проявлению агрессии как защитной реакции. Это подчеркивает важность работы с жертвами буллинга и создания безопасной школьной среды.

Проведенное исследование помогло выявить ключевые факторы, влияющие на агрессивное поведение подростков, и разработать соответствующие стратегии профилактики и вмешательства. «Понимание причины агрессии у подростков может способствовать более глубокому осмыслению проблем психического здоровья в этой возрастной группе» [12]. Постоянные исследования агрессивного поведения могут помочь в выявлении факторов риска и в разработке методов профилактики и коррекции. Эти дополнения призваны более глубоко осветить не только методы исследования, но и практические аспекты работы с агрессивным поведением подростков, предоставляя более широкую основу для дальнейших исследований и практик в этой области.

2.3 Анализ эмпирических данных

В таблице 3 представлен анализ опытно – экспериментального исследования учащихся в количестве 23 ученика 10 «В» класса физико-математической направленности, среди которых 7 девочек и 16 мальчиков.

Таблица 3 – Эмпирические данные

Данные	Описание
Описание класса	Класс отличается высокой активностью и творческим подходом. Большинство учеников имеют лидерские качества, что иногда приводит к конфликтным ситуациям, так как каждый из них придерживается своей точки зрения и не желает компромиссных решений. Тем не менее, учащиеся проявляют открытость к взаимодействию и активно общаются между собой
Работа с классом	В ходе совместной работы удалось оперативно установить контакт с учениками и донести до них значимость раннего разрешения конфликтов. Несмотря на наличие различных точек зрения, учащиеся проявляют интерес к совместной деятельности и стремятся развивать командный дух. Они активно участвуют в тренингах, показывают желание к самопознанию и обладают склонностью к анализу и размышлениям.

Продолжение таблицы 3

Данные	Описание
Психологические особенности	У учащихся наблюдается склонность к самодовольству и недостаточно адекватная самооценка, что иногда приводит к нетерпимости к критике. В классе выражен высокий уровень притязаний, а также присутствует механизм психологической защиты, такой как проекция
Эмоциональные контакты	Большинству учащихся требуется определённый временной промежуток для формирования глубоких эмоциональных связей. Подростки часто проявляют защитное поведение и склонны к деструктивному самоутверждению, что может быть связано с их стремлением минимизировать негативные эмоции в конфликтных ситуациях. В экстраординарных условиях некоторые ученики могут перекладывать ответственность на окружающих или стремиться оставаться незаметными, что также подчеркивает их эмоциональные и социальные трудности в этот период.
Методологические исследования	Для изучения агрессивного поведения студентов в классе применялись две методики. Одной из основных является методика диагностики состояния агрессии, разработанная А. Бассом и А. Дарки. Этот инструмент дает возможность тщательно оценить уровень агрессии в группе, выявить ее преобладающие формы и установить индексы агрессии и враждебности как к себе, так и к другим

Учащиеся были проинструктированы ответить на 75 утверждений, ставя знак «+» в случае согласия с утверждением и знак «—» в случае несогласия. Такая форма предоставляет исследователям ценную информацию о том, как учащиеся воспринимают и реагируют на различные ситуации, позволяя выявить основные тенденции в их агрессивном поведении и самооценке.

Цели и задачи методики измерения агрессивных и враждебных реакций А. Басса и А. Дарки включают:

- «определение доминирующих видов агрессии: анализируя ответы, можно выявить, какие формы агрессии (например, вербальная, физическая или косвенная) преобладают среди учащихся» [4].;
- расчет индекса агрессии: с помощью полученных данных можно вычислить общий уровень агрессии в классе [12];

– «анализ враждебности: методика также позволяет оценить уровень враждебности, который ученики испытывают по отношению как к себе, так и к окружающим» [12].

Полученные данные помогут не только понять уровень и виды агрессии в классе, но и выработать стратегии для улучшения взаимодействия среди учащихся, а также разработать рекомендации по разрешению конфликтов и укреплению психологического климата в коллективе. Это может способствовать более эффективному развитию лидерских качеств, сотрудничества и эмоциональной поддержки среди учащихся.

А. Басс и А. Дарки разделяет понятия агрессии и враждебности, определяя враждебность как: «...реакцию, порождающую негативные эмоции и отрицательные оценки по отношению к людям и событиям» [19].

В рамках своего опросника, который различает различные формы агрессии и враждебности, они выделили несколько типов реакций:

- физическая агрессия – применение физической силы по отношению к другому индивиду;
- косвенная агрессия – агрессия, направленная на объект непрямым образом или не имеющая конкретного адресата;
- раздражение – предрасположенность к проявлению негативных эмоций даже в ответ на незначительные стимулы (вспыльчивость, грубость);
- негативизм – противодействующее поведение, колеблющееся от пассивного сопротивления до активной борьбы с установленными нормами и правилами;
- обида – переживание зависти и ненависти к окружающим за реальные или мнимые обиды;
- подозрительность – уровень недоверия и осторожности к людям, достигающий убеждения, что другие намерены нанести вред;

- вербальная агрессия – выражение негативных эмоций через формы (крики, визги) и содержание словесных реакций (угрозы, проклятия);
- чувство вины – субъективное ощущение своей неприемлемости и совершения зла, проявляющееся через угрызения совести.

Показатели результатов исследования состояний агрессивных и враждебных реакций по методике Басса-Дарки представлены на рисунке 2.

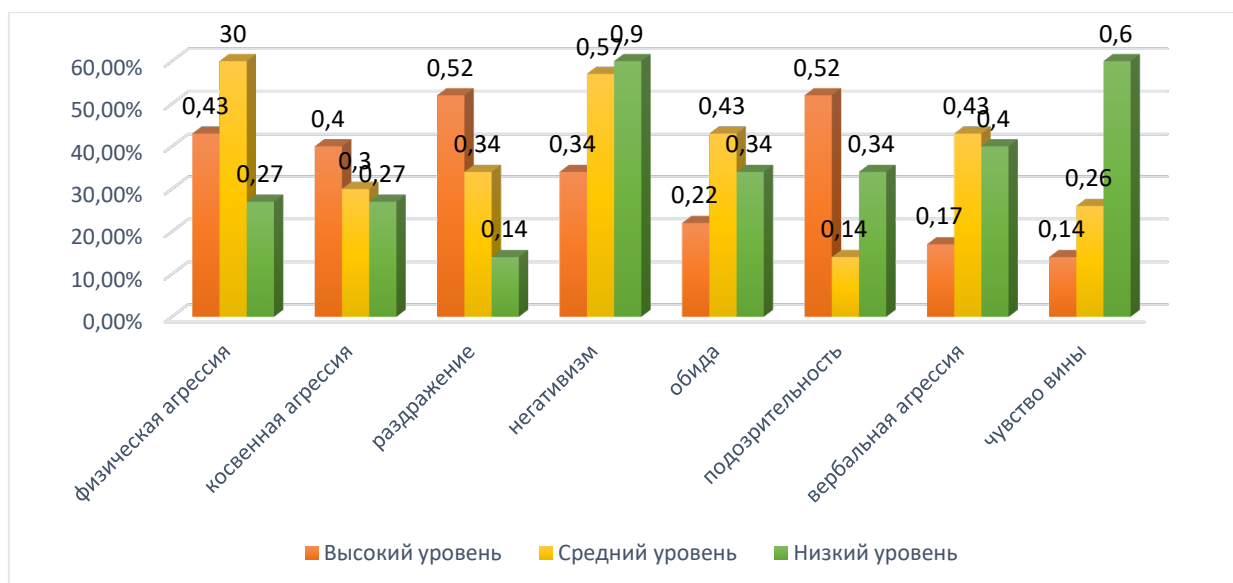


Рисунок 2 - Показатели результатов исследования состояний агрессивных и враждебных реакций по методике А. Басса и А. Дарки

Результаты.

По первому критерию, «физическая агрессия», высокий уровень отмечен у 43 % респондентов (10 учеников), что свидетельствует о склонности данных испытуемых применять физическую силу в отношении других. Средний уровень определен у 30 % (7 учеников), а низкий – у 27 % (5 учеников).

Второй критерий, «косвенная агрессия», отражает действия, направленные на других лиц или отсутствующие в адрес кого-либо. Здесь также высокий уровень составляет 30 % (7 учеников), средний – 40 % (10 учеников), и низкий – 27% (6 учеников).

Третий критерий, обозначенный как «раздражение», демонстрирует высокий уровень у 52% (12 учеников), что свидетельствует об их склонности проявлять негативные эмоции на малейшие провокации (вспыльчивость, грубость). Средний уровень обозначен у 34% (8 учеников), и низкий уровень у 14% (3 учеников).

Четвертый критерий, обозначенный как «негативизм», отражает позиционное поведение, которое может варьировать от пассивного сопротивления до активной борьбы с установленными нормами и законами. Высокий уровень наблюдается у 34% (8 учеников), средний уровень – у 57% (13 учеников), а низкий уровень – у 9% (2 учеников).

Пятый критерий, обозначенный как «обида», указывает на зависть и ненависть к окружающим за реальные или мнимые обиды. Высокий уровень обозначен у 22% (5 учеников), средний уровень – у 57% (13 учеников), а низкий уровень – у 9% (2 учеников).

Шестой критерий, обозначенный как «подозрительность», проявляется в недоверии и осторожности по отношению к другим людям. Высокий уровень установлен у 52% (12 учеников), средний уровень – у 14% (3 учеников), а низкий уровень – у 34% (8 учеников).

Седьмой критерий, обозначенный как «вербальная агрессия», выражается в негативных словесных реакциях (угрозы, оскорбления) и интонационных признаках (крик, визг). Высокий уровень отмечен у 17% (4 учеников), средний уровень – у 43% (10 учеников), а низкий уровень – у 40% (9 учеников).

Восьмой критерий, «чувство вины», выражается через угрызения совести и представляет субъективное убеждение в своей виновности. Высокий уровень установлен у 14% (3 учеников), средний – у 26% (6 учеников), а низкий – у 26% (6 учеников).

«Методика оценивания уровней выраженности по шкалам цинизма, агрессивности и враждебности Кука-Медлей предназначена для определения личностных черт и отношений к окружающим» [7].

«Шкалы враждебности» Кука-Медлей позволяет достоверно оценивать уровни агрессивного и враждебного поведения. Важно определить уровни выраженности по каждой из шкал до и после проведения коррекционной программы. Должны быть сравнения оценок, чтобы увидеть изменения в уровне цинизма, агрессивности и враждебности.

«Цинизм измеряется по шкале, выявляющей скептическое отношение к добрым намерениям людей и систему ценностей. Высокие баллы свидетельствуют о недоверии и пессимизме» [10].

Агрессивность оценивает склонность к проявлению агрессии в поведении. Высокий уровень агрессивности может указывать на частые конфликты и трудности в общении [4].

Враждебность отражает общее отношение к окружающим, включая предвзятость, недовольство и готовность к конфликтам. Высокий балл на этой шкале говорит о наличии негативных эмоций и предвзятости.

Методика позволяет выявить потенциальные проблемы в межличностных отношениях и психологическом состоянии индивида (Приложение Б).

Результаты исследования, касающиеся оценки уровней проявления цинизма, агрессивности и враждебности в соответствии с методикой «Шкала враждебности» Кука-Медлей, изображены на рисунке 3.

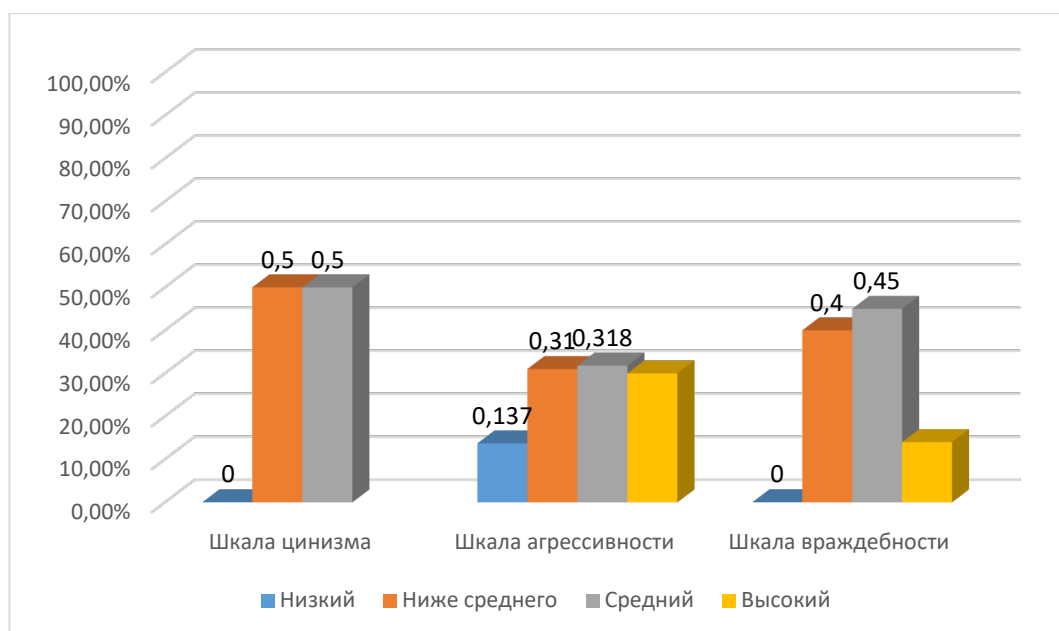


Рисунок 3 - Шкала враждебности Кука-Медлей (Cook-Medley Hostility Scale)

Результаты исследования.

По «шкале цинизма» видно, что имеет место пренебрежительного отношения к общественным устоям, безнравственном поведении и тенденции отклоняющегося поведения:

- уровень выше среднего наблюдается у 52 % (12 учеников);
- уровень ниже среднего у 48 % (11 учеников).

По «шкале агрессивности» видно, что данные учащиеся характеризуются неуравновешенностью и жесткостью в поведении по отношению к другим людям:

- низкий уровень агрессивности выявился у 13 % (3 ученика): учащиеся не уверены в собственных силах, нерешительны в выражении мнений и отстаивании взглядов;
- уровни выше среднего и ниже среднего равны и составляют по 22 % (8 учеников): учащиеся умеренно агрессивны, но успешно движутся по жизни благодаря здоровому честолюбию и самоуверенности;
- высокий уровень агрессивности наблюдается у 13 % (4 ученика).

По «шкале враждебности»:

- высокий уровень враждебности отмечен у 9% (3 ученика): их отношения и действия пронизаны неприязнью, возможно, они злопамятны;
- выше среднего преобладает у 43 % (10 учеников);
- ниже среднего наблюдается у 43 % (10 учеников);
- показатели низкого уровня не выявлены.

Отбор учащихся для формирования коррекционной группы осуществлялся на основании обобщённого анализа экспериментальных данных, полученных по различным методикам. Испытуемые, продемонстрировавшие выше среднего и высокий уровни агрессивности по одной или нескольким методикам, были включены в коррекционную группу, целью которой стало снижение уровня агрессивности среди подростков. Таким образом, результаты констатирующего эксперимента в 10 «В» классе показали, что 11 из 23 опрошенных проявили высокие показатели агрессии. Эти учащиеся были отобраны для формирования коррекционной группы, основной задачей которой является снижение уровня агрессивного поведения у старших подростков в рамках работы психологической службы школы.

Работа с данной группой будет направлена на развитие навыков управления эмоциями, улучшение коммуникации и преодоление конфликтных ситуаций. Представленные данные и выводы отражают работу программы по психолого-педагогической коррекции и могут послужить основой для дальнейшего исследования и внедрения эффективных методов работы с агрессивными подростками, что позволит создать более комфортную атмосферу как для самих учеников, их сверстников так и для всего учебного процесса.

2.4 Программа коррекционно-развивающих мероприятий для снижения уровня агрессии среди подростков

Программы коррекционно-развивающих мероприятий для снижения уровня агрессии среди подростков разрабатываются для:

- снижения уровня агрессивного поведения, для выявления и коррекции факторов, способствующих агрессивности. Они помогают подросткам осознать свои эмоции и научиться регулировать их, что в свою очередь может привести к снижению проявлений агрессии. Используются различные техники, такие как ролевые игры, обсуждение конфликтов и анализ ситуаций, чтобы подростки могли находить альтернативные способы реагирования;
- улучшения психоэмоционального состояния подростков, подавления эмоциональных бурь и стрессов. Программы помогают снизить уровень тревожности и депрессии, улучшая общее психоэмоциональное состояние. Сюда входят методики релаксации, арт-терапия и коррекционные занятия, которые способствуют выражению эмоций в безопасной обстановке;
- создания безопасной и поддерживающей среды для формирования пространства, в котором подростки чувствуют себя защищёнными. Это включает в себя не только физическую безопасность, но и создание доверительных отношений с педагогами и сверстниками. Программы могут включать группы поддержки и обсуждения, где подростки могут открыто делиться своими переживаниями;
- «повышения качества межличностных отношений с целью обучения подростков навыкам общения, активного слушания и эмпатии. Это помогает развивать здоровые отношения как с сверстниками, так и с взрослыми. Обсуждение реальных сюжетов и сценариев

взаимодействия способствует осознанию важности конструктивного общения и сотрудничества» [11];

– «формирования навыков разрешения конфликтов для умения не только избегать конфликтов, но и эффективно их разрешать, используя различные стратегии, такие как компромисс и сотрудничество. Основное внимание уделяется отработке практических навыков через ролевые игры и обсуждение возможных решений сложных ситуаций»;

– развития эмоционального интеллекта, увеличения осведомленности подростков о своих собственных эмоциях и эмоциях окружающих. «Подростки учатся идентифицировать свои чувства, а также понимать и уважать чувства других. Этот аспект является важным для снижения агрессии и формирования более гармоничных взаимоотношений» [16];

– поддержки подростков в их социальном и личностном развитии, осознания своих сильных сторон и ресурсов, что способствует их личностному росту и социальной адаптации. Участие в различных мероприятиях, как индивидуальных, так и групповых, помогает подросткам настраивать свои цели и развивать навыки, необходимые для успешной социализации и взаимодействия с окружающим миром.

Основная цель данных программ – создание условий для гармоничного развития подростков и минимизация проявлений агрессии в их поведении, а именно:

- выявление уровней агрессии у подростков [19];
- развитие навыков саморегуляции и управления эмоциями;
- формирование позитивного поведения в группе [19].

Этапы реализации программы: диагностика, обучение, коррекция, оценка результатов и заключительная часть:

Диагностика включает в себя:

- проведение анкетирования и тестирования на определение уровня агрессии (Приложение В);

- индивидуальные беседы с подростками для выявления причин агрессивного поведения [11].

Обучение включает в себя:

- проведение тренингов по развитию эмоционального интеллекта (Приложение Г);
- занятия по техникам управления гневом и конфликтами [10, 15, 19];
- игры и ролевые упражнения для практики навыков взаимодействия и сотрудничества.

Коррекция включает в себя:

- групповые обсуждения для обратной связи о поведении;
- «практика медитации и релаксационных техник» [24];
- «работа с родителями на тему поддержки подростков и формирования безопасной эмоциональной атмосферы в семье» [22].

Оценка результатов включает в себя:

- повторное проведение тестирования через 3–6 месяцев после начала программы;
- обсуждение изменений с подростками, родителями и учителями.

Заключительный этап включает организацию мероприятий (соревнования, культурные события) для укрепления социальных связей и вовлечения подростков в позитивную социальную деятельность.

Ожидаемые результаты:

- снижение уровня агрессии среди участников;
- повышение навыков саморегуляции и конструктивного поведения в группе;
- улучшение атмосферы в образовательной среде.

«Исследования показали, что агрессивное поведение может быть вызвано множеством факторов, включая наследственные, биологические (гормональные изменения, генетическая предрасположенность), психологические (низкая самооценка, травмы) и социальные (влияние

окружения, социальные нормы социальные (влияние окружения) и психологические (личностные особенности)» [10].

«Подростки могут проявлять агрессию через физические действия, оскорбления или исключение из группы. Социальная среда, включая семью, школу и сверстников, играет ключевую роль в формировании агрессивного поведения. Подростки, находящиеся в неблагоприятной среде, чаще проявляют агрессивное поведение» [12].

Для экспериментального исследования особенностей проявления агрессии у подростков возможно использование таких методов как анкетирование, психологические тесты, наблюдение и интервьюирование, более подробно представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Методы диагностики подростков

Метод	Описание
Анкетирование	Создать анкету, включающую вопросы о личных характеристиках, семейной среде, опыте общения с ровесниками и уровне агрессивности
Психологические тесты	Применить стандартизированные тесты на определение уровня агрессивности (например, тест А. Басса и А. Дарки, шкалы Кука-Медлей или теста А. Ассингера)
Наблюдение	Провести наблюдение за поведением подростков в групповых активностях или в школе [24].
Интервьюирование	Проводить структурированные интервью с подростками и их родителями для глубокого понимания контекста

Интерпретацию результатов исследования необходимо проводить после сбора и обработки данных, вычисляя уровень агрессивности в разных группах (например, по полу, типу семьи, уровню стресса). «Необходимо выявить корреляции: определить, существуют ли зависимости между уровнями агрессивности и различными факторами (например, семейное положение, уровень социальной поддержки). В заключении сделать выводы о том, какие факторы наиболее существенно влияют на проявление агрессии» [17].

Рекомендации по коррекции агрессивных проявлений у подростков предложены в таблице 5.

Таблица 5 – Рекомендации по коррекции агрессивных проявлений

Рекомендации	Описание
Программы по обучению навыкам управления эмоциями	Включать тренинги, направленные на развитие эмоционального интеллекта и стратегий преодоления агрессивных импульсов
Создание поддержки в семье	«Поддержка родителей в вопросах воспитания и формирования отношений в семье, что может снизить уровень стресса и, соответственно, агрессии у подростков» [3].
Внеучебная и творческая деятельность	«Организация мероприятий, направленных на развитие креативности и социального взаимодействия, может помочь снизить уровень агрессии, предоставляя другим выходам для эмоций
Психологическая помощь	Доступ к психологическим консультациям для подростков с высоким уровнем агрессивности, что позволит упростить процесс обработки своих эмоций и развития здоровых социальных навыков» [8]
Привлечение родителей и школы	«Привлечение взрослых в процесс коррекции агрессивного поведения через обсуждения и курсы для родителей, на которых будут даны рекомендации по взаимодействию с детьми» [2]

«Исследование агрессии в подростковом возрасте может существенно повысить понимание причин и последствий этого явления, а также разработать методы и программы для его коррекции. Системный подход к работе с подростками, их семьями и образовательными учреждениями поможет создать более безопасную и поддерживающую среду для молодежи» [19].

Заключение

Проведенное исследование подтвердило выдвинутую нами гипотезу и позволило сделать следующие выводы.

Агрессия представляет собой фундаментальную характеристику личности, необходимую для активации защитных механизмов. Данный феномен играет ключевую роль в обеспечении самозащиты индивида в определённых обстоятельствах. Тем не менее, агрессия зачастую интерпретируется как неадекватное, девиантное поведение, которое на протяжении исторического развития рассматривалось и продолжает обсуждаться как социальная и глобальная проблема. Общество, как правило, отказывается принимать такое поведение.

Несмотря на то что агрессия часто становится предметом исследования в различных науках, таких как психология, политология, социология и философия, этот вопрос остаётся актуальным и в современном мире. Его значение будет сохраняться вечно, поскольку общество будет продолжать сталкиваться с неустойчивыми условиями. Постоянные военные конфликты, акты терроризма, преступления против людей, животных и природы, а также экономическая и социальная нестабильность – все эти факторы способствуют увеличению уровня агрессивного поведения.

Разработка и внедрение комплексных программ профилактики и вмешательства должны стать приоритетом для школ, родителей и общин. Вместе они смогут создать поддерживающую и устойчивую среду, в которой подростки смогут развиваться без склонности к агрессивным формам поведения и подчеркивают важность создания поддерживающей среды и применения комплексного подхода для ее снижения и предотвращения. Важно учитывать, что подростковый период – время значительных изменений, включая физические, эмоциональные и социальные

трансформации, и агрессия может быть одним из способов, с помощью которых подростки пытаются справиться с этими изменениями.

Для решения этих проблем необходимо создание поддерживающей среды. Семья должна стать надежной опорой для подростка. Открытое общение, поддержка и понимание со стороны родителей могут помочь подросткам чувствовать себя в безопасности и любимыми, что, в свою очередь, снизит уровень их агрессии. Важно, чтобы подростки имели доступ к поддерживающим взаимоотношениям со сверстниками. Друзья, которые положительно влияют друг на друга и помогают развивать навыки эмоционального интеллекта, могут служить буфером от агрессивного поведения.

Необходимо внедрение образовательных программ, направленных на развитие социальных и эмоциональных навыков. Это может включать обучения по управлению эмоциями, разрешению конфликтов и развитию эмпатии. Также важно обучение учителей о том, как справляться с агрессивным поведением и поддерживать положительный климат в классе.

Школы могут внедрять программы против буллинга и насилия, которые способствуют созданию инклюзивной, безопасной среды для всех учащихся. Проверенные практики могут включать в себя семинары, тренировки для получения навыков общения и создание комитетов по безопасности. Важно обеспечение доступа к квалифицированным психологам и психотерапевтам, которые могут помочь подросткам разобраться в своих чувствах и научиться конструктивно выражать эмоции. Особенно важно работать с теми детьми, которые уже проявляют агрессивное поведение, чтобы разработать стратегии изменения их поведения и обучения позитивным навыкам, а также разрабатывать и совершенствовать программы личностного роста: Такие программы могут помочь подросткам научиться ставить цели, преодолевать трудности и

улучшать свою самооценку, что, в свою очередь, может снизить вероятность агрессии.

Важно организовать родительские группы для обсуждения трудностей и обмена опытом. Поддержка других родителей может стать мощным ресурсом на пути к решению проблем.

Важно, чтобы в решение вопросов агрессии были вовлечены не только родители и учителя, но и социальные работники, психологи и другие специалисты. Это позволит создать многоуровневую систему поддержки для подростков. Регулярная оценка эффективности внедряемых программ, обсуждение полученных результатов и корректировка подходов являются ключевыми для достижения долгосрочных изменений.

В экспериментальном исследовании участвовали ученики Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Средняя Общеобразовательная школа № 1 имени героя Советского Союза Ивана Сивко 16-17 лет 10 «В» класса в количестве 23 человек.

Результаты констатирующего эксперимента в 10 «В» классе показали, что 11 из 23 опрошенных, то есть 47 % проявили высокие показатели агрессии.

Агрессия в подростковом возрасте – это сложное явление, требующее внимательного и комплексного подхода. Открытое обсуждение проблемы, сотрудничество между всеми участниками процесса (родителями, учителями, специалистами) и активная работа над созданием безопасной и поддерживающей среды способны значительно уменьшить проявления агрессии и помочь подросткам построить здоровые отношения с окружающими.

Важно не забывать, что каждый подросток уникален, и подходы должны быть адаптированы под индивидуальные потребности. Чем больше усилий будет сделано для поддержки подростков, тем более успешными будут результаты в их эмоциональном и социальном развитии.

Список используемой литературы

1. Агапов П.В.: Эрих Фромм о человеческой агрессивности и деструктивности: опыт философско – антропологического анализа // Вестник МГУКИ. 2012. №6 (50). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/erih-fromm-o-chelovecheskoy-agressivnosti-i-destruktivnosti-opyt-filosofsko-antropologicheskogo-analiza> (дата обращения: 18.11.2024).
2. Бандура А., Подростковая агрессия : Изучение влияния воспитания и семейн. отношений / Альбер Бандура, Ричард Уолтерс; [пер. с англ. Ю. Брянцева, Б. Красовского]. – М. : Апрель Пресс, ЭКСМО–Пресс, 2000. – 508, [1] с. : ил., табл. : 22 см – (Психология. XX век).; ISBN 5-04-004214-0
3. Берковиц Л., Агрессия : причины, последствия и контроль : лучший в мире учебник по психологии агрессии / Леонард Берковиц ; [пер. А. Боричев, Л. Царук, Л. Ордановская]. – Санкт–Петербург: прайм – ЕВРОЗНАК, 2007. – 510 с. : ил., табл.; 21 см. – (Проект «Психология – лучшее»); ISBN 978-5-93878-295-2 (С. : Психология – лучшее))
4. Бордовская Н. В., Реан А. А. Б82 Педагогика: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2006. – 304 с: ил. – (Серия «Учебное пособие»)
5. Бордовская Н.В. Педагогика [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Н. Бордовская, А. Реан. – М. [и др.]: Питер, 2015. – 299 с.: табл.; 24 см. – (Учебное пособие).; ISBN 978-5-496-01636-0
6. Бреслав Г.Э. Агрессия у детей и подростков: учебное пособие / [Г. Э. Бреслав и др.] ; под ред. Н. М. Платоновой. – Санкт–Петербург : Речь, 2006 (СПб.: Типография «Наука»). – 334, [1] с.: ил., табл.; 21 см. – (Психологический практикум).; ISBN 5-9268-0290-3
7. Бэрн Р., Бэрн, Роберт А. Агрессия [Текст] / Роберт Бэрн, ДебиораРичардсон ; [пер. с англ. С. Меленевская, Д. Викторова, С. Шпак]. – 2–е изд. – М. [и др.] : Питер, 2014. – 411 с. : ил., табл.; 25 см. – (Мастера психологии).; ISBN 978-5-496-00994-2

8. Выготский Л. С. / Педагогическая психология / Лев Выготский. – М. : АСТ [и др.], 2005. – 670, [1] с.: табл.; 22 см.; ISBN 5-17-027239-1 (ООО «Изд-во АСТ»)

9. Гонеев А. Д. Модернизация подготовки будущего учителя к коррекционно – педагогической деятельности с учащимися, требующими особого педагогического внимания // Ученые записки ОГУ. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2012. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/modernizatsiya-podgotovki-buduschego-uchitelya-k-korreksionno-pedagogicheskoy-deyatelnosti-s-uchaschimisya-trebuyuschimi-osobogo> (дата обращения: 18.11.2024) (дата обращения: 30.09.2024).

10. Гончаров Н. К. Методология и методы педагогики как науки / Н. К. Гончаров, действительный член АПН СССР. – М.: Знание, 1968. – 42, [2] с.; 22 см. – (В помощь лектору. Библиотечка «Актуальные проблемы педагогики и психологии»/ Всесоюзное общество «Знание», Научно – методический совет по пропаганде педагогических знаний; вып. 2)

11. Гуревич К. М. Введение в психодиагностику [Текст] : Учебное пособие для средних педагогических учебных заведений / Рос. Акад. образования. Психол. ин-т ; Под ред. К. М. Гуревича, Е. М. Борисовой. – 3–е изд., стер. – М.: Academia, 1999. – 192 с. – (Педагогическое образование). – ISBN 5-7695-0432-3 : Б. ц.

12. Дрокова, С. В. Возрастная психология : учебное пособие для студентов–иностранцев / С. В. Дрокова. – 2–е изд. – Комсомольск–на–Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно–педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. – 69 с. – ISBN 978-5-4497-0123-7. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. – URL: <https://profspo.ru/books/85809> (дата обращения: 18.11.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей(дата обращения: 27.09.2024)

13. Жарова М. Н. Психология общения : учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / М. Н. Жарова. – М. : Издательский центр «Академия», 2014. – 256 с. ISBN 978-5-7695-6755-1(дата обращения: 26.09.2024)

14. Жарова М. Н. Психология общения [Текст] : учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих программы среднего профессионального образования по специальностям «Лечебное дело», «Фармация» / М. Н. Жарова. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2017. – 253, [1] с.; 22 см. – (Профессиональное образование. Здравоохранение); ISBN 978-5-4468-5621-3 : 1000 экз.

15. Змановская, Е.В. Девиантология: (психология отклоняющегося поведения) : учебное пособие для студентов, изучающих психологию, социальную работу и социальную педагогику / Е. В. Змановская. – 5-е изд., стер. – М.: Академия, 2008. – 287, [1] с. : табл.; 22 см. – (Высшее профессиональное образование. Психология); ISBN 978-5-7695-4921-2 (В пер.)

16. Зорина З.А. Основы этологии и генетики поведения : Учеб. для студентов вуз, обучающихся по направлению 510600 «Биология» и специальности 011600 «Биология» / З. А. Зорина, И. И. Полетаева, Ж. И. Резникова, – 2. изд. – М.: Изд-во Моск. ун-та : Высш. шк., 2002. – 383 с. : ил.; 22 см.; ISBN 5-211-04505-X

17. Киселева Л. А., Помазуева Т. Н. Мир эмоций человека и регуляция деятельности: учебно-методическое пособие. Екатеринбург, Урал. гос. лесотехн. ун-т, 2007, 68с.

18. Корж Е. М. Этапы развития зарубежной психологии: учебно-методическое пособие для студентов по направлению подготовки 37.00.00 «Психологические науки» всех форм обучения / Е. М. Корж ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Образовательная автономная некоммерческая организация высшего образования «Московский

психолого-социальный университет». – М. : Перо, 2021. – 87 с. : ил., портр., табл.; 21 см.; ISBN 978-5-00189-154-3 : 500 экз.

19. Ларионова С.В. Зарубежная психология в лицах [Текст] : справочник / [С. В. Ларионова]. – Екатеринбург : Ажур, 2012. – 295 с. : портр.; 21 см.; ISBN 978-5-91256-117-7

20. Миронова В. Л. Моделирование психолого–педагогической коррекции межличностных отношений старших подростков // Концепт. 2015. №S1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/modelirovanie-psihologo-pedagogicheskoy-korreksii-mezhlichnostnyh-otnosheniy-starshih-podrostkov> (дата обращения: 30.09.2024).

21. Реан А. А. Психология личности в трудах зарубежных психологов / [Сост. А. А. Реан]. – СПб. и др. : Питер, 2000. – 316 с. : ил., табл.; 20 см. – (Хрестоматия. Серия); ISBN 5-272-00143-5

22. Сидоренков А. В. Социально-психологическая диагностика малых групп. Методический инструментарий [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению «Психология» и специальности «Психология служебной деятельности» / А. В. Сидоренков ; М.: Изд-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. авт. образовательное учреждение высш. образования «Южный федеральный ун-т». – Ростов-на-Дону : Изд-во Южного федерального ун-та, 2014. – 295 с. : ил., табл.; 21 см.; ISBN 978-5-9275-1296-6

23. Соловьева С.Л. Агрессивность как свойство личности в норме и патологии : диссертация ... доктора психологических наук : 19.00.04. – Санкт–Петербург, 1996. – 600 с. : ил.

24. Фурманов И.А. Агрессия и насилие : диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. – Санкт–Петербург : Речь, 2007. – 479 с. : ил., табл.; 24 см. – (Мэтры мировой психологии); ISBN 5-9268-0612-7 (В пер.)

Приложение А

Тест агрессивности «Басса – Дарки»

Таблица А.1 – Результаты диагностики учащихся

	Физическая агрессия	Косвенная агрессия	Раздражение	Негативизм	Обида	Подозрительность	Вербальная агрессия	Чувство вины
1	8	8	7	4	5	7	9	8
2	3	4	5	2	1	6	8	
3	2	7	4	3	3	3	5	7
4	7	1	4	2	2	4	6	7
5	5	9	8	4	5	5	11	7
6	3	2	5	7	1	2	3	4
7	6	8	2	4	6	5	9	1
8	2	1	3	5	9	7	2	1
9	3	4	5	8	1	2	3	6
10	2	1	6	3	4	8	6	4
11	3	6	9	1	4	3	4	7
12	6	7	8	2	4	6	3	1
13	3	4	9	2	5	8	6	1
14	3	4	9	2	1	5	8	6
15	2	1	3	5	9	7	2	1
16	3	4	5	8	1	2	3	6
17	7	1	4	2	2	4	6	7
18	5	9	8	4	5	5	11	7
19	3	8	9	1	5	9	7	3
20	8	7	7	4	3	8	7	4
21	7	1	4	2	2	4	6	7
22	5	9	8	4	5	5	11	7
23	2	1	5	1	6	5	5	6
Низкий ур.	6	6	7	3	5	4	6	6
Средний ур.	9	4	7	5	4	3	7	3
Высокий ур.	7	5	2	0	1	3	5	4
Итого	5	9	8	4	5	5	11	7

Приложение Б

Тест по шкале враждебности «Кука-Медлей»

Таблица Б.1 – Результаты диагностики учащихся

Ф.И.	«Шкала цинизма»	Уровень	«Шкала агрессивности»	Уровень*	«Шкала враждебнос- ти»	Уровень
1	24	Ниже ср.	34	Выше ср.	30	Выше ср.
2	32	Ниже ср.	26	Ниже ср.	19	Выше ср.
3	46	Выше ср.	17	Ниже ср.	14	Ниже ср.
4	32	Ниже ср.	15	Ниже ср.	18	Выше ср.
5	45	Выше ср.	22	Ниже ср.	206	Выше ср.
6	31	Ниже ср.	36	Выше ср.	28	Выше ср.
7	42	Ниже ср.	18	Ниже ср.	16	Выше ср.
8	37	Выше ср.	26	Ниже ср.	20	Ниже ср.
9	44	Ниже ср.	19	Ниже ср.	24	Выше ср.
10	49	Выше ср.	21	Ниже ср.	28	Выше ср.
11	42	Ниже ср.	28	Выше ср.	24	Выше ср.
12	36	Ниже ср.	24	Ниже ср.	18	Выше ср.
13	38	Выше ср.	16	Ниже ср.	12	Ниже ср.
14	35	Ниже ср.	14	Ниже ср.	18	Выше ср.
15	51	Выше ср.	20	Ниже ср.	20	Выше ср.
16	34	Ниже ср.	30	Выше ср.	26	Выше ср.
17	36	Ниже ср.	26	Ниже ср.	20	Выше ср.
18	42	Выше ср.	19	Ниже ср.	13	Ниже ср.
19	35	Ниже ср.	16	Ниже ср.	20	Выше ср.
20	51	Выше ср.	22	Ниже ср.	22	Выше ср.
21	36	Ниже ср.	26	Ниже ср.	20	Выше ср.
22	42	Выше ср.	19	Ниже ср.	13	Ниже ср.
23	46	Выше ср.	15	Низкий	17	Ниже ср.

Приложение В

Анкета на выявление уровня агрессии

Таблица В.1 – Вопросы к анкете на выявление уровня агрессии

Вопрос	Оценка от 1 до 5, где «5» – наивысший балл
Я часто чувствую раздражение из-за мелочей.	
Иногда мне кажется, что никто не может меня понять.	
Я часто пересматриваю свои действия и могу пожалеть о них позже.	
Я чувствую, что окружающие часто понимают меня неправильно.	
Я предпочитаю избегать конфликтов, даже если это неудобно. Когда я вижу несправедливость, я чувствую желание вмешаться, даже если это может привести к конфликту. Я стараюсь быть дружелюбным, но иногда злость берет верх.	
Мне трудно прощать людей, которые меня обидели.	
Когда что-то идет не так, как я планировал, я могу стать агрессивным.	
Я редко сдерживаю свои эмоции даже в трудных ситуациях.	
Я испытываю негативные эмоции, когда вижу, как других несправедливо обижают.	
Я чувствую, что у меня есть право выражать свои мысли, даже если они могут ранить других.	
Иногда я могу вести себя агрессивно из-за стресса и усталости.	
Я замечаю, что у меня бывают перепады настроения.	
Я ощущаю потребность быть лидером в группах, даже если это вызывает напряжение.	
Я заметил, что иногда моё настроение влияет на то, как я общаюсь с другими.	
Мне знакомо чувство, что я должен защищать свои интересы любой ценой.	
Я часто обдумываю, как ответить на провокации	
Я могу поднимать голос во время спора.	
Мне кажется, что мир несправедлив, и это меня злит.	
Я часто чувствую угнетённость и злость внутри себя.	
Я иногда мечтаю о том, чтобы отомстить тем, кто меня обидел.	
Когда кто-то не согласен со мной, я легко теряю терпение.	
Я предпочитаю решать конфликты с помощью силы.	
Я чувствую себя некомфортно, когда кто-то критикует меня.	
Мне сложно контролировать свои эмоции, когда я чем-то расстроен.	
Я иногда говорю слова, которые позже могу пожалеть.	
Я часто чувствую зависть к другим подросткам	
Меня легко разозлить, если меня не слушают.	

Приложение Г

Программа тренинга по развитию эмоционального интеллекта

Таблица Г.1 – Примеры игр и ролевых ситуаций с подростками

Игра	Описание
Игра 1. «Мост через реку» Цель: Развитие командных навыков и креативности.	Участники делятся на группы по 5-6 человек. Каждой группе выдается набор материалов: газеты, картон, скотч, ножницы и другие Задача участников – построить мост, который сможет выдержать вес маленького предмета (например, книги) на протяжении 30 секунд. У них есть 20 минут на обсуждение и постройку моста. В конце каждой группы будут тестировать свой мост, и будет оцениваться не только прочность, но и оригинальность решения.
Игра 2: «Лучшая команда» Цель: Улучшение коммуникации и взаимопонимания. Практика навыков разрешения конфликтов и эмпатии. Развитие доверия и сотрудничества.	Участники садятся в круг. Ведущий называет тему (например, «Лучший фильм», «Самое красивое место» и другие) Каждый участник по очереди называет что-то по данной теме, и все должны согласиться с этим, если они могут, или предложить альтернативу, при этом аргументируя свое мнение. Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не выскажет свое мнение. Это отлично развивает навыки слышать других и аргументировать свою точку зрения. Упражнение 1: «Ролевые игры на решение конфликтов» Описание: участников делят на пары и дают каждому сценку, где возник конфликт (например, споры о расписании, недопонимание между друзьями); каждый должен отыграть свою роль (один – инициатор, другой – другой участник конфликта); Упражнение 2: «Построй команду» Описание: участники становятся в круг и держатся за руки, но так, чтобы не образовывать «узел»; задача группы – распутать узел, не разрывая рук; если группа понимает, что не может справиться, они могут обсудить тактику или внести изменения в подход.
Игра 3: «День без слов» Цель: Улучшение невербального общения и взаимопонимания.	Участники должны выбрать одну или несколько тем (например, «Природа», «Эмоции»), и каждый должен передать это другим участникам через мимику, жесты и действия, не используя слова; остальные должны угадать, что имел в виду участник; после каждого выступления идет обсуждение: как невербальные сигналы помогают или затрудняют понимание.