



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения
подростков с низким уровнем самооценки**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психологическое консультирование»
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:
65,39 % авторского текста
Работа реком. к защите
рекомендована/не рекомендована
«21» 05 2024 г.
зав. кафедрой ТиПП
[подпись] Кондратьева О.А.

Выполнила:
Студентка группы ОФ-410/227-4-1
Таипова Амина Загировна [подпись]
Научный руководитель:
канд. психол. наук, доцент кафедры ТиПП
Кондратьева Ольга Александровна [подпись]

Челябинск
2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ..	8
1.1 Проблема агрессивного поведения в психолого-педагогических исследованиях	8
1.2 Особенности агрессивного поведения подростков с различным уровнем самооценки	14
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.....	21
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ	29
2.1 Этапы, методы и методики исследования	29
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования	36
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ	44
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки	44
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	52
3.3 Психолого-педагогические рекомендации для родителей, педагогов и подростков по коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки	57
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	65
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	69

ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.....	78
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего эксперимента.....	88
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки	92
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки	106

ВВЕДЕНИЕ

Проблема агрессивности чрезвычайно актуальна в наше время. Социальные кризисы, которые появляются многократно в нынешнее время, пагубно могут отражаться в поведении и развитии индивида, тем самым вызывая напористость и беспощадность.

Трудное экономическое положение страны, сказалось на увеличении уровня распространенности форм аморальных поступков и других видов отклоняющегося поведения, а также привело общество к серьезным внутренним конфликтам. Повод для беспокойства вызывает жестокость, грубость и рост агрессивного поведения в подростковой среде. Неблагосклонные намерения у подростков возрастают с каждым годом, отражая немаловажное препятствие для нашего социума, так как обострились эпизоды злодеяний, бесчестности у подрастающего поколения [70, с. 136].

Актуальность данной работы кроется в том, что агрессивность в жизни молодых людей играет весомую значимость. Несущественный показатель проявления агрессии воспринимается вариантом нормы, он необходим всем детям для благотворного приспособления к жизни. Если выявили агрессию как непоколебимый показатель, то это указывает на нарушение в развитии ребенка, что будет препятствовать коммуникации с окружающими.

С давнего времени реализуются разноплановые изучения выявления мотивов агрессивного поведения у нынешнего поколения. Досаждают эпизоды, в которых растет число злодеяний, направленных на человека, командные драки, которые влекут за собой немилосердный характер [5, с. 156].

Всплывшее нынче любопытство к тщательному изучению агрессивности среди молодого поколения, является влиянием психологического пространства, на резкий рост происходящих

противоборств, суровости, с которыми на текущее время встретилось население (Г.М. Андреева, С. Беличева, Р. Бэрн, С.В. Еникополов, В.В. Знаков, Н.Д. Левитов, А.А Реан, Д. Ричардсон, Х. Хекхаузен).

Малоустойчивое положение, которое вызвано экономическим, а также экологическим раскладом в нашем государстве, влекут за собой отклонения от нормы, наблюдаемые в поведении жителей страны. Вздурораженность вызывает невоспитанность, посягательство, свирепость и рост агрессивности у молодежи. С каждым разом агрессивные мотивы возрастают, тем самым отражая одну из существенных дилемм на текущий день для нашей общественности.

Нелегкие экономические условия государства привели нашу общественность к затруднениям и внутриличностным конфликтам, к распространённости форм безнравственных действий, злодеянию и антиобщественному поведению. Числовые данные показывают о росте агрессивного поведения среди разных социальных групп. В частности, в этот момент оказалось сложно лицам подросткового возраста [51, с. 96].

Агрессивное поведение подростков может развиваться из различных причин. К примеру, самый близкий круг общения подростка является его семья, родители, товарищи, образовательные учреждения в которых ребенок находится долгое время, средства массовой информации, а также способности адаптации [56, с. 106].

Связь самооценивания и враждебного поведения в переходном возрасте, является заголовком для осмысления. Невзирая на то, что феномен самооценки и агрессивности подробно изучены, их взаимосвязи отведено небольшое количество исследований. Плоды подобного изучения будут иметь значимость в теоретических и практических сторонах.

Актуальность и сложность проблемы определила выбор темы выпускной квалификационной работы: «Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Объект исследования: агрессивное поведение подростков.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Гипотеза исследования: психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков будет эффективна, если учесть корреляционные связи самооценки и агрессивного поведения подростков.

Задачи:

1. Проанализировать проблему агрессивного поведения в психолого-педагогических исследованиях.
2. Изучить особенности агрессивного поведения подростков с различным уровнем самооценки.
3. Теоретически обосновать и составить модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.
4. Описать этапы, методы, методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.
7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента исследования.
8. Разработать психолого-педагогические рекомендации подросткам, педагогам и родителям по коррекции агрессивного поведения и уровня самооценки.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание и моделирование.
2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.
3. Психодиагностические: опросник А. Басса-А. Дарки, методика «Агрессивное поведение» Е.П. Ильин, П. Л. Ковалев, методика «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой.
4. Математико-статистические: критерий выявления тесноты (силы) и направления корреляционной связи между двумя признаками – r_s – коэффициент ранговой корреляции Спирмена, критерий Т-критерия Вилкоксона.

Практическая значимость исследования: Составлена программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки, которая, может применяться в практике деятельности педагога-психолога в образовательных учреждениях.

База исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №10 в г. Учалы», учащиеся 8 «Г» класса в количестве 20 человек.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ

1.1 Проблема агрессивного поведения в психолого-педагогических исследованиях

Исконно понимание термина «быть агрессивным» определяли так, что надобно двигаться только вперед в направлении поставленной цели без капли подозрений и опасений.

Сущность паттерна поведения агрессии в подростковом возрасте изучается в направлениях психологии, в психологии личности, в социальной психологии, а ключевую роль играет психология детства. Абсолютно точно в одних из своих исследований Н.Д. Левитов, подметил, что данная дилема не до конца изучена.

«Агрессией» называют ситуацию или поступок, которые не вписываются в рамки общепринятых норм поведения. Это понятие имеет довольно распространенное значение на данный момент времени. Термин агрессия в большинстве случаев употребления имеет отрицательное побуждение. Только в контексте позволенной ситуации термин агрессия может иметь положительный смысл, например, защита близких людей [46, с. 106].

Под проявлением агрессивного поведения в обычном окружении можно отнести такие примеры агрессии как ярость, раздражение, сварливость. Многие ученые отмечают, что агрессия может проявляться не только во внешнюю среду. Во время организации исследования агрессии прибегают к таким инструментам как аргументы и возбуждение.

Агрессивное поведение необходимо изучать с помощью эмоциональных, волевых и когнитивных компонентов [69, с. 306].

Поведение с мотивом агрессии характеризуется, как асоциальное поведение, при котором не соблюдаются общепринятые стандарты поведения, в целях нанести физическую и нравственную неприятность, вызвать негодование у окружающих. Агрессивное поведение в подростковом возрасте может проявлено в разных видах. Рассмотрением видов агрессии занимались многие исследователи, например, А. Басс и А. Дарки, Б. Г. Мещеряков, немецкий ученый Х. Хеккаузен [39, с. 80].

По внешним описаниям дифференцируют следующие паттерны поведения:

- 1) токсичные – существенные (гибельные – прибыльные);
- 2) явная – сдержанная (визуально заявляет о себе – визуально не заявляет);
- 3) языковые – физические (с употреблением слов, нападение с физическим влиянием);
- 4) прямые – неявные (направлены на объект – на другие объекты);
- 5) неприязненные – инструментальные (цель причинения вреда, боли другому человеку – с иными целями);
- 6) эго-синтонные (принимается личностью) – эго-дистонные (не приняты личностью).

Агрессивное поведение осуществляет ряд немаловажных функций в ходе социализации индивида. Такое поведение избавляет от чувства страха, способствует выстраивать свою точку зрения, оберегает от внешней угрозы, препятствует благополучной адаптации подростка.

Стоит выделить, что для формирования личности подростка пагубным является не непосредственно агрессивное поведение, а тот итог и впечатление окружающих людей на проявление агрессивных действий. В ситуации, когда насилие дает одобрение со стороны окружающих, успех, признание, у лиц подросткового возраста может сформироваться поведение, которое может быть сформировано на культе силы.

Желание окружающих подавить агрессию силой часто может привести к совершенно противоположному ожидаемому результату [39, с. 236].

Причины, которые влияют на проявление агрессивного поведения, можно отнести следующие:

- 1) неадекватное самовосприятие;
- 2) низкий уровень интеллекта;
- 3) отсутствие внутреннего контроля;
- 4) недостаточность развитости социальных коммуникаций;
- 5) высокий порог возбудимости нервной системы по различным причинам.

Ученые (Х. Дельгадо, Л. Бендер, Ф. Аллан и др.) сделали вывод, что надобно учитывать несхожесть подходов к осмыслению термина «агрессия».

Универсальными считаются понятия:

1. Энтузиазм к своему предпочтению.
2. Внутреннее взвинчивание, которое помогает человеку оказывать инерцию внешнему давлению.
3. Физические, сексуальные, эмоциональные, или психологические процессы, которые оказывают неблагоприятное влияние на окружающих.

Под враждебным действием понимают предрасположенность к свирепому действию, беспардонному причинению вреда людям, которые их окружают, без какой-либо сердечности [13, с. 126]. Ущерб людям может проявляться непрямым образом, допустим, распространение какой-либо недопустимой информации, распускать слухи и наговаривать.

Не так давно в отечественной психологии выделили направление, которое позволяет пошагово рассматривать термины «агрессия» и «агрессивность». Агрессию, изучают как самостоятельные деяния, второй термин определяют, как стойкий мотив причинений негодований обществу.

По плодам кропотливых постижений, можно отметить, что агрессивность берет свое начало в детском возрасте, и будет присутствовать на всех этапах жизни подростка. Агрессия состоит из таких компонентов, как убеждения и намеренные действия, агрессивность же, как компонент структуры отличительной черты человека, выделяется, как паттерн [3, с. 90].

А.А. Реан акцентирует, что неоднородность значений «агрессия» и «агрессивность» ведет к тому что, не для всякого агрессивного действия человека будет присвоена агрессивность действующего лица, стоит сказать, что враждебность может и не заявить о себе в виде агрессивных деяний [57, с. 16].

Научные труды агрессивного поведения молодых людей востребованы на текущий момент времени, так как в нашем обществе не прекращаются агрессивные проблески у лиц подросткового возраста, что говорит о наличии беспокойства родителей, педагогов и психологов.

Во время прогулки, проходя мимо дворов, школ, можно созерцать, как подростки злословят, говорят уязвительные утверждения. Отрицательные намерения у молодого поколения вызваны надрывом общественной прозорливости. Подростки массу времени проводят в окружении своего семейства, товарищей, и конечно под влиянием школы [8, с. 112].

Существует множество определений агрессивного поведения, но наиболее всесторонне дают Р. Барон и Д. Ричардсон, применяя враждебность как черту человека, поведение, направленное на изживание, содержащееся при обладании всесокрушающих склонностей, с умыслом нанесения урона окружающим. Уникальность враждебных ориентаций у молодого поколения, заявляет о себе в следующих аспектах, агрессия присутствует посредством физического давления, а также потенциального характера, сердитость, злоба, и незримая агрессия [3, с. 80].

Деструктивное поведение одна из форм враждебной деятельности у молодых людей, поведение нацеленное причинить изъян в психических или физических сторонах. Проблематика аутоагрессивного поведения достигла

весомого значения в обществе на данный момент времени, так как на это, влияют изменения, которые происходят в сфере политики и экономики [39, с. 270].

С.С. Степанов отмечал под значением аутоагрессии, категорию враждебного действия, при котором неблагоприятные явления не имеют способности быть ориентированным стимулирующему субъекту, и иметь направленность на саму личность. Подобные исключения наблюдаются при обнаружении приверженности подростка к саморазрушению, при нанесении себе физиологического давления, в особенно непростых случаях могут быть учинены попытки суицида. Аналогичное поведение присуще для тех, кто у кого есть трудности, связанные с невротическими, подавленными расстройствами.

З. Фрейд акцентировал, что человек на глубинном уровне доставляет себе изъясн из-за стимулов, которые были в индивиде с момента его появления на свет. Все люди обладают определенной степенью агрессивности. Если агрессия у человека проявляется в умеренной степени, то это не говорит о отрицательном качестве человека. Трудно представить, что было бы с человеком, если бы он не смог отстаивать свои права, высказывать свое мнение окружающим людям, если в том будет необходимость. Агрессия опасна в том случае, когда она неуправляемая и выходит за рамки разумного, приемлемого поведения [65, с. 130].

Если рассматривать цель агрессии с психологической стороны, то это проявляется в причинение страданий жертве, а также использование агрессии, как возможность, достигнуть конкретную цель [3, с. 70].

Структуры агрессивного проявления можно изучить в трудах И.Р. Заградова, А.К. Осинский, Н.Д. Левитов:

1. По склонности: агрессия мотивирована за пределами своего я, аутоагрессия которая погружена на себя.
2. По ориентирам: мыслительная и неблагоосклонная.
3. По стратегии проявления: телесная, словообразная.

4. По демонстративности: ясная и потенциальная.
5. По активности: предприимчивая, защитная.

Рассматривая виды агрессивных воздействий, которые могут попадаться в различных ресурсах, можно выделить такие как:

1. Физическая агрессия – физическое давление может быть нацелено против человека.
2. Окольная агрессия – поведение, направленное на индивида или предмет, не учитывается субъектом агрессии.
3. Вербальная агрессия – агрессия, которая проявляется в речевой форме, включает в себя грубые слова, угрозы.
4. Склонность к раздражению – проявление грубого обращения и вспыльчивости, даже при незначительном возбуждении.
5. Негативизм – поведение, которое характеризуется упрямостью и нацелено против окружающих людей, выражается в демонстративности.

Изучим, какие виды враждебных проблесков есть:

- злопамятность, презрение к окружающим, которые могут быть вызваны ощущением негодования на окружающий мир за некие смятенности [69, с. 335];
- недоверчивость к людям, потому что они могут причинить какой-либо урон.

Можно сделать вывод, что агрессивное поведение – это внешне выраженное действие, которое направлено против другого индивида и противоречащее социальным нормам поведения. Агрессивные поступки, понимаются как личные характеристики человека, проявляется поведением, которое разрушает человека, при существовании дестабилизирующих тенденций, с намерением причинить изъян другому человеку. Формы враждебного поведения могут быть в разных аспектах, если быть точнее, то агрессия с применением физического давления, агрессивное поведение уклончивого характера, грубое отношение, цинизм, завистливое отношение и неявная агрессия, а также вербальная агрессия [3, с. 100].

1.2 Особенности агрессивного поведения подростков с различным уровнем самооценки

Проявление агрессии в детском и подростковом возрасте является животрепещущей проблемой, преимущественно в контексте отклоняющегося поведения. Так как наше исследование посвящено агрессивному поведению подростков, поэтому подробнее рассмотрим ее особенности именно в этом возрасте. Подростковый возраст является одним из наиболее сложных периодов онтогенеза. В таком возрасте часто проявляется эмоциональная нестабильность, которая чаще всего сопровождается резким возрастанием агрессивного поведения [2, с. 536].

Посмотрев данные Всемирной организации здравоохранения, можно отметить, что уровень агрессивного поведения в подростковой среде в Российской Федерации превышает общеевропейские показатели в два раза. Дилемма агрессивного поведения нарушает покой родителей, педагогов, психологов и вызывает неравнодушие у исследователей на текущий момент времени. Агрессивный характер поведения анализировали такие исследователи, как Г. В. Бахирева, Г. Э. Бреслав, Л. М. Семенюк. А также Е. В. Гребенкин, Т. П. Абдулова.

Подростковый возраст отмечают переходным благодаря переходу от раннего возраста, незрелости к большой, самостоятельной жизни. Стоит учесть во внимание, что это один из самых нелегких периодов в развитии человека, который охватывает такие грани развития как анатомическое строение, и конечно, эрудированное, духовное развитие. Важнейшая характеристика переходного возраста состоит в незамедлительных изменениях, которые воздействуют на все основные факторы совершенствования личности.

Деятельность анатомо-физиологической перестройки – это среда, на котором возникает душевный кризис [67, с. 506].

«Ощущение взрослости» отмечается главным новообразованием

подросткового возраста. Это восприятие определяется позицией молодого человека к себе как к зрелому человеку [35, с. 436]. Чувствовать себя взрослым основывается на потребности того, чтобы окружающие относились к нему не как к маленькому ребенку, а как ко взрослому человеку. Он требует равные права общаясь со взрослыми людьми, может вступать в дискуссии, отстаивать свое разумное суждение. Ощущать себя взрослым и мудрым человеком проявляется также в желании принимать решения самому самостоятельно без советов старших [68, с. 321].

В числе самых отличительных особенностей поведения считаются враждебные проявления, которые часто носят явный характер, что подкрепляется многими трудами отечественных и зарубежных писателей (А. Гуггенбюль, А.Е. Личко, Ю.Б. Можгинский, А.А. Реан и Л.М. Семенюк).

Агрессивное поведение у подростков может проявляться с различным уровнем самооценки. Рассматривая различные исследования отечественных и зарубежных психологов, самооценку можно описать как структурную модификацию интроспекции человека. Самооценка, как результирующий эффект рефлексии помысла своего «Я», дает возможность провести анализ того, насколько реальное поведение человека будет удовлетворять эталоны, ориентиры жизни, побуждения индивида.

Анализируя феномен самооценки в глубоком содержании слова – это элемент самовосприятия, включающий информацию о себе и возможность оценивать свои достижения и душевные качества [66, с. 136].

Рассматривая самооценку в буквальном значении, она определяется отношением уровня предписаний и уровня возможных высот [47, с. 57].

Можно сделать вывод, что самооценка определяет осознание себя на определенном уровне своих возможностей, насколько человек уверен в своих силах, сможет ли он справиться с жизненными ситуациями, или же его требования к себе завышены и нужно облегчить себе задачи.

Предпосылки агрессивного поведения у лиц подросткового возраста имеют множество психофизиологических предпосылок, которые

составляют основу становления напористых патологических предрассудков в общении с окружающими людьми. Существование человека, обусловленное умиротворением, без существенных адаптированных изменений не может быть [40, с. 106].

Высокий уровень агрессии во многих случаях проявляется в отношении со старшими, которая чаще проявляется в подростковом возрасте, излагается это тем, что изменяется концепция отношений подростка со взрослыми, и с товарищами. Такое поведение связано с потребностью вырваться от мнения тех, кто старше, подросток начинает вести себя неодобрительно по отношению к своей семье, учителям, начинает заострять внимание на их минусы, высказывать свой субъективизм и начать клеветать [3, с. 64].

Чаще всего учителя часто жалуются на враждебное поведение молодых людей. Бывает, что сами педагоги провоцируют учеников на проявлении агрессии, повышают на них тон, придираются к ним, грозят отчислением, тем самым порождая желание не делать домашнее задание, а также желание бросить школу.

А также подростковая агрессия чаще всего нацелена на товарищей по учебе, так для них характерна высокая потребность в диалоге, стремление к самоутверждению в кругу своего общения, резкая ответная реакция на размышления друзей. Поэтому всякое критичное высказывание или ухмылка на подростка, могут легко спровоцировать нежелательное поведение. В переходном возрасте часто бывают перепалки и споры, если задать вопрос, почему вы начали драться, то подросток ответит: «Мне показалось, что на меня посмотрели как-то не так» [51, с. 106].

Р. Бэрн и Д. Ричардсон отмечают что, семья является основным ресурсом подкрепления агрессивного поведения. Если подростки дома сталкивались с агрессивными действиями, то для них будет характерно проявление агрессии.

По результатам наблюдениям различных исследований, можно

отметить, что агрессивные подростки, чаще всего воспитывались родителями, которые могли применять к ним физическое насилие. Дети, которых били, ведут себя с родителями спокойно и послушно, но по отношению к окружающим проявляют намного больше агрессивности, чем их сверстники, у которых в семье была дружелюбная и спокойная обстановка. Наказание – это образец агрессивного проявления, которое может передаваться ребенку от взрослого. Агрессивное поведение среди лиц подросткового возраста зачастую зависит от состояния семейных отношений, от мировоззрения и от того как ведут себя родители и окружающие взрослые [51, с. 125].

Рассмотрев особенности агрессивного поведения подростков, перейдем к изучению различных уровней самооценки.

С точки зрения А.В. Петровского, «самооценка корректирует поведение человека, оказывая непосредственное воздействие на формирование индивида». Учитывая тот факт, как человек оценивает себя, и свои неудачи, это будет оказывать влияние на его мотивацию, чтобы становится лучше. Многие люди, думают, что у них нет недостатков и они лучше других, что свидетельствует о ненормально завышенной самооценке, они уверены, что они все знают, и процесс саморазвития им не нужен.

А.А. Реан анализирует, что самооценка, зарождается при межличностной коммуникации, и является существенным формированием личности, которое регулирует активность индивида [57, с. 13].

Переходим к разбору видов самооценки. В психологии выделяют разные виды самооценки, но наиболее популярны дифференциации по критериям: высь, стойкость, уместность и глубина анализа.

Высь самооценки структурируется величественным, стандартным и невысоким показателем [45, с. 126]. Величественная самооценка проявляется, когда индивид высоко оценивает свой потенциал, преимущество. Человек, который громко высказывается о себе, имеет веру в себя, думает, что промахи обычно происходят случайно из-за стечения

обстоятельств, но победа, наоборот, является собственным прогрессом [43, с. 16].

А.А. Реан дал трактовку адекватной самооценке: «Это правдоподобное оценивание индивидом самого себя, своего потенциала, нравственных особенностей. Стандартная самооценка основывается на том, что человек может относиться к своей личности иронично, с осмыслением соотносить свою работоспособность с поставленными задачами и с потребностями окружающих.

Человек с адекватной самооценкой может сопоставить свои умения и перспективы, здраво смотрит на успехи и неудачи, намечает себе выполнимые цели, берет во внимание взгляды окружающих его людей. У такого человека наблюдается осмысленность, здравая критика и честное отношение к своему «Я», своему труду при оценивании своих хороших результатов [63, с. 289].

Т.В. Галкина акцентирует, что существует неадекватная самооценка, которая может проявляться как завышенная, так и как заниженная. Неадекватный показатель самооценки основывается на том что, человек оценивает себя необоснованно, внутренние особенности сознания, создают помехи личностному росту, ликвидирует методы синхронизации мотивационной и эмоционально-волевой деятельности личности.

Если же у человека выявлен неадекватно завышенный показатель самооценки, то у него формируется необоснованное представление о себе, считает себя идеальным человек, что другие ему не ровня, значимость для окружающих намного завышается. Обычно человек не намерен акцентировать внимание на промахи для сохранения стабильной высокой оценки себя, своих действий [16, с. 75].

Наблюдается также неадекватно заниженная самооценка, которая ниже реальных возможностей индивида. Индивид осознанно будет винить себя во всех промахах, даже если это не зависело от него, и произошло по

стечению обстоятельств, также будет чувствовать себя некомфортно среди людей, будет проявлять стеснение и закрытость [34, с. 136].

Изучим следующую дифференциацию видов самооценки, которую определила А.В. Захарова. По временному критерию была отмечена предсказывающая, востребованная и возвратная самооценка. Предсказывающая самооценка проявляется тем, что человек часто ставит оценку своим возможностям, а также демонстрирует свое отношение к ним. Сущность востребованной самооценки в том, что является текущей и определяет эмоциональные проявления личности, а также характер изменений и ожиданий в нужный момент времени. Возвратной является ранжирование человеком своих успехов, результатов труда и действий.

При высокой самооценки подростка, можно заметить, как он себя хвалит и идеализирует, восхваляет свою значимость для окружающих его людей. Чаще всего они не принимают свои минусы и неправоту, не извиняются, для них присуще бессердечное поведение, склонность к обновлению списка своих целей. Молодые люди всегда хотят быть в центре внимания, чтобы все учитывали их интересы, чаще всего это приводит к неблагоприятным взаимоотношениям со сверстниками [64, с. 289].

При показателях низкой самооценки, присутствуют разноплановые претензии, недовольства к окружающим людям и разного рода возмущения.

Такие подростки ищут виноватых, хотят, чтобы окружающие одобряли их действия, это возмещает в глазах подростка с низкой самооценкой ощущение отрицания себя и чувства самоуважения [18, с. 206].

Если наблюдать адекватную самооценку у подростка, то он будет по минимуму демонстрировать агрессивное поведение, свои навыки и ожидания будет оценивать с умом, положительно относиться к своим недостаткам и достоинствам. Такие люди полны энергии, спокойны и целеустремлены [59, с. 136].

Таким образом, в данном параграфе были изучены особенности агрессивного поведения подростков с различным уровнем самооценки.

Подростки, у которых показатели самооценки ниже нормы, весомо отличаются от своих товарищей высокими показателями агрессии. Наиболее значимые различия выявляются по показателю выражения неявной агрессии и цинизма. Но, молодые люди с конфликтным сопоставлением самооценки и внешней оценки имеют более высокий уровень форм агрессии, как сварливость, физическая агрессия и восприимчивость [52, с. 436].

Для подробного осознания подростковой агрессии следует изучать не только самооценку подростка, но и анализ сопоставления самооценки и внешней оценки, которую преподносят преподаватели или товарищи. Если самооценка не находит надежного фундамента в социальной реальности, если оценка подростка лицами из близкого круга общения часто не соответствует и ниже его самооценки, то этот случай, бесспорно, должен наблюдаться как обескураживающий.

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки

Понятие «коррекция», переводя с латинского языка, будет означать изменение (лат. correctio). По мнению И.В. Дубровиной, психологическая коррекция понимается, как своеобразная форма психолого-педагогической деятельности, предположительная «оптимальная» модель этого развития [25, с. 456].

Обзор психолого-педагогических исследований предоставил возможность создать дерево целей, а также модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки. Начало построения модели коррекции агрессивного поведения у лиц подросткового возраста берет свои истоки с структурирования дерева целей грядущей деятельности [59, с. 136].

«Дерево целей – это организованный образ целей программы, которое будет включать в себя следующие элементы: общие цели, подцели первого и второго, а также последующих уровней.

Цели на разных ступенях дерева целей будут отличаться друг от друга. По уровню от самых отвлеченных, до точных целей и практических задач. При структурировании «дерева целей» применяют наиболее популярный метод «от обобщенного к субъективному».

В данном исследовании «дерево целей» строится по следующей структуре действий:

1. Трактовка ключевых целей.
2. Глобальная цель разбивается на подцели первого уровня.
3. Подцели первого уровня разбиваются на подцели второго уровня.
4. Разделение второго уровня на подцели третьего уровня.

Главной деятельностью по целеполаганию считается верное

построение иерархии целей, а также подцелей, связанных между собой.

Самым действенным методом считается построение дерева целей. В науку ввел термин построение дерева целей Б.С. Гершунский в его теории обучения. Рассматривая психологические исследования можно отметить, что способ дерева целей, является орудием для систематизации целей – разработан был профессором В.И. Долговой.

Первой основной ступенью систематизации дерева целей считается фазис целеполагания, который начинается с упорядочивания общих целей.

Единая цель – это фазис целеполагания, и он берет свое начало с трактовки генеральной цели.

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

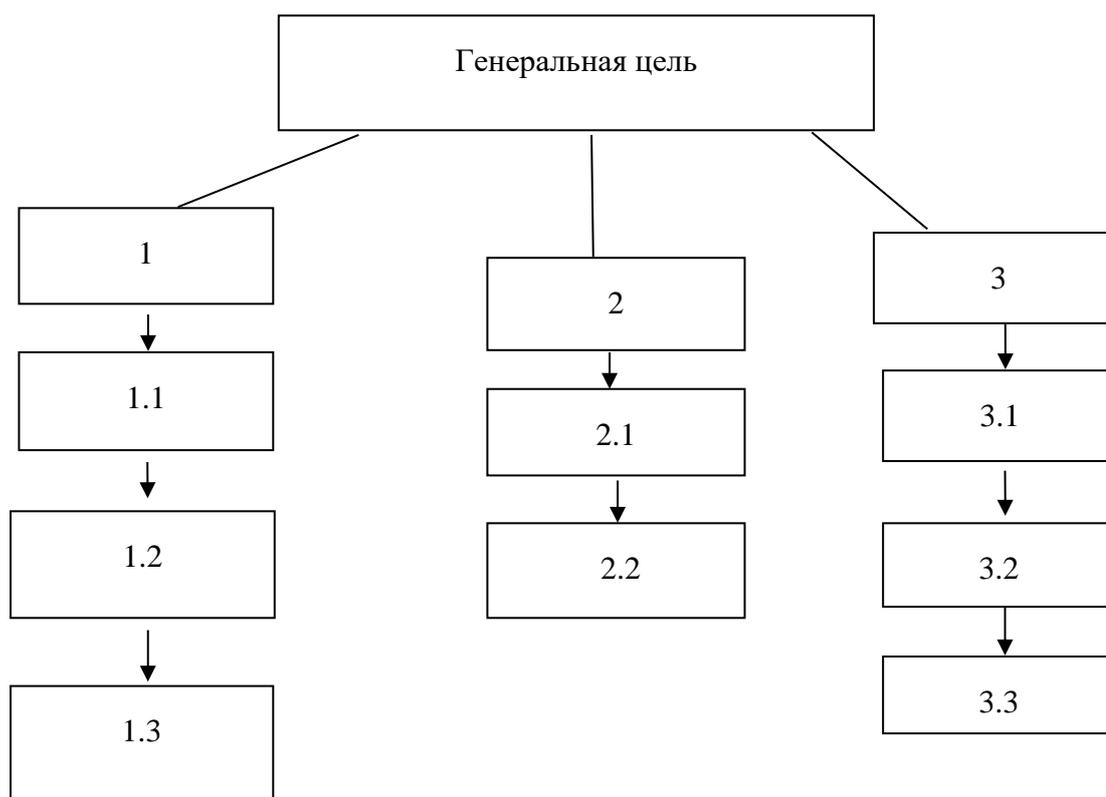


Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки

1. Изучить теоретические предпосылки исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

1.1. Изучить понятие агрессии в психолого-педагогических исследованиях.

1.2. Определить особенности агрессивного поведения подростков с различным уровнем самооценки.

1.3. Разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

2. Организовать и провести опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

2.1. Проанализировать этапы, методы и методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

3.2. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.3. Составить рекомендации родителям и педагогам по коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Опираясь на сотворенное дерево целей, была создана модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки. Основной мыслью, модели психолого-педагогической коррекции является психологическое влияние.

Значение модели происходит от французского *modèle*, что в переводе

означает с латинского языка *modulus*: мера, аналог, модель. Модель – это облегченный образ определенного процесса или феномена, который происходит в нем. В психологии моделирование понимают, как структурирование модели выполнения определенного психологического процесса для того, чтобы проверить его эффективность [25, с. 336].

Сущностью модели коррекции являются психологические влияния, которые направлены на конкретную психологическую структуру для того, чтобы предоставить комплексное развитие индивида. Под «моделями» в педагогике и психологии определяют структуры объектов, дублирующие определенные значимые характеристики, особенности и связи объектов (рисунок 2).

Единая модель процесса коррекции заключается в объединении приемлемых условий для комплексного развития индивида. Обоснованием данной модели считается создание практических умений на разнообразных базах. Персональная модель коррекции определяет основу психического развития личности.

Все названные виды моделей имеют единые особенности, могут перекликаться между собой, несмотря на разные цели и задачи. Модели – это, искусственно реализованные объекты в виде определенных схем, математических выражений, физических строений, определенных данных и способов их обработки.

Модель структурно состоит из следующих блоков (рисунок 2):

1. Теоретический блок.
2. Диагностический блок.
3. Коррекционный блок.
4. Аналитический блок.

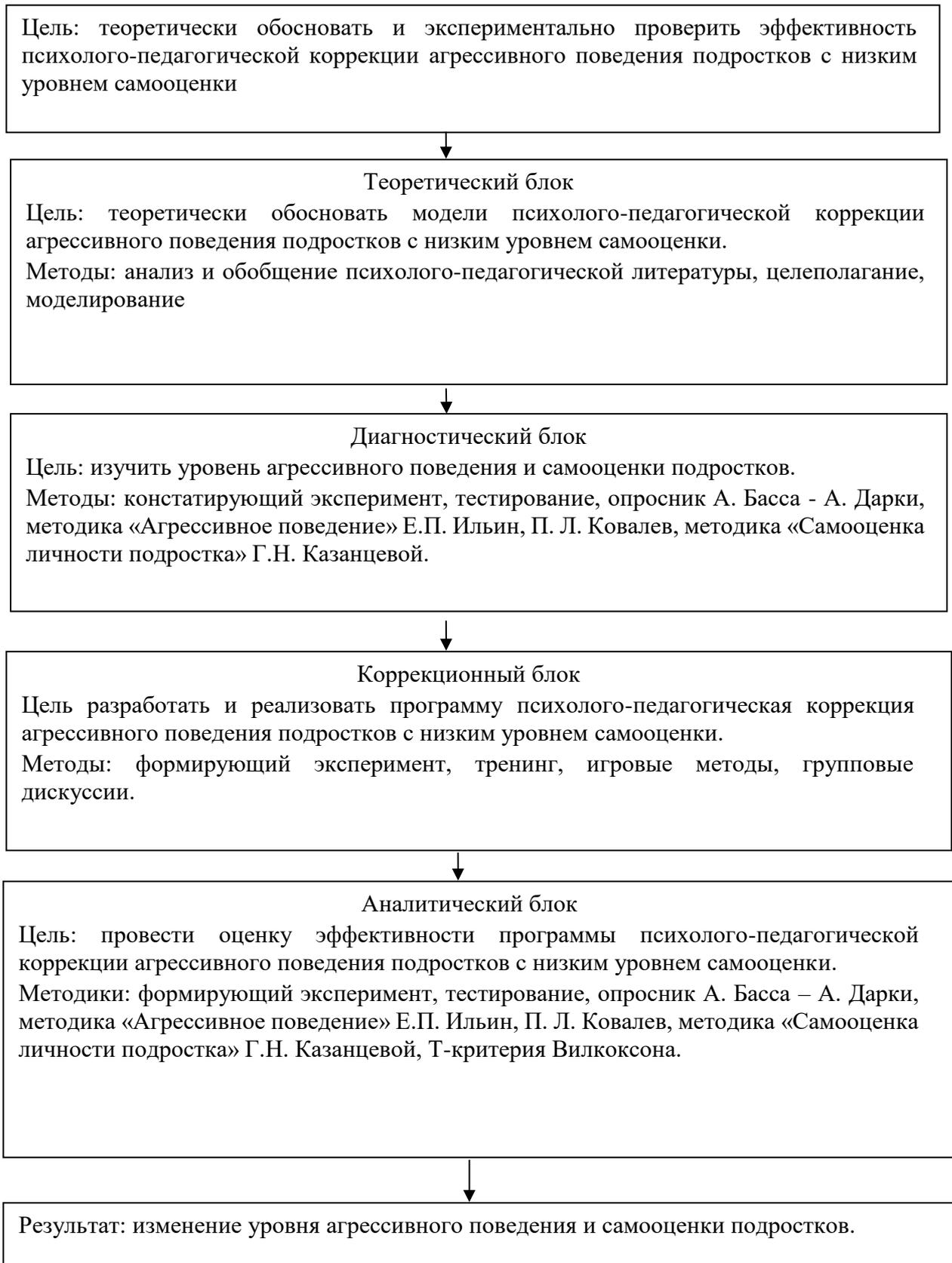


Рисунок 2 – Модель исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки

Охарактеризуем блоки модели:

1. Теоретический блок входит: постановка цели, задач, методов, изучение и анализ таких понятий, как агрессия, агрессивность и агрессивное поведение, самооценка, а также, анализ литературы по теме исследования.

2. В диагностический блок входит определение и изучение уровня агрессивного поведения и самооценки подростков, которое было проведено при помощи методик: опросник А. Басса-А. Дарки, методика «Агрессивное поведение» Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев, методика «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой [33, с. 59].

3. В коррекционный блок входит: создание и реализация программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки, в состав которой входят тренинг, коррекционные игры, игровые методы, применяемые при разработке занятий по коррекции агрессивного поведения с низким уровнем самооценки.

4. Аналитический блок состоит из повторной диагностики, анализа полученных результатов исследования, сравнения отличий экспериментальных данных, полученных в двух разных условиях на одной и той же выборке, с помощью Т-критерия Вилкоксона, и составление рекомендаций для подростков, родителей и педагогов.

Таким образом, нами было разработано дерево целей и модель психолого- педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Главная мысль коррекционной модели психологического воздействия, направленное на определенные психологические процессы, целью которого является предоставление полноценного развития личности. Это разумное влияние, которое непосредственно связано с внутренними состояниями человека с определенными проявлениями желаний, беспокойств, интеллектуальных процессов.

Подводя итог, можно сделать, вывод, что «модель» в педагогике и

психологии означает объединение предметов и символов, которые имеют общую систему и демонстрируют конкретные признаки, качества и связи между объектами.

Модель коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки состоит из следующих блоков: теория, диагностика, коррекция и анализ. Структуру модели включает блок «результат, который ожидается», который отображает положительное изменение в изучаемом феномене [17, с. 125].

Модель демонстрирует структуру из нескольких связанных между собой уровней, блоков, классифицированы по принципу иерархии.

Упорядочивание модели коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки происходит с построения дерева целей грядущей деятельности. Три главные цели, включая единые цели и подцели, образуют «дерево целей» и являются действенным способом составления задач.

Выводы по главе 1

Под агрессивным поведением рассматриваются особенности человека, его действия, которые чаще всего нацелены на самоуничтожение, на причинение вреда окружающим людям. Агрессия у подростков характеризуется проявлением вспыльчивости, нетерпеливости, раздражительности, а также применением физической силы. Агрессивное поведение изучали Г.М. Андреева, И. Р. Заградова, Р. Бэрн, Н.Д. Левитов, С.С. Степанов и другие авторы.

Подростки, у которых показатели самооценки ниже нормы, весомо отличаются от своих товарищей высокими показателями агрессии. Наиболее значимые различия выявляются по показателю выражения неявной агрессии и цинизма. Но, молодые люди с конфликтным сопоставлением самооценки и внешней оценки имеют более высокий

уровень форм агрессии, как сварливость, физическая агрессия и восприимчивость.

«Модель» в педагогике и психологии понимают, как объединение предметов и символов, у которых общая система, отражающая конкретные признаки и связи между объектами. Модель коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки состоит из блоков: теория, диагностика, коррекция и анализ.

Структуру модели включает блок «результат», который отображает положительное изменение в изучаемом феномене. Упорядочивание модели коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки происходит с построения дерева целей грядущей деятельности. Три главные цели, включая единые цели и подцели, образуют «дерево целей» и являются действенным способом составления задач.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки проходило в несколько этапов:

1. Поисково-подготовительный. Сформулировали и обосновали проблему, которая затрагивается в исследовании, проанализировали и определили важность и актуальность ее в современном обществе. Выполнили теоретический анализ психолого-педагогической литературы по теме нашего исследования; выявили цель, объект, предмет, задачи, методы и гипотезу исследования.

2. Опытно-экспериментальный. Проведение констатирующего эксперимента, обработка результатов. Была проведена диагностика испытуемых по опроснику А. Басса-А. Дарки, по методике «Агрессивное поведение» Е.П Ильина П.А. Ковалева, и по методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой. Отбор участников программы психолого-педагогической коррекции.

3. Контрольно-обобщающий. Разработка и реализация программы, повторная диагностика, выполнили анализ, обобщение и систематизацию накопленных материалов, сравнительный анализ полученных результатов и их оформление, математико-статистическая обработка данных, формулирование выводов и проверка гипотезы.

По результатам исследования по двум методикам была проведена математико-статистическая обработка результатов, подтвердившая гипотезу.

В действительности существует взаимосвязь агрессивного поведения и самооценки и самооценки у подростков.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические методы анализ и обобщение психолого-педагогической литературы и исследований по проблеме;

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: опросник А. Басса-А. Дарки; методика «Агрессивное поведение» Е.П. Ильина П.А. Ковалева, методика «Самооценка личности подростка» Г. Н. Казанцевой.

4. Математико-статистические: коэффициент ранговой корреляции Спирмена, критерий выявления направленности и выраженности изменений в уровне исследуемого признака Т-критерий Вилкоксона [27, с. 156].

В ходе исследовательской работы нами были выбраны такие методы психолого-педагогического исследования, как анализ, обобщение, констатирующее исследование, анкетирование, тестирование и опросник.

Дадим определение каждому из них:

Термин метод в психолого-педагогических публикациях понимается как способ преодоления намеченной цели, решения, объединение приемов практического, теоретического овладения реальностью.

Во время исследования мной был применен теоретический прием как анализ.

Анализ – метод изучения, позволяющий исследовать происходящие явления и процессы, исследовать происхождение необходимого объекта, его структуру и взаимоотношение с другими субъектами [28, с. 20].

Обобщение – это форма, которая заключается в приобщении знаний посредством перехода предположений от частного к общему в некоторой картине мира.

Целеполагание – это осознанное действие предпочтения одной или нескольких целей и реализация способов их достижения.

Моделирование – создание модели осуществления конкретного психического действия и формальной проверки ее достижимости.

Эмпирические:

Констатирующий эксперимент – это эксперимент, при котором не будут изменяться свойства участников необратимо, не будут формироваться новые свойства, и не будут развиваться те свойства, которые у него уже имеются.

Формирующий эксперимент, подразумевает ориентированное воздействие экспериментатора на испытуемых с целью развить конкретные особенности.

Тестирование – относится к психодиагностическим методам, заключается в изучении психологических особенностей человека при помощи психологических тестов, одним и вариантов тестов будут являться опросники, которые входят в категорию тестов личности и предназначены для психодиагностики индивидуальных личностных особенностей [14, с. 16].

Под психологическим тестом понимается стандартизированное задание (тест), по результатам которого определяют психофизиологические, личностные особенности, интеллект, компетенции и способности индивида.

Опросники. Самый простой метод для того, чтобы опросить окружающих, опросники позволяют задавать вопросы, задания представлены в виде вопросов или утверждений. Чтобы измерить агрессивность психологи разработали немалое количество опросников. Некоторые опросники были посвящены агрессивности в целом, а остальные были предназначены для исследования агрессии в конкретных условиях. Обычно опросники составляются так, чтобы испытуемые не догадались о стимуле исследователя в обнаружении их агрессивности [4, с. 136].

Проведем описание выбранных нами методик исследования.

1. Опросник А. Басса-А. Дарки.

Цель методики заключается в исследовании уровня агрессивности. Опросник позволяет выявить, какая агрессивная или враждебная реакция преобладает у конкретного индивида. В опроснике семьдесят пять высказываний, на которые необходимо ответить «Да» или «Нет».

Инструкция по проведению методики. Выберите вариант ответа «да», если вы согласны с высказыванием, и «нет» если не согласны. Долго над вопросами не думать.

Изучение результатов. Показатели различных форм агрессивных и враждебных реакций определяются путем прибавления ответов, которые были получены.

Индекс враждебности содержит пятые и шестые шкалы, а индекс агрессивности охватывает шкалы один, три, семь. Нормой агрессивности представляет собой величину её индекса, которая равна 21 плюс и минус 4, а враждебности 6,5-7 плюс, и минус 3. Учитывается во внимание метод достижения конкретной величины, которая выявляет степень проявления агрессивности [6, с. 238].

2. Методика «Агрессивное поведение» Е.П. Ильина, П.А. Ковалева.

Демонстрирует предрасположенность испытуемого к конкретной категории агрессивного поведения.

Возраст для того, чтобы пройти методику: четырнадцать-семнадцать лет.

Инструкция по проведению методики: перед вами ряд разных высказываний определите, насколько вы соглашаетесь с каждым утверждением. Если вы думаете, что данное утверждение вам свойственно, нужно выбрать ответ: «Да», если не согласны с высказыванием нужно выбрать ответ «Нет».

За каждый вариант ответа, который сходится с ключом, будет прибавляться 1 балл. Чем значительнее будет число набранных баллов, тем выше склонность подростка к данной категории агрессивного поведения. При подсчете баллов за явную и косвенную физическую агрессию,

получившаяся сумма баллов определяет несдержанность индивида, дает возможность определить о несдержанности или несдержанности испытуемого. Для того, чтобы выявить склонность к проявлению физической агрессии, прямой и неявной вербальной, нужно сравнить результаты ученика со средними показателями группы для определенного возраста. Несдержанность можно определить, если набрано 20 баллов и больше.

3. Методика «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой.

Методика направлена на исследование самооценки подростка.

Рекомендуемый возраст для прохождения методики: 14-17 лет.

Мы выбрали эту методику, так как она поможет определить уровень самооценки подростков. Самооценка является основным показателем развития индивида. Она помогает человеку определиться с верным выбором в различных насущных моментах, а также определяет уровень его потенциала, характер его взаимодействия с окружающими людьми. Данная методика представляет собой небольшую анкету с понятными для подростков формулировками вопросов и вариантов ответов.

Инструкция для прохождения методики: Вам будут прочитаны некоторые утверждения. Вы должны будете записать номер услышанного положения и против него выбрать один из трех вариантов ответа, который на ваш взгляд наиболее подходящий: «да», «нет», «не знаю». Отвечать необходимо, не раздумывая, не нужно думать какой ответ выбрать, отвечать, как можно быстрее [62, с. 10].

Метод математической статистики: r_s – коэффициент ранговой корреляции Спирмена, Т-критерий Вилкоксона.

r_s – коэффициент ранговой корреляции Спирмена, критерий установления тесноты и направления корреляционной связи между двумя признаками. Это надежный критерий, с помощью которого можно выявить различия между двумя признаками. Данный метод будет применяться, так

как с помощью него можно рассчитать и определить, есть ли взаимосвязь между агрессивным поведением и самооценкой подростков [53, с. 126].

Коэффициент корреляции рангов является непараметрическим показателем полученных при расчете рангового значения шкалы. Данный коэффициент показывает степень значений по порядковому признаку. В свою очередь по данному признаку можно провести сравнение значения величин рангов. Коэффициент корреляции был предложен К. Спирменом, величины которого лежат в пределах от -1 до +1, то есть может быть либо положительным, либо отрицательным, показывая направленную связь между двумя сравнительными признаками, измеряемых в шкале рангов, также отметим, что процесс ранжирования значений более 20 чисел, будет значительно сложным [33, с. 124].

T-критерий Вилкоксона – критерий выявления направленности, выраженности изменений в уровне изучаемого признака. Критерий применяют с целью сравнить показатели, которые измерены в двух непохожих условиях для одной и той же выборки. Метод был применен так, как с помощью него можно выявить, считаются ли изменения в показателях более сильными после внедрения определенной программы коррекции агрессивного поведения с низким уровнем самооценки [27, с. 176].

Цель выбранного критерия основывается в рассмотрении различий в результатах экспериментальных данных. Группы испытуемых абсолютно одинаковы, а условия, где проводились эксперименты, непохожие друг на друга. Выбранный критерий определяет направление и выраженность изменений, насколько изменение показателя в одну сторону больше, чем в другую. Сущность критерия является в сравнении абсолютных значений выраженности изменения в одном направлении с выраженностью изменения в другом направлении [27, с. 176].

Знак разницы не учитывается при ранжировании, но сумма рангов для положительных и отрицательных сдвигов выдвигается не совместно, вместе с суммой рангов на более позднее время. Если сила сдвига в ту или же в

другую сторону больше, то сумма ранжировки соответственно будет больше.

Данный тип сдвига является типичным, также и с критерием знака, а наименьшие сдвиги сумм ранжировки являются нетипичными. Можно сделать вывод, что данные сдвиги дополняют друг друга. Критерий Т-Вилкоксона необходим для выявления значений нетипичных сдвигов и значений сдвигов суммы рангов.

Гипотезы Т-критерия Вилкоксона:

H₀: применяется для значений типичных сдвигов не превышающих интенсивность сдвигов нетипичных направлений

H₁: применяется для значений, в которых интенсивность в типичном направлении преобладает над изменением сдвигов в нетипичном направлении.

Ограничения в применении Т-критерия Вилкоксона.

Количество с наименьшими испытуемыми подвергшихся двум изменениям условий 5. Больше всего испытуемых 50. Критерии предоставлены в таблице Т-критерия Вилкоксона. Количество наблюдений n уменьшается на эти нулевые сдвиги. Если нет нетипичных признаков, критерии не используются.

Таким образом, исследование агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки, проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий.

Был использован определенный комплекс методов и методик. На каждом этапе исследования были получены данные для дальнейшего проведения математико-статистической обработки и проверки гипотезы. Представленные этапы, методы и методики полностью соответствуют поставленной нами цели и задачам нашего исследования и подобраны в соответствии с возрастом учащихся и условиями для диагностики.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

В исследовании агрессивного поведения у подростков приняли участие 20 учащихся 8 «Г» класса в возрасте 13-14 лет, из них 9 девочек, 11 мальчиков. Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 10 в г.Учалы», учащиеся 8 «Г» класса в количестве 20 человек.

В классе обучается 20 человек, 9 девочек и 9 мальчиков. Со слов классных руководителей общий уровень дисциплины наблюдается положительный. Общая организованность учащихся высокая: проблем с дисциплиной нет, как во время урока, так и во время перемен. Стиль взаимоотношений в классе благоприятный, дружеский. Состав класса не менялся с начальной школы, детей, которые оставались, на второй год обучения нет, а также детей из неблагополучных семей не наблюдается, есть дети из многодетных семей. Родители проявляют активное участие в воспитании детей, присутствуют на родительских собраниях и проявляют отзывчивость в вопросах обучения детей.

Диагностика учебной деятельности выявила отсутствие обучающихся с неуспеваемостью. У 27% класса есть проблемные вопросы в процессе учебной деятельности, часто пропускают уроки, и посещают школу без какого-либо интереса. На уроках часто могут отвлекаться и заниматься посторонними делами. Учебная деятельность дается нелегко из-за недостаточного уровня развития внимания и памяти. Классный руководитель не оставляет это без внимания, старается регулярно проводить контроль за успеваемостью учащихся из группы риска. У 32% отмечена хорошая успеваемость по предметам. Проблем с учебной деятельностью обычно не возникает.

Констатирующий эксперимент на данном этапе работы позволил нам выявить уровень агрессивного поведения у подростков.

Результат исследования по опроснику А.Басса-А. Дарки по доминирующим индексам агрессии и враждебности представлен на рисунке 3 и в таблице 2.1 в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

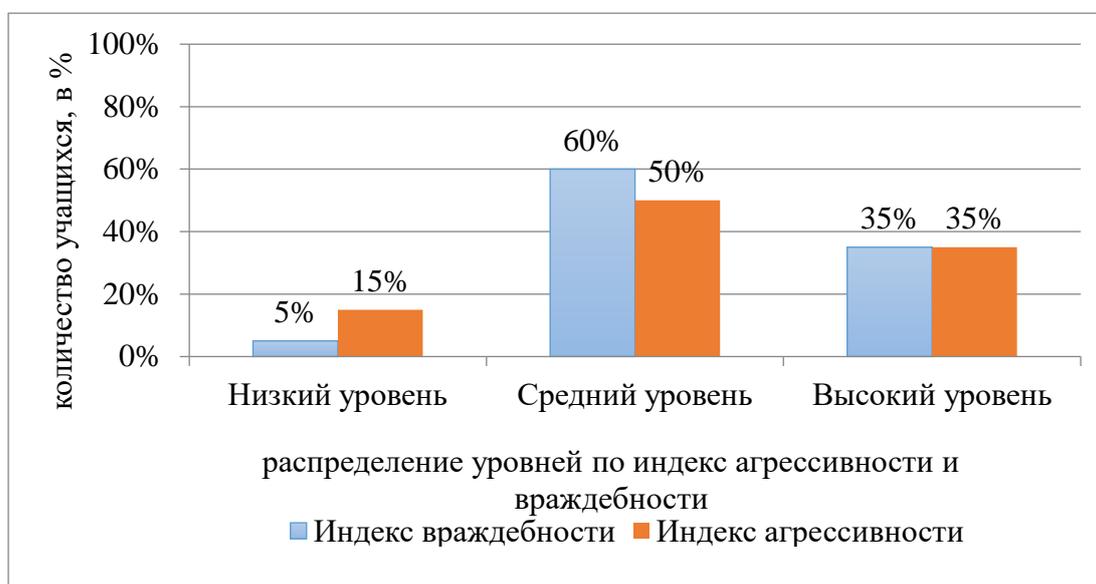


Рисунок 3 – Результаты диагностики агрессивности и враждебности подростков по опроснику А. Басса-А. Дарки

Индекс агрессии определяется как склонность к разрушительным межличностным взаимоотношениям. Агрессия имеет разный уровень проявления.

50% (10 человек) опрошенных имеют агрессию, которая находится в соответствии с нормой. Для них агрессия в стабильных, обычных условиях несвойственна, и имеет непостоянный характер степени проблеска. Но, в конкретных эмоционально окрашенных случаях они могут проявлять разные виды проявления агрессии, которые нацелены на самооборону.

15% (3 человек) опрошенных имеют низкой индекс агрессии.

Подростки с низким индексом агрессивности отличаются наличием различных личностных структур, переносят агрессию на неживые предметы, так же для них характерно проявление неприязни и ревности, что чаще всего вызвано злобой и обидой.

35% (7 человека) имеют высокий индекс агрессивности, для таких подростков характерна спонтанная агрессия, которая связана с физическим

воздействием на окружающих. Они конфликтны, жестоки, такое поведение вызывают переживания у учителей и конечно, родителей.

У 60% (12 человек) испытуемых индекс враждебности выражен в норме, то есть среда развития подростков, и условия воспитания дают ресурс для контроля своего состояния.

У 35% (7 человек) испытуемых индекс враждебности выражен выше нормы. Это говорит о том, что большинство учащихся подсознательно настроены на враждебное отношение к своим сверстникам, педагогам, родителям и в целом к окружающим людям. Четко выраженная ненависть, где чувства не скрываются, и будут отрицательно влиять личность подростка. Если он не ведает свое состояние и свои опасения, то обычно это приводит к замкнутости, закрытости и не желанию вести диалог с окружающими людьми [29, с. 226]. У 5% (1 человек) опрошенных индекс враждебности выявлен ниже соответствующей нормы. Такие подростки чаще всего не испытывают внутренние проявления агрессивного поведения, но способны к проявлению внешней агрессии.

Результаты диагностики по методике «Агрессивное поведение» Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев представлены на рисунке 4, в таблице 2.2 в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

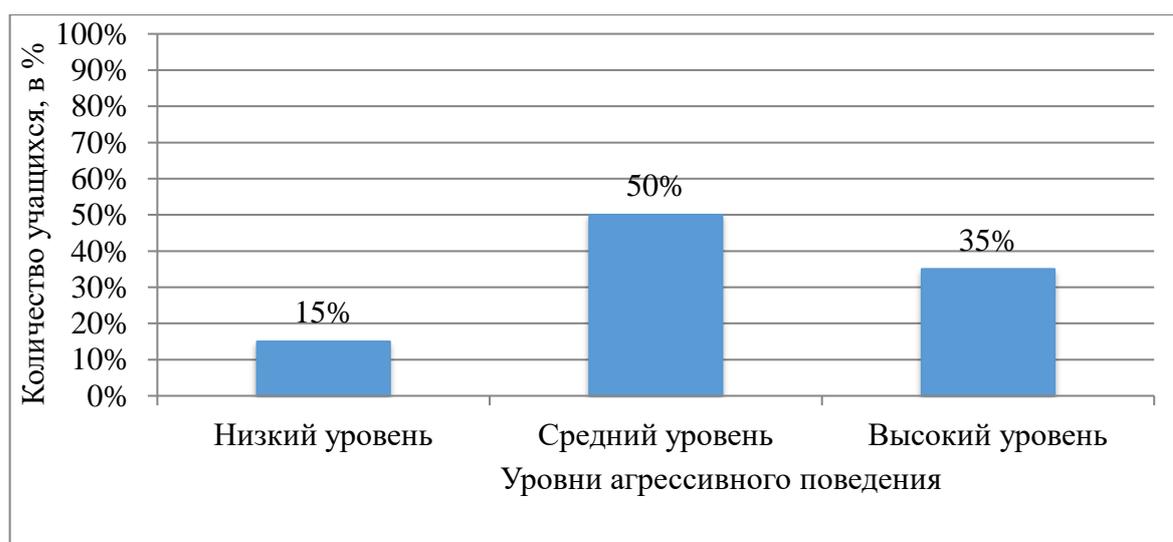


Рисунок 4 – Результаты диагностики агрессивного поведения подростков по методике «Агрессивное поведение» Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев

По результатам исследования по методике «Агрессивное поведение» Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев было выявлено:

35% (7 человек) имеют высокий показатель агрессивного поведения. Это обычно выражается в отсутствии торможения реакций вербальной агрессии. Подростки проявляют различные формы агрессивного поведения, и у них преобладает жестокость, ненависть и бессердечность к окружающим людям.

50% (10 человек) имеют средний показатель агрессивного поведения. Для таких подростков присуще косвенная, неявная агрессия, они могут проявлять свою агрессию на окружающих предметах, также это может проявляться в необдуманной, обидной шутке и в высказывании об определенном человеке.

15% (3 человек) имеют низкий показатель агрессивного поведения. Для таких подростков присуще редкое проявление вербальной и физической агрессии, только в эмоциональных ситуациях, что бывает довольно редко.

Результаты диагностики самооценки подростков по методике «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой представлены на рисунке 5, в таблице 2.3 в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

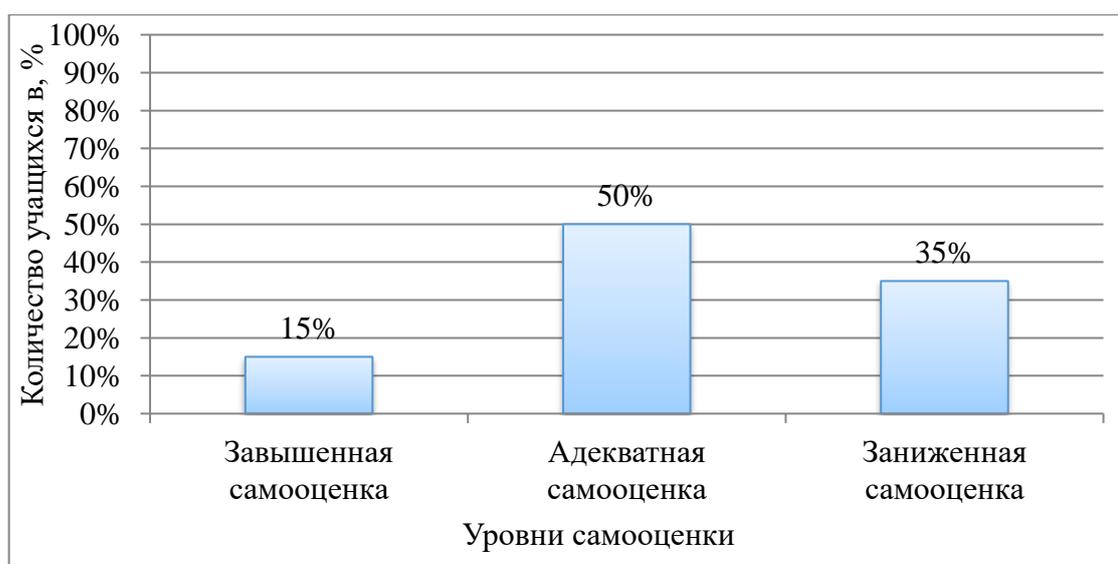


Рисунок 5 – Результаты диагностики самооценки подростков по методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой

По результатам исследования по методике «Самооценка личности подростка» Г. Н. Казанцевой было выявлено:

15% (3 человек) опрошенных наблюдается высокий уровень самооценки. Такие люди, преувеличивают свои достоинства, хотят быть в центре внимания, не осознают свои промахи и ставят перед собой только грандиозные цели. Обладают такими качествами как надменность и высокомерие, и заносчивость.

50% (10 человек) имеют средний уровнем самооценки. Такой человек с уважением относится к себе, принимает и осознает свои слабые стороны и стремится к процессу саморазвития [30, с. 343].

35% (7 человек) имеют низкий уровень самооценки. При заниженной самооценке у индивида развивается комплекс собственной недостаточности, они зажаты в себе, скрытны и не чувствуют уверенности в своих силах.

Такие люди отличаются высокой требовательностью к своей личности и не меньшей требовательностью к близким людям. Это будет проявляться и во внешнем виде подростков: голова втянута в плечи, походка неуверенная, редко можно увидеть улыбку на его лице, взгляд чаще всего опущен вниз.

С целью проверки гипотезы исследования о корреляционной связи самооценки и агрессивного поведения подростков, выполнена математико-статистическая обработка результатов диагностики по опроснику А. Басса-А. Дарки и методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой с применением r_s -коэффициента ранговой корреляции Спирмена, так как с помощью него можно выявить есть ли связь между двумя признаками.

Ограничения критерия выполняются.

Подсчет рангового коэффициента корреляции Спирмена при сопоставлении показателей агрессивного поведения и самооценки подростков представлен в таблице 2.4 в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

Гипотезы:

H_0 Корреляция между агрессивным поведением и самооценкой не отличается от 0.

H_1 Корреляция между агрессивным поведением и самооценкой достоверно отличается от 0.

Определяем эмпирическую величину r_s :

$$r_{s \text{ эмп.}} = 1 - 6 \cdot \frac{\sum d^2 + T_a + T_b}{N(N^2 - 1)}, \quad (1)$$

где N — количество испытуемых, участвовавших в ранжировании,

$\sum d^2$ — сумма квадратов разностей между рангами,

T_a и T_b — поправки на одинаковые ранги.

$$r_{s \text{ эмп.}} = 1 - 6 \cdot \frac{366,75 + 3,5 + 3}{20(20^2 - 1)} = 1 - 0,28 = 0,71 \quad (2)$$

Критические значения:

$$r_{s \text{ кр.}} \begin{cases} 0,45 (p \leq 0,05) \\ 0,57 (p \leq 0,01) \end{cases}$$

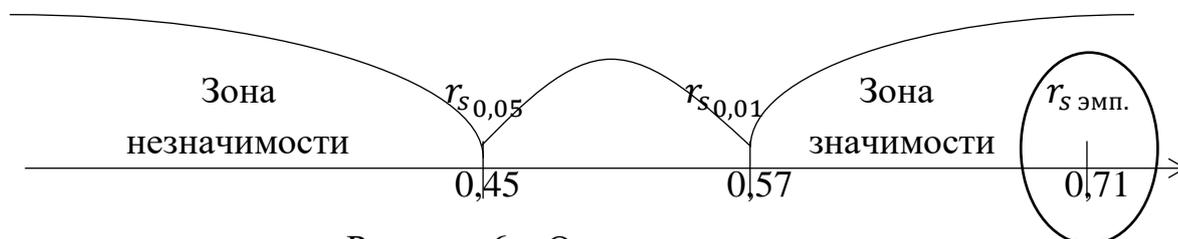


Рисунок 6 – Ось значимости

$r_{s \text{ эмп.}} > r_{s 0,01} \Rightarrow$ принимается H_1 .

Корреляция между агрессивным поведением и самооценкой достоверно отличается от 0.

Коэффициент корреляции положительный, что указывает на прямую корреляционную связь. Но расчет показателя самооценки по методике Г.Н. Казанцевой осуществляется по правилу, низкое количество баллов – это высокая самооценка. Таким образом, низкая самооценка интерпретируется как обратная, высокой самооценке соотносится низкий уровень агрессивного поведения.

В результате проведения математико-статистической обработки было выявлено, что существует достоверная связь между уровнями агрессивного поведения и самооценки у подростков.

Можно сделать вывод что, результаты исследования подтверждают выдвинутую ранее гипотезу о наличии корреляционных связей самооценки и агрессивного поведения подростков.

Таким образом, по итогу первичной диагностики из 20 испытуемых у 7 подростков (35%) выявлен высокий уровень агрессивности и низкий уровень самооценки. Такое количество учащихся будут принимать участие в программе психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Выводы по главе 2

Констатирующий эксперимент исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки протекало в трех этапах: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий этап. Была изучена психолого-педагогическая литература, были подобраны необходимые методики на агрессивность и враждебность подростков, а также на самооценку, далее был проведен констатирующий эксперимент, где была выполнена обработка и интерпретация полученных результатов.

Использовались следующие методы и методики: Теоретические методы: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования. Эмпирические методы: констатирующее исследование, опросник, тестирование.

Для того, чтобы выявить уровень агрессивности подростков и уровень самооценки, были проведены следующие методики: опросник А. Басса – А. Дарки; методика «Агрессивное поведение» Е. П Ильина П. А. Ковалева, методика «Самооценка личности подростка» Г. Н. Казанцевой.

Анализируя результаты подростков по опроснику А. Басса – А. Дарки было выявлено, мы можем сделать вывод, что 35% (7 человека) обладают высоким показателем агрессивного поведения. 50% (10 человек) выявлен средний показатель агрессивного поведения.

15% (3 человек) имеют низкий показатель агрессивного поведения; 35% (7 человек) имеют высокий уровень враждебности; 60% (12 человек) имеют средний показатель враждебности; 5% (1 человек) обладают низким уровнем враждебности.

На основании результатов исследования по методике «Агрессивное поведение» Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев, мы можем сделать вывод, что у 35% (7 человека) имеют высокую степень агрессивного поведения; у 50% (10 человек) имеют средний показатель агрессивного поведения; у 15% (3 человека) имеют низкий показатель агрессивного поведения.

По методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой, мы можем сделать вывод, что 35% (7 человек) имеют низкий уровень самооценки; 50% (10 человек) имеют средний уровень самооценки; 15% (3 человека) имеют высокий уровень самооценки.

По итогу первичной диагностики из 20 испытуемых у 7 подростков (35%) выявлен высокий уровень агрессивности и низкий уровень самооценки. Именно эти учащиеся будут принимать участие в программе психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ САМООЦЕНКИ

3.1 Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки

При написании коррекционной программы мы опирались на работы следующих авторов: И.А. Фурманова, И.В. Дубровиной, Р.В. Овчаровой, М.Р. Битяновой, С.А.Игумнова.

Структура программы составлена как последовательность групповых и индивидуальных занятий с учителем.

Целью коррекционной программы является коррекция агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Для достижения этой цели были поставлены следующие задачи:

1. Выработать навыки по конструктивному разрешению межличностных взаимодействий.
2. Выработать умения выражать агрессию в приемлемых для общества формах.
3. Сформировать положительное отношение к себе.

Программа изменения уровня агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки базируется на рабочих показателях со следующими характеристиками: когнитивный, мотивационный, эмоциональный и поведенческий.

При работе с когнитивными особенностями необходимо уделить большое внимание следующим вопросам: про уверенность в себе, самоконтроль, самооценку, поведение во время возникновения конфликта, рациональные и разрушительные модели поведения [44, с. 123].

На уровне, который связан с мотивационными чертами выбор тем будет включать в себя навыки быстрого реагирования, варианты выхода из

ситуации конфликта, управление своим поведением и происходящей ситуацией во время возникновения конфликта.

При работе с эмоциональными состояниями характера следует уделить немаловажное внимание таким темам: надлежащее проявление эмоций, контроль за агрессивными противодействиями, способы снижения беспокойства, централизация внимания, создание комфортного климата в классе, определение неположительных эмоций [54, с. 45].

Также необходимо сконцентрировать внимание на умении видеть окружающих так же, как себя, сострадать, передавать плохое настроение допустимом методом и уважать эмоциональное настроение других людей. Одним из противопоказаний к проведению занятий с агрессивными подростками с низким уровнем самооценки является непринятие и отрицательное отношение подростка и родителей к будущей работе [60, с. 126].

Методологической основой нашей программы представляет собой принцип когнитивного, структурного и личностно-ориентированного подхода.

Принципы программы.

1. Принцип ранней психолого-педагогической поддержки – данный принцип понимается так, что люди быть эмоционально готовы к нелегким жизненным моментам на всех этапах своего развития.

2. Принцип превентивной ориентации – основан на теории проактивного копинга. Проактивный копинг изучается как стремление человека предсказать вероятные тревожные факторы и начать действовать проактивно, чтобы нейтрализовать и сократить их негативное воздействие. [64, с. 165].

3. Принцип деятельностного подхода – принцип изучает психолого-педагогические процессы как деятельность, которая связана с возможным решением проблемного обстоятельства.

4. Принцип схожести контроля и коррекции – в процессе

коррекционно-развивающей работы необходимо контролировать динамику и результаты работы.

5. Принцип человеческого и дифференцированного подхода – развитие умений совладающего поведения складывается на основе дифференцированного подхода и принимает во внимание индивидуальные отличительные черты каждого подростка.

6. Принцип арт-коррекции – указанный принцип предполагает применение арт-терапевтических техник, которые направлены на поиск решений эмоциональных и поведенческих проблем ученика.

7. Принцип единого подхода – для благополучной психолого-педагогической работы требуется обязательное вовлечение ближайшего социального окружения подростка, родителей и педагогов.

8. Принцип конфиденциальности – данные, полученные психологами в процессе работы, не могут быть разглашены по своему желанию.

9. Принцип компетентности – психологи осознают и берут к сведению границы своей компетенции.

10. Принцип ответственности – психолог учитывает благополучие молодого поколения и не применяет итоги своего труда в ущерб ребенку [25, с. 453].

Методы работы при проведении программы: игра, дискуссия, работа в группах. Программа занятий состоит из двух основных ступеней: диагностический и практический.

Диагностическая работа включает в себя групповую психологическую диагностику подростков. Для этого применяются такие методики: опросник А. Басса-А. Дарки; методика «Агрессивное поведение» Е. П. Ильина П. А. Ковалева, методика «Самооценка личности подростка» Г. Н. Казанцевой.

Данные методики предоставляют полное понимание индекса агрессивности и уровня самооценки подростков.

В практический этап входят групповые занятия с молодыми людьми. Уроки проходят три раза в неделю. Практический блок включает в себя 10 занятий. Продолжительность занятия занимает 1-1,5 часа. Количество человек в группе 7 человек. Группа формируется на основе данных психодиагностического исследования индекса агрессивности и уровня самооценки подростков.

Рассмотрим структуру каждого занятия.

Начало урока. Для начала идет приветствие, далее психолог устанавливает отношения, построенные на доверии с подростками, настраивает их на дальнейшую работу, и создает благоприятную атмосферу в группе

Основная часть. Участники настраиваются на выполнение упражнений, следующим шагом идет обсуждение результатов.

Подведение итогов занятия. Обсуждаются полученные результаты занятия.

Развернутое содержание первого занятия коррекционной программы представлено ниже, остальное содержание занятий охарактеризовано в ПРИЛОЖЕНИИ 3.

Занятие № 1. «Это я».

Содержание занятия: создание надежной атмосферы, готовность на эффективную работу, рассмотрение тем выбранных для программы, а также их весомости для участников, установление ожиданий участников от планируемой работы.

Инструментарий: необходимый предмет у всех участников, коробок, ручка, часы, карточки разных животных в цветовом варианте, и карточки на которых изображены трудности.

Список упражнений, которые включены в сессию:

1. Мы знакомимся, и далее катим снежный ком. Цель данного упражнения: устранить психологические преграды в диалоге и знакомстве с педагогом-психологом.

Ведущий оповещает всех участников через классного руководителя, что необходимо принести что-то небольшое и ценное для него (например, любимую игрушку).

2. Называем дружно прилагательные. Цель вышесказанного упражнения: сплотить участников и создать положительную атмосферу в группе.

3. Качества. Цель вышеупомянутого упражнения – создать позитивный эмоциональный климат в классе, определить интересы группы и понаблюдать общением участников.

4. Мое позитивное воображение. Цель данного упражнения – помочь подросткам поверить в себя и поддержать других участников и в том числе себя. Содержание упражнения понимается в создании общего рассказа. В самом начале упражнения ведущий программы раздает карточки (по одной за раз) на которых изображены различные неприятные ситуации, к примеру, падение в лужу, падение в грязь, ушиб ноги.

Занятие № 2. «Лицом к лицу».

Цель занятия: формирование рефлексивных умений определения своих эмоций и себя в моменты агрессии.

Список упражнений, которые включены в сессию:

1. Прогноз погоды. Цель данного упражнения: научить участников программы передавать свое не позитивное настроение допустимым способом и уважать настроение окружающих.

2. Камень, попавший внутрь обуви. Цель упражнения: научить подростков выразительно передавать свои проблемы и сложности.

3. Дождик проливной. Цель данного упражнения: расслабиться, снять тревожность, сконцентрировать внимание.

Занятие № 3. «То, чего вы не можете знать».

Цель упражнения: развитие способностей рефлексии для осознания разрушительных методов проявления агрессии.

Упражнения, которые входят в занятие:

1. Неприемлемые ситуации. Цель упражнения: Найти наиболее рациональные методы выхода из враждебных ситуаций.

2. Все это – только мои эмоции. Цель упражнения: научиться различать эмоции.

3. Предложения с юмором и «снежки». Цель упражнения: преодолеть раздражение и обиду в отношениях между учениками и педагогами и родителями.

Занятие № 4. «Будущие откровения».

Цель занятия: развитие навыков рефлексии для принятия своих положительных сторон.

Названия упражнений, которые включены в процесс занятий:

1. Восхищение. Цель упражнения: создать обстановку приятных эмоций.

2. Крестики-нолики. Цель упражнения: развить умения быстрого реагирования на враждебные идеи.

3. Откровения в любви. Цель упражнения: развитие умений оптимистичного мышления и чувственного отношения к собственной жизни.

Занятие № 5. «Проблемы только у меня в голове».

Цель упражнения: изучить мотивы агрессивного поведения в себе и в окружающих.

1. Два лагеря. Цель упражнения: справиться со страхом в процессе самопроявления.

2. Монологи. Цель упражнения: развить навыки принятия себя таким, какой ты есть, определять свои слабые стороны и представлять себя в группе.

Занятие № 6. «Уверенность в себе».

Цель упражнения: развитие приемов самоконтроля.

Список упражнений группы:

1. Разные ответы. Цель этого упражнения - предоставить подросткам возможность распознавать уверенные и неуверенные, агрессивные высказывания.

2. Любовь и гнев. Цель этого упражнения – помочь ученикам понять, что они могут испытывать разные чувства и эмоции по отношению к другим людям, контролировать свои чувства.

Занятие № 7. «Познай себя».

Цель этого занятия – выявить подходящие методы удовлетворения потребностей подростка и его взаимодействия с окружающими людьми.

Ниже приведен набор упражнений, которые будут занятии:

1. Будущее. Цель этого упражнения – построить и определить настоящее и будущее при помощи планирования и воображения.

2. Короли и королевы. Цель упражнения: определить индивидуальные защитные механизмы.

Занятие № 8. «Время для удовольствия».

Цель занятия: Найти приемлемые методы удовлетворения личных потребностей и потребностей окружающих людей.

Набор упражнений для сессии:

1. «Если бы было бы». Цель этого упражнения - развитие способов решения проблем, развитие мыслительных процессов и воображения.

2. Домик. Цели упражнения: объединение участников, создание рабочей ситуации.

3. Кто же тут проживает. Цели упражнения: развитие навыков выражать задуманные идеи, одобрение, поиск рациональных методов выхода из ситуации конфликта.

Занятие № 9. Открытая дискуссия, «давайте думать».

Цель занятия: уметь вести себя во время конфликтной ситуации, разговор об агрессивности и ее видах, содействовать объединению группы путем творческого сотрудничества.

1. Ковер мира. Цель упражнения: призвать подростков избегать физического насилия по отношению к окружающим людям, и решать все путем мирного разговора.

2. Незаконченные предложения. Цель упражнения: развивать навыки комбинирования познавательной деятельности.

Занятие № 10. «День закрытия».

Цель урока: подводить итоги, систематизировать опыт, делиться эмоциями.

Список упражнений для проведения занятия:

1. Увлеченное мышление. Цели упражнения: объединение коллектива, развитие навыков выражения позитивных эмоций, почтение к окружающим.

2. «Чему я научился?» Цели упражнения: помочь подросткам резюмировать ценность тренинга и вспомнить основные вопросы, которые могли возникнуть.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- снижение показателя агрессивности;
- положительное отношение к себе.

Таким образом, психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения у подростков проводится в групповом формате с учащимися 8 «Г» класса в возрасте 13-14 лет. Количество учеников в группах по 7 человек. Занятия проводятся два раза в неделю, продолжительность занятий 1,5 часа с 20-минутным перерывом. Программа состоит из 10 основных тем. Цель программы коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки довести уровень агрессии и самооценки до уровня в пределах нормы. Критерием эффективности программы является доведение уровня агрессии и уровня самооценки подростков до наиболее приемлемого уровня.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

Для проверки эффективности реализации программы коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки, была проведена повторная диагностика уровня агрессивного поведения с помощью следующих психодиагностических методик: опросник (А. Басса – А. Дарки); «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев); методика «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой.

Экспериментальной базой выступило Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 10 в г. Учалы». В исследования приняли участие 20 учащихся 8 «Г» класса в возрасте 13-14 лет, из них 9 мальчиков, 11 девочек. В программе коррекции принимали участие 7 подростков, исходя из данных проведения первой диагностики.

Программа коррекции агрессивного поведения у подростков проводилась на той же выборке, на которой проводился констатирующий эксперимент. Следовательно, характеристика выборки совпадает с той, что приведена в констатирующем эксперименте.

Оценка эффективности проводилась на основании сравнения показателей «До» и «После» реализации программы формирования. Сравнение конечных результатов исследования агрессивного поведения в подростковом возрасте до и после реализации программы психолого-педагогической коррекции по методике А. Басса-А. Дарки представлены на рисунке 6 и в таблице 4.1, ПРИЛОЖЕНИЯ 4.

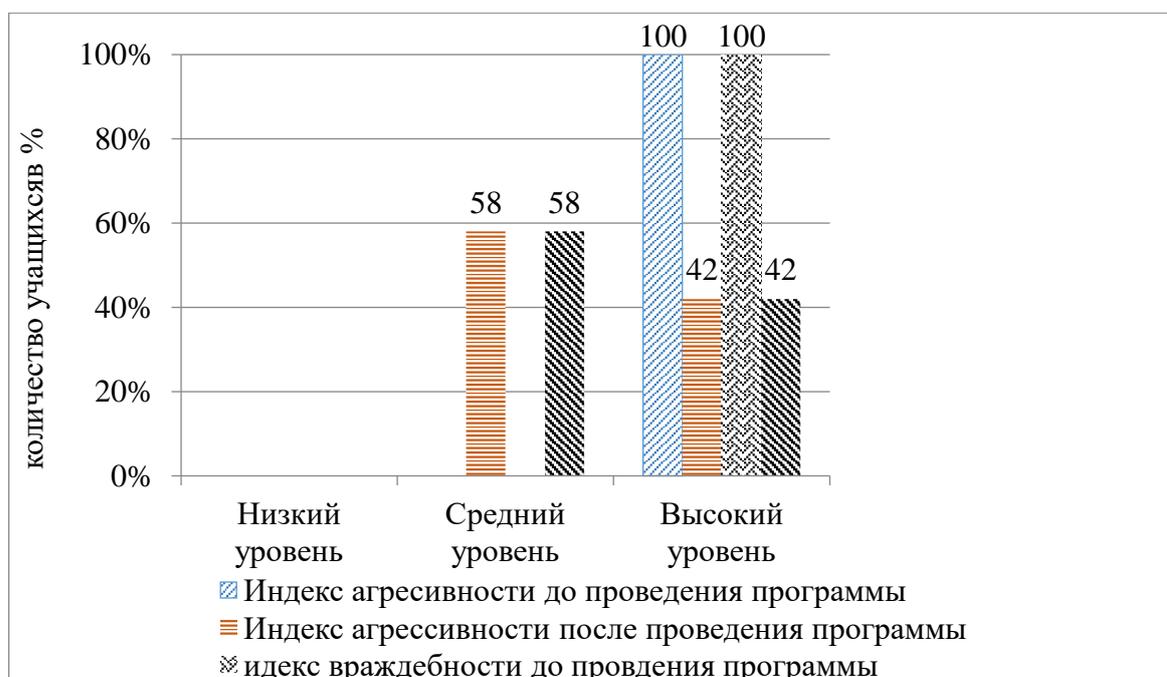


Рисунок 7 – Результаты диагностики уровня агрессивного поведения у подростков по методике А. Басса-А. Дарки «Агрессивность и враждебность» до и после реализации программы

Как можно заметить на рисунке 6, после проведения программы коррекции агрессивного поведения подростков мы можем сделать следующие выводы: средний индекс агрессивности наблюдается у большего процента учеников у 58% исследуемых (4 человек). Это говорит о том, что у подростков индекс агрессивности уменьшился и достиг индекса в пределах нормы, они начали с уважением относиться к окружающим людям, приняли свои недостатки и осмыслили, как их можно исправить, чтобы стать лучшей версией себя.

Высокий индекс агрессивности снизился и составляет 42% (3 человека).

Подростки начали разграничивать разумное и неразумное поведение, выясняли для себя, приемлемых формы поведения, чтобы не причинять вреда людям, которые их окружают.

Результаты повторного исследования уровня агрессивного поведения подростков по методике «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев); представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблице 4.2

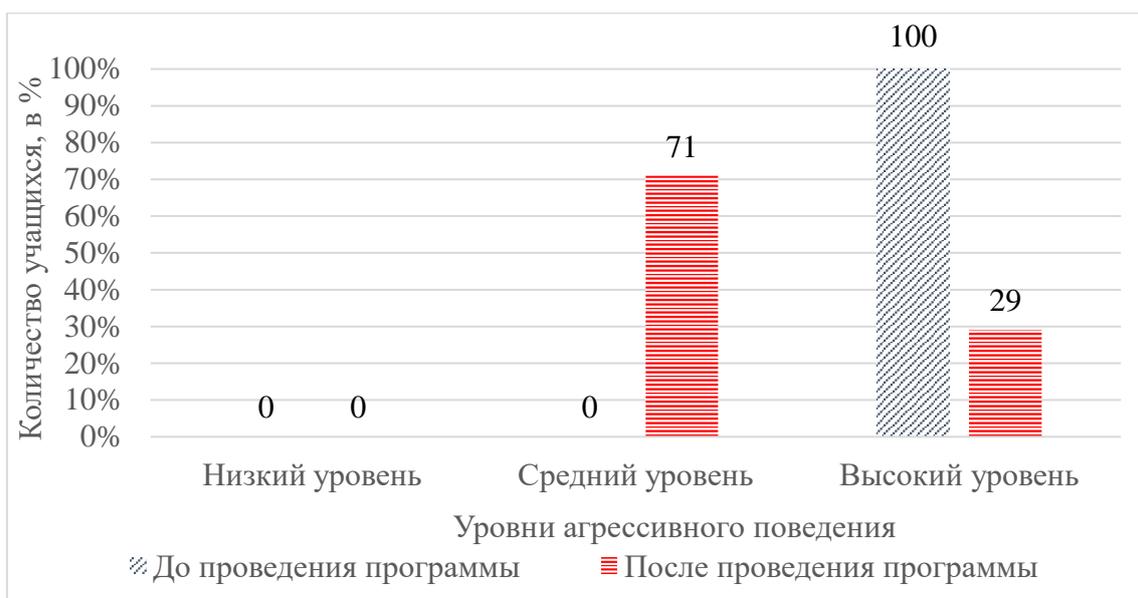


Рисунок 8 – Результаты диагностики уровня агрессивного поведения у подростков по методике «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев) до и после реализации программы

Средним уровнем агрессивного поведения теперь обладает 71% (5 человек). Подростки научились адекватно реагировать и воспринимать критику со стороны окружающих, и делать для себя определенные выводы, а также приемам эмоциональной регуляции поведения, благодаря этому они могут прорабатывать негативные эмоции и не держать в себе.

Приняли свои недостатки, повысили навыки коммуникации.

Высокий уровень агрессивного поведения снизился и составляет 29% (2 человека). Это значит, что подростки начали разграничивать конструктивное и деструктивное поведение, разъясняли для себя, о том как нужно вести себя в социально-приемлемых формах поведения, чтобы не причинить ущерба окружающим людям [48, с. 80].

Полученные результаты говорят о позитивной динамике, показатели изменились в сторону оптимального после внедрения программы коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Результаты повторного исследования уровня самооценки подростков по методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой представлены в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблице 4.3.

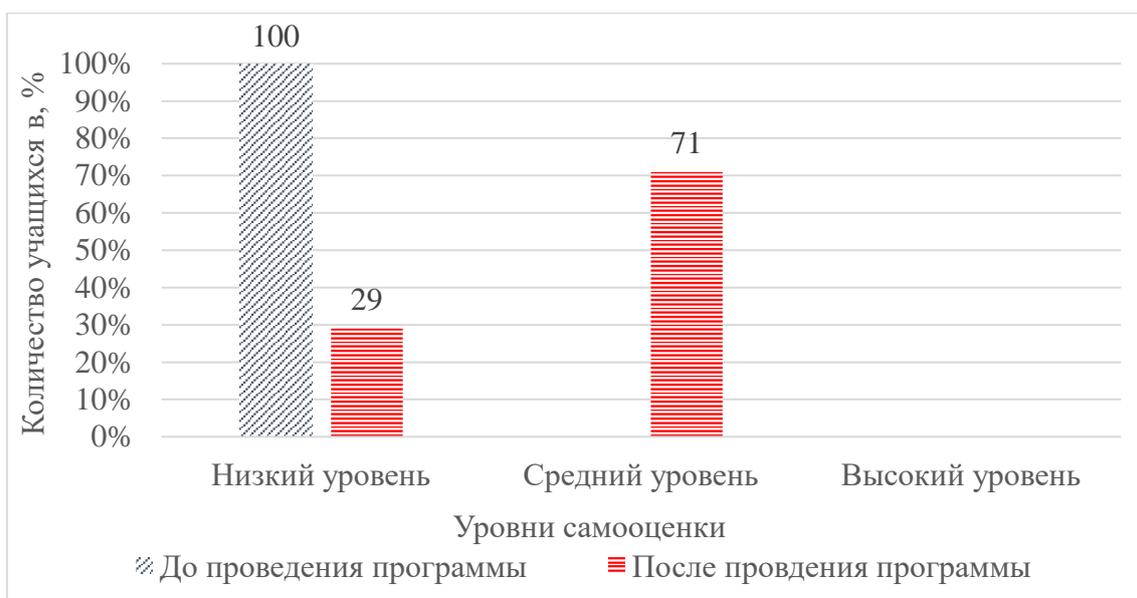


Рисунок 9 – Результаты диагностики уровня самооценки у подростков по методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой до и после реализации программы

Низкий уровень самооценки выявлен у 2 обучающихся (29%), что говорит об успешности проведения программы, коррекции уровня самооценки подростков. Это говорит о том, что подростки стали менее требовательными к себе, и начали уважать себя как личностей, стали более позитивными, а также приняли свои сильные и слабые стороны [49, с. 75].

Количество обучающихся у которых выявлен средний уровень самооценки, увеличилось и стало равняться 71% опрошенных (5 человек). Они начали относиться к себе с уважением, принимать свои слабые стороны и стремиться стать лучше.

Для проверки гипотезы исследования о том, что психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков будет успешна, если принять во внимание корреляционные связи самооценки и агрессивного поведения подростков, и разработать и провести модель коррекции агрессивного поведения, была проведена математическая обработка по Т-критерию Вилкоксона для данных методики диагностики состояния агрессии (А. Басса – А. Дарки); (Приложение 4, таблица 4.4)

Проанализируем сдвиги, как мы можем увидеть, большая часть из них ниже нуля, и имеет отрицательные знаки. Их будем принимать за типичные,

так как их больше. $T_{эмп} = 0$ (по методике А. Басса – А. Дарки «Диагностика состояния агрессии»). Найдем критические значения T при $n=6$, и построим ось значимости (рисунок 9). $T_{кр} = 2$ ($p \leq 0.05$).

$T_{эмп} < T_{кр}$, H_0 отвергается, принимаем H_1 . Интенсивность сдвигов в направлении снижения индекса агрессивности подростков превышает интенсивность сдвигов в направлении их повышения. $T_{эмп}$ находится в зоне значимости, H_0 отвергается. Интенсивность сдвигов в направлении снижения индекса агрессивности превышает интенсивность сдвигов в направлении их повышения. Это означает, что сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает.

Далее была проведена математическая обработка по T -критерию Вилкоксона для данных методики «Агрессивное поведение» (Е. П, Ильин, П. Л, Ковалев); (Приложение 4, таблица 9).

$T_{эмп} = T_{кр}$. H_0 отвергается, принимаем H_1 . Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня агрессивности подростков превышает интенсивность сдвигов в направлении их повышения. $T_{эмп}$ находится в зоне значимости, H_0 отвергается. Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня агрессивного поведения превышает интенсивность сдвигов в направлении их повышения. Это означает, что сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает.

Далее была проведена математическая обработка по T -критерию Вилкоксона для данных диагностики «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой (Приложение 4, таблица 10).

Гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей самооценки не превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей самооценки превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в

данном случае положительными. Сумма рангов этих редких направлений составляет эмпирическое значение критерия T.

$$T = \sum R_t = 2$$

По таблице находим критические значения T-критерия Вилкоксона для n=6.

$T_{эмп} = T_{кр}$, полученное $T_{эмп}$ находится в зоне неопределенности, интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении. Гипотеза H_0 отвергается, принимаем гипотезу H_1 . Это значит, показатели самооценки подростков изменились после проведения психолого-педагогической программы.

Исходя из результатов математической обработки, можно сделать вывод о подтверждении гипотезы нашего исследования: психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков будет эффективна, если принять во внимание корреляционные связи самооценки и агрессивного поведения подростков.

3.3 Психолого-педагогические рекомендации для родителей, педагогов и подростков по коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки

Исходя из полученных данных проведенного нами исследования, агрессивного поведения подростков были написаны рекомендации преподавателям, родителям по коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки. Рекомендации нацелены на коррекцию высокого уровня агрессивного поведения и низкого уровня самооценки.

Опираясь на полученные итоги исследования, нами были разработаны рекомендации для родителей:

1. Формирование доверительных отношений между ребенком и родителями, помощи пониманию и поддержки подростка в любой случившейся ситуации. Как можно чаще говорите о его успехах,

положительных качеств, чтоб помочь ему развить любовь к себе и хорошее отношение [26, с. 16].

2. Избегайте сравнения подростка с окружающими людьми. Поговорить, о том, что каждый ребенок уникален и имеет свои плюсы и минусы. Уважение и принятие его мнения на определенную ситуацию.

3. Развитие знаний о возрастных особенностях в подростковом возрасте

4. Формирование внимательного и заинтересованного отношения у родителей к подростку [9, с. 16].

5. Организация совместного досуга. Как можно чаще проводить время вместе, ходить на прогулки, выезжать на природу.

6. Формирование спокойной, сплоченной обстановки в семье.

7. Обеспечьте здоровый образ жизни. Сбалансированное питание, физическая нагрузка и здоровый сон могут оказать положительное влияние на самооценку подростка [12, с. 116].

8. Развивайте навыки управления эмоциями. Помочь ребенку понять свои чувства и эмоции. Научить рациональным способам поведения во время конфликтной ситуации [1, с. 166].

9. Следите за тем, что ребенок не смотрел фильмы с агрессивным подтекстом, где показывают жестокое обращение, рекомендовать фильмы с поучительным подтекстом.

10. Необходимо проанализировать отношения между членами семьи, так как дети копируют поведение своих родителей, ни в коем случае не ругаться и не выяснять ничего при детях.

11. Не пытаться поговорить или прикоснуться к подростку, когда он не в духе, нужно подождать, когда он придет в себя, будет спокоен и готов будет к разговору, только тогда можно начинать диалог.

12. Нужно уметь слышать своего ребенка, почаще разговаривать с ним, это очень ценно.

13. Наладить взаимоотношения с подростком, чтобы он вам доверял, мог обратиться за помощью и чувствовал себя спокойно рядом с вами.

14. Будьте открыты перед своим ребенком, рассказывайте ему о своем опыте, о каких-то неудачах.

15. Цените и уважайте, не задевайте чувства своего ребенка

16. Ни в коем случае нельзя трогать его вещи, без его ведома, не читать его записки, а перед тем, как войти к нему в комнату, лучше постучаться, не нужно вторгаться в его личное пространство.

17. Если же вы находитесь в подвешенном состоянии, объясните ребенку о том, что вы чувствуете и скажите, ему, что вы поговорите с ним, уделите ему время, когда придете себя.

18. Нужно вести разговоры с подростком, о том, что все люди разные, все индивидуальны, у каждого разного восприятия и воспитание.

Возможность обратиться за профессиональной помощью к психологу. Если вы замечаете серьезные проблемы с самооценкой у подростка.

Работа психолога с родителями агрессивных подростков будет акцентироваться над гармонизацией самооценки взрослых. Чаще всего причиной агрессивного поведения ребенка является заниженная самооценка родителей.

Психолог работает с родителями, обращаясь к их детскому состоянию, с целью разъяснить мотивы их агрессивного поведения, а также помочь в поиске тех событий, которые могли нанести травму далеко в прошлом. Помочь только ребенку с агрессивным поведением не получится, так как необходима целостная работа со всей семьей.

В-третьих, нужно сделать акцент на том, на сколько, ребенок был запланированным и желанным, и как вели себя родители после рождения ребенка, были ли они рады и какие эмоции их переполняли, проговорить эти вопросы с родителями. Если же рождение ребенка носило нежеланный характер, то в результате этого у ребенка может наблюдаться низкий

уровень самооценки, различные страхи и отклонения. Если же ребенок желанный и любимый, то у него не будет проблем с самооценкой, так родители давали ему необходимую теплоту и заботу.

Определим наиболее частые ошибки родителей и взрослых в воспитательных влияниях и установках, которые требуется изменить.

1. Неположительная оценка поступков подростка. Ни в коем случае не нужно говорить «нет» в том, что ему доставляет удовольствие: «Нельзя рисовать». После запретов у ребенка пропадает мотивация и вера в свои умения.

2. Ни в коем случае нельзя сравнивать детей, у кого, что лучше получается, при сравнении детей у них могут развиваться такие чувства, как цинизм, и некая зависть к тому человеку, с которым постоянно сравнивают [7, с. 126].

3. Немаловажно соблюдать интонацию, адекватную манеру общения при взаимодействии с подростком, не кричать, не ругать, а спокойно вести диалог.

4. Взрослым необходимо проявлять теплые взаимоотношения со своим ребенком, применять определенную систему взаимоотношений, при которой он будет воспринимать себя только успешной личностью. Только в этом случае, подросток сможет нормально реагировать на удачи окружающих людей, радоваться за них, не принижая при этом себя.

Рекомендации для педагогов:

1. Создайте благоприятную, позитивную атмосферу в классе. Наблюдать за поведением учеников, и предотвращать любые проявления насмешек [10, с. 36].

2. Не оскорблять ученика, сохранять спокойный уравновешенный тон.

3. Чаще говорите о положительных сторонах подростка, чтобы поспособствовать развитию чувства собственного достоинства.

4. Не сравнивать учеников [11, с. 6].

5. Использовать групповые игры, которые будут способствовать сплочению коллектива.
6. Избегать критики, осуждения подростка.
7. Разговаривать о поведении ученика, только после того, как он будет спокоен и уравновешен.
8. Уделяйте внимание интересам, увлечениям. Узнайте, что им интересно, как давно, они этим увлекаются, поддержите их в этом.
9. Учить ученика нести ответственность за свое поведение, осознавать свои поступки.
10. Не позволять манипулировать, и не стараться угодить.
11. Проводить беседы, классные часы, о том, как правильно вести себя в моменты агрессии.
12. Проводить родительские собрания на тему, как вести себя с ребенком в момент проявления агрессии.
13. В момент конфликта учеников, предложить одному из них помочь вымыть доску, полить цветы.
14. Рассказывать ученикам о методе неположительных последствий, допустим, что произойдет, если ты продолжишь вести себя агрессивно.
15. Не развивать конкуренцию, а наоборот стараться, вплотить учеников, развить умение сотрудничать.
16. Не демонстрировать свою власть.
17. Чаще хвалить ребенка за ответы во время урока, чтобы у него была мотивация активно себя во время занятия.
18. Во время агрессии ученика, постараться выяснить из-за чего у него появилась агрессия, в чем причина.
19. Организовать походы на поучительные фильмы, в театр.
20. Проводить чаепития перед каникулами, чтобы улучшить взаимоотношения.

Рекомендации для подростков:

1. Не сравнивайте себя с кем-то, знайте, что каждый уникален, у каждого есть свои плюсы и минусы.
2. Начните заниматься спортом, йогой, и соблюдать режим, так как здоровый и полноценный сон очень важен. Спорт поможет избавиться от тревожности и негативных мыслей, отвлечься.
3. Научитесь контролировать свои эмоции и поведение.
4. Практикуйте дыхательные упражнения для снятия гнева, практики релаксации и медитации.
5. Чтобы избавиться от гнева, попробуйте начать разговор в спокойном тоне, с тем, кому вы доверяете, они обязательно вас послушают. Выговориться хороший способ избавления от гнева.
6. Научитесь принимать критику в свой адрес, без негатива.
7. Постарайтесь найти для себя новые интересы, книги для прочтения, а также хобби [19, с. 46].
8. Заботьтесь о своем здоровье, любите и уважайте себя, не нервничайте ведь вы у себя одни.
9. Во время агрессии, стараться не выплескивать свои эмоции на окружающих, лучше взять лист бумаги и написать все, что вы чувствуете.
10. Употребляйте больше фруктов и свежих овощей, это хорошо скажется на вашем самочувствии.
11. Проконсультироваться с врачом, принимать витамины.
12. Не нужно резко реагировать на критику, а лучше спокойно выяснить причины критики, и поговорить.
13. Процесс рисования, помогает справиться с агрессией.
14. Во время тревожности, всплеска эмоций, нужно выйти на улицу, можно пробежаться на стадионе, ваше состояние улучшится.
15. При агрессии посчитайте до десяти, сделайте глубокий вдох и выдох, и потом только начните рационально размышлять над ситуацией.
16. Заведите личный дневник, ведите записи, наблюдайте за своим самочувствием, ведь вы можете там открыто писать о своих эмоциях.

17. Во время конфликта, умеете делать паузу, переводить в шутку, избегая конфликтной ситуации.

18. Можно написать весь свой гнев, плохие чувства, эмоции на лист бумаги, и потом разорвать лист, вы почувствуете облегчение.

19. Не нужно забывать о своих сильных сторонах.

Таким образом, были составлены рекомендации преподавателям и родителям по коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Выводы по 3 главе

Нами была выполнена программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Цель программы – коррекция агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Для достижения этой цели были определены следующие задачи программы:

1. Выработать навыки по конструктивному разрешению межличностных взаимодействий.

2. Выработать умения выражать агрессию в приемлемых для общества формах.

3. Сформировать благоприятное отношение к себе.

Каждое занятие включает в себя вводную часть, основное содержание и рефлексию. В начале занятия сначала идет приветствие, во время которого психолог устанавливает взаимное доверие с учениками, настраивая на предстоящую работу.

В процесс занятий включены упражнения, которые сфокусированы на коррекцию низкой самооценки, выработке навыков конструктивного разрешения межличностных конфликтов и осмысления своих хороших качеств. Рефлексия в конце занятия дает возможность учащимся оценить

свое эмоциональное состояние, какие чувства они испытали, что им понравилось, что нет, а также собственные достижения, которые могли быть в процессе урока.

Проанализировав результаты формирующего эксперимента, мы заметили, что, после проведения программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки произошли соответствующие изменения:

По методике диагностики форм агрессии (А. Басса – А. Дарки) были получены следующие результаты: у 58% исследуемых (4 человек) сформировался средний индекс агрессивности, а у 42% исследуемых (3 человека) наблюдается высокий индекс агрессивности, для которого характерно неразумное поведение.

По результатам методики «Агрессивное поведение» (Е.П, Ильин, П.Л, Ковалев) было определено, что: у 71% исследуемых (5 человек) наблюдается средний уровень агрессивного поведения, что свидетельствует об эффективности программы. Также мы определили, что после проведения программы коррекции у 29% (2 человека) был выявлен высокий уровень агрессивного поведения. По показателям диагностики уровня самооценки у подростков по методике «Самооценка личности подростка» Г. Н. Казанцевой можно сделать выводы, что: у 29% опрошенных (2 человека) выявлен низкий уровень самооценки, у 71% исследуемых (5 человек) определен средний уровень самооценки, который является нормой.

Далее была проведена математическая обработка данных по Т-критерию Вилкоксона, после которой, было подтверждение гипотезы исследования: психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков будет успешна, если принять во внимание корреляционные связи самооценки и агрессивного поведения подростков.

С целью продолжения программы, коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки, были составлены рекомендации родителям, преподавателям и лицам подросткового возраста.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная работа представляет собой исследование агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки. Под агрессивным поведением рассматриваются черты человека, его действия, которые обычно нацелены на самоуничтожение, на причинение вреда окружающим людям. Характер агрессивного влияния у лиц подросткового возраста, может протекать как агрессивное поведение с применением физического давления, агрессия косвенного характера, раздражительность, неучтивость, негодование, неблагонадежность, неявная и словесная агрессия.

Подростки, у которых показатели самооценки ниже нормы, весомо отличаются от своих товарищей высокими показателями агрессии. Наиболее значимые различия выявляются по показателю выражения неявной агрессии и цинизма. Но, молодые люди с конфликтным сопоставлением самооценки и внешней оценки имеют более высокий уровень форм агрессии, как сварливость, физическая агрессия и восприимчивость

«Модель» в педагогике и психологии понимается, как объединение предметов и символов, которые имеют общий принцип и отражают конкретные свойства, и связи между элементами.

Модель коррекции агрессивного поведения подростков состоит из следующих блоков: теория, диагностика, коррекция и анализ. Структуру модели завершает блок «ожидаемый результат», который демонстрирует положительное изменение в изучаемом феномене.

Модель включает в себя систему из нескольких взаимосвязанных и взаимозависимых блоков, которые дифференцированы по принципу системности. Организация модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков берет свое начало с выстраивания дерева целей ожидаемой деятельности. Три основные цели, включая единые цели и подцели, образуют «дерево целей» и являются результативным

способом планирования задач.

Исследование коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки осуществлялось в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий

Экспериментальной базой выступило Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 10 в г. Учалы». В исследования приняли участие 20 подростков 8 «Г» класса в возрасте 13-14 лет, из них 9 мальчиков, 11 девочек. В программе коррекции участвовали 7 человек, исходя из данных полученных при первой диагностике.

По опроснику А. Басса – А. Дарки было определено, что 35% (7 человека) наблюдается высокий показатель агрессивного поведения; 50% (10 человек) выявлен средний уровень агрессивности; 15% (3 человек) определен низкий показатель агрессивного поведения; 35% (7 человек) обладают высоким уровнем враждебности; 60% (12 человек) имеют средний параметр враждебности; 5% (1 человек) выявлен низкий индекс враждебности.

На основании результатов исследования по методике «Агрессивное поведение» Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев, мы можем сделать вывод, что у 35% (7 человека) имеют высокую степень агрессивного поведения; у 50% (10 человек) имеют средний показатель агрессивного поведения; у 15% (3 человека) имеют низкий показатель агрессивного поведения.

По методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой, мы можем сказать, что 35% (7 человек) обладают низким уровнем самооценки; 50% (10 человек) выявлен средний показатель самооценки; 15% (3 человека) обладают высоким уровнем самооценки.

Таким образом, по итогу первичной диагностики из 20 испытуемых у 7 подростков (35%) выявлен высокий уровень агрессивности и низкий уровень самооценки. Именно эти подростки будут принимать участие в программе коррекции агрессивного поведения подростков с низким

уровнем самооценки.

Цель программы – коррекция агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки.

Для достижения этой цели были поставлены следующие задачи:

1. Выработать навыки по конструктивному разрешению межличностных взаимодействий.
2. Выработать умения выражать агрессию в приемлемых для социума нормах.
3. Сформировать благоприятное отношение к себе.

В процессе проведения занятия проводится вводная часть, фундаментальное содержание и самоанализ.

Введение урока состоит из приветствия, в процессе которого психолог устанавливает доверительные отношения с подростками, создавая благоприятный настрой на предстоящую работу.

Рефлексия в конце занятия дает возможность учащимся оценить свое эмоциональное состояние, какие чувства они испытали, что им понравилось, что нет, а также собственные достижения, которые могли быть в процессе занятия.

Проанализировав результаты формирующего эксперимента, мы заметили, что, после проведения программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки случились следующие изменения:

По методике диагностики форм агрессии (А. Басса-А. Дарки) были получены следующие результаты: у 58% исследуемых (4 человек) сформировался средний индекс агрессивности, а у 42% исследуемых (3 человека) наблюдается высокий индекс агрессивности, для которого характерно неразумное поведение.

По результатам методики «Агрессивное поведение» (Е.П. Ильин, П.Л. Ковалев) было выявлено, что: у 71% исследуемых (5 человек) наблюдается средний уровень агрессивного поведения, что свидетельствует

об эффективности программы. Также мы определили, что после проведения программы коррекции у 29% (2 человека) был выявлен высокий уровень агрессивного поведения.

По показателям диагностики уровня самооценки у подростков по методике «Самооценка личности подростка» Г. Н. Казанцевой можно сделать выводы, что: у 29% опрошенных (2 человека) обладают низким показателем самооценки, у 71% опрошенных (5 человек) выявлен средний параметр самооценки, который является вариантом нормы.

Далее была проведена математическая обработка данных по T-критерию Вилкоксона, после которой, подтвердилась гипотеза исследования: психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков будет успешна, если принять во внимание корреляционные связи самооценки и агрессивного поведения подростков.

С целью продолжения программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки, были составлены рекомендации родителям, преподавателям и лицам подросткового возраста.

Таким образом, цель и задачи проделанной работы выполнены.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология : учеб. и практикум для академического бакалавриата / Г. С. Абрамова. – изд. 2-е., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2016. – 811 с. – ISBN 978-5-534-04322-8.
2. Абрамова Г. С. Психология развития и возрастная психология : учеб. для вузов / Г. С. Абрамова. – Москва : Прометей, 2018. – 708 с. – ISBN 978-5-534-00595-0.
3. Авдулова Т. П. Агрессивность в подростковом возрасте : практич. пособие / Т. П. Авдулова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 126 с. – ISBN 978-5-534-07820-6.
4. Айсмонтас Б. Б. Общая психология. Тесты : учеб. пособие для вузов / Б. Б. Айсмонтас. – Москва : Юрайт, 2022. – 201 с. – ISBN 978-5-534-14987-6.
5. Алмазов Б. Н. Психическая средовая дезадаптация несовершеннолетних : монография / Б. Н. Алмазов. – Москва : Юрайт, 2022. – 180 с. – ISBN 978-5-534-09759-7.
6. Бреслав Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности : учеб. пособие для специалистов и дилетантов / Г. Э. Бреслав. – Санкт-Петербург : РЕЧЬ, 2016. – 144 с. – ISBN 5-9268-0317-9.
7. Бережковская Е. Л. Психология развития и возрастная психология : учеб. для вузов / Е. Л. Бережковская. – Москва : Юрайт, 2022. – 357 с. – ISBN 978-5-534-14308-9.
8. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Санкт-Петербург : Питер, 2017. – 398 с. – ISBN 978-5-534-12292-3.
9. Бокачев В. Д. Особенности самооценки в подростковом возрасте / В. Д. Бокачев // Психологическая студия : сб. науч. статей студентов, магистрантов, аспирантов кафедры психологии ВГУ имени

П. М. Машерова. – Витебск : Витебский государственный университет им. П. М. Машерова, 2021. – С. 22–24. – ISBN 978-985-517-782-2.

10. Болотова А. К. Психология развития и возрастная психология : учеб. пособие / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. – Москва : ИД ГУ ВШЭ, 2020. – 526 с. – ISBN 978-5-9916-7513-0.

11. Бороздина Л. В. Что такое самооценка / Л. В. Бороздина // Психологический журнал. – 2020. – Т. 13, № 4. – С. 99–101.

12. Воинов В. Б. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учеб. пособие / В. Б. Воинов, О. В. Тулякова. – Пермь : ПониЦАА, 2020. – 140 с. – ISBN 978-5-534-07953-1.

13. Голованов В. П. Психолого-педагогическая поддержка и коррекция развития личности детей с агрессивным поведением / В. П. Голованов // Педагогика : история, перспективы. – 2020. – № 6. – С. 122–129.

14. Гольева Г. Ю. Психодиагностика и консультирование / Г. Ю. Гольева, Е. В. Мельник, В. К. Шаяхметова. – Челябинск : Челяб. гос. пед. ун-т, 2018. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49620332> (дата обращения: 04.04.2023). – Режим доступа: по регистрации на сайте www.elibrary.ru.

15. Гонина О. О. Психология развития и возрастная психология : учеб. пособие / О. О. Гонина. – Москва : КноРус, 2020. – 150 с. – ISBN 978-5-534-16367-4.

16. Гоношилина С. В. Особенности самооценки у детей и подростков / С. В. Гоношилина // Наука и образование сегодня. – 2020. – № 1(48). – С. 66–71.

17. Григорьев Г. П. Возможности коррекции самооценки у подростков / Г. П. Григорьев, Д. В. Малыгин // Инновационное развитие науки и образования : сб. статей XIV Междунар. науч.-практ. конф. – Пенза : Наука и Просвещение, 2021. – С. 131–134. – ISBN 978-5-00173-007-1.

18. Гумирова Г. Ф. Самооценка подростков, воспитывающихся в полных и не полных семьях / Г. Ф. Гумирова, Е. Я. Колесникова // Наука и образование : сохраняя прошлое, создаём будущее : сб. статей XXI Междунар. науч.-практической конф. – Пенза : «Наука и Просвещение», 2019. – С. 381–382. – ISBN 978-5-907204-47-8.
19. Детская и подростковая психотерапия : учеб. для вузов / под ред. Е. В. Филипповой. – Москва : Юрайт, 2023. – 432 с. – ISBN 978-5-534-00349-9.
20. Диянова З. В. Общая психология. Познавательные процессы. Практикум : учеб. пособие для вузов / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 159 с. – ISBN 978-5-534-12122-3.
21. Долгова В. И. Исследование динамики самооценивания младших подростков с расстройствами поведения / В. И. Долгова // Современные наукоемкие технологии. – 2018. – № 12. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23588937> (дата обращения: 04.04.2023).
22. Долгова В. И. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений подростков / В. И. Долгова // Научно-методические рекомендации. – Челябинск : АТОКСО, 2010. – 112 с. – ISBN 5-8227-0158-2.
23. Долгова В. И. Регламент аттестационных материалов / В. И. Долгова, Л. В. Иванова, Н. В. Крыжановская. – Челябинск : Челяб. гос. пед. ун-т, 2018. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43996183> (дата обращения: 04.04.2023). – Режим доступа: по регистрации на сайте www.elibrary.ru.
24. Долгова В. И. Формирование позитивной Я концепции старших школьников / В. И. Долгова // Вестник Орловского государственного университета. – Серия : Новые гуманитарные исследования. – 2018. – № 4 (24). – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37021245> (дата обращения: 04.04.2023).

25. Дубровина И. В. Психология / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан. – Санкт-Петербург : Питер, 2018. – 464 с. – ISBN 978-5-53-08178-7.
26. Думчене А. Л. Физическая самооценка подростков / А. Л. Думчене, М. Бабушис // Современная образовательная среда : теория и практика. – Чебоксары, 2019. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41519523> (дата обращения: 04.04.2023).
27. Дятлов А. В. Методы математической статистики в социальных науках (описательная статистика): учеб. / А. В. Дятлов, П. Н. Лукичев. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2020. – 182 с. – ISBN 978-5-534-0822-5.
28. Еромасова А. А. Общая психология. Методы активного обучения : учеб. пособие для вузов / А. А. Еромасова. – 4-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 182 с. – ISBN 978-5-534-06547-3.
29. Залевский Г. В. Психология личности : фиксированные формы поведения : учеб. пособие для вузов / Г. В. Залевский. – 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2022. – 306 с. – ISBN 978-5-534-10661-9.
30. Исаев Е. И. Педагогическая психология / Е. И. Исаев. – Москва : Юрайт, 2022. – 347 с. – ISBN 978-5-534-11243-6.
31. Исенина Е. И. Гуманизация обучения в школе : учеб. пособие для вузов / Е. И. Исенина. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 290 с. – ISBN 978-5-534-11788-2.
32. Казакова Е. В. Особенности психологического здоровья детей при наличии факторов риска в раннем развитии / Е. В. Казакова, Л. В. Соколова // Клиническая и специальная психология. – 2018. – Т. 7, № 4 (28). – С. 76–99. – ISBN 978-5-534-05932-8.
33. Киселева А. В. Некоторые диагностики агрессивного поведения / А. В. Киселева // Психологическая диагностика. – 2005. – № 1. – С. 86–92. – ISBN 978-5-534-04323-5.
34. Колесникова Г. И. Специальная психология и педагогика :

учеб. / Г. И. Колесникова. – Санкт-Петербург : Питер, 2019. – 250 с. – ISBN 978-5-534-06551-0.

35. Колюцкий В. Н. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека / В. Н. Колюцкий. – Москва : Академический проект, 2017. – 615 с. – ISBN 978-5-9916-9979-2.

36. Кон И. С. Возрастная психология : детство, отрочество, юность : учеб. пособие для студ. пед. вузов / И. С. Кон. – Москва : Академия, 2016. – 624 с. – ISBN 978-5-9916-7777-6.

37. Кондратьева О. А. Исследование отклоняющегося поведения подростков в условиях образовательной организации / О. А. Кондратьева, К. В. Яковлева. – Челябинск : Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2021. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47426817> (дата обращения: 24.04.2024). – Режим доступа: по регистрации на сайте www.elibrary.ru

38. Коновалова Н. Л. Предупреждение нарушений в развитии личности при психологическом сопровождении школьников / Н. Л. Коновалова. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский университет, 2020. – 312 с. – ISBN 978-5-534-09723-8.

39. Корнилова Т. В. Подростки групп риска / Т. В. Корнилова, Е. Л. Григоренко, С. Д. Смирнов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2023. – 273 с. – ISBN 978-5-53-07748-3.

40. Кузьмина Л. В. Психологическое благополучие современных подростков : учеб. пособие / Л. В. Кузьмина. – Чита : ЗабГУ, 2021. – 124 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/271748> (дата обращения: 10.05.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

41. Курбатова А. С. Изучение самооценки как актуальное направление психолого-педагогических исследований / А. С. Курбатова // Перспективы науки и образования. – 2019. – № 1 (37). – С. 251–261.

42. Кравченко А. И. Родителям о подростках, и подросткам о родителях / А. И. Кравченко. – Москва : Изд-во «Русское слово-учебная

книга», 2018. – 178 с. – ISBN 5-9471-7016-7.

43. Леонтьев Д. А. Траектории личностного развития : реконструкция взглядов Л. С. Выготского / Д. А. Леонтьев, А. А. Лебедева, В. Ю. Костенко // Вопросы образования. – 2017. – № 2. – С. 98–112. – ISBN 978-5-534-05932-8.

44. Маклаков А. Г. Общая психология : учеб. для вузов / А. Г. Маклаков. – Санкт-Петербург : Питер, 2018. – 583 с. – ISBN 978-5-534-06613-5.

45. Малькова В. А. Низкая самооценка : влияние на человека и пути изменения / В. А. Малькова // Старт в науку. – Москва, 2018. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35369666> (дата обращения: 04.04.2023).

46. Можгинский Ю. Б. Агрессивность детей и подростков / Ю. Б. Можгинский. – Москва : Юрайт, 2019. – 352 с. – ISBN 978-5-89353-246-3.

47. Мокина А. Е. Формирование самооценки в подростковом возрасте / А. Е. Мокина // Наука и научный потенциал – основа устойчивого развития общества : сб. статей Междунар. науч.-практ. конф. – Волгоград : ООО «Аэтерна», 2019. – С. 114–116. – ISBN 978-5-00109-690-0.

48. Молчанов С. В. Психология подросткового и юношеского возраста : учеб. для академического бакалавриата / С. В. Молчанов. – Москва : Юрайт, 2023. – 352 с. – ISBN 978-5-534-16443-5.

49. Мухина В. С. Возрастная психология : учеб. пособие / В. С. Мухина. – Санкт-Петербург : ВЕК 21, 2018. – 456 с. – ISBN 978-5534-04323-5.

50. Обухова Л. Ф. Возрастная психология : учеб. / Л. Ф. Обухова. – Москва : Юрайт, 2019. – 462 с. – ISBN 978-5-534-00646-9.

51. Овчарова Р. В. Социально-педагогическая запущенность детей и подростков : учеб. пособие для вузов / Р. В. Овчарова. – Москва : Юрайт, 2023. – 394 с. – ISBN 978-5-53-13387-5.

52. Панфилова А. П. Взаимодействие участников образовательного

процесса : учеб. и практикум для вузов / А. П. Панфилова, А. В. Долматов ; под ред. А. П. Панфиловой. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 487 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-03402-8.

53. Перевозкин С. Б. Методы математической статистики в научно-исследовательской работе психолога : учеб. пособие / С. Б. Перевозкин, Ю. М. Перевозкина. – Новосибирск : НИИХ, 2017. – 162 с. – ISBN 978-5-534-11587-1.

54. Петрановская Л. В. Если с ребенком трудно / Л. В. Петрановская. – Москва : ООО «Издательство АСТ», 2019. – 99 с. – ISBN 978-5-17-077879-9.

55. Подласый И. П. Педагогика : 100 вопросов – 100 ответов : учеб. пособие для вузов / И. П. Подласый. – Москва : ВЛАДОС-пресс, 2017. – 365 с. – ISBN 978-5-534-03772-2.

56. Подольский А. И. Психология развития. Психоэмоциональное благополучие детей и подростков : учеб. пособие для среднего проф. образования / А. И. Подольский, О. А. Идобаева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 124 с. – ISBN 978-5-53-10922-1.

57. Реан А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика : учеб. пособие / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2006. – 479 с. – ISBN 978-5-93878-716-2.

58. Ритиваара А. Преданный неприятностям. Извлекая уроки из историй учителей о сложных, но полезных отношениях между учителем и учеником / А. Ритиваара, А. Фрелин // Преподавание и педагогическое образование. – 2017. – № 68. – С. 12–20.

59. Серкова А. М. Психолого-педагогическая коррекция самооценки старших подростков / А. М. Серкова // Научно-методический журнал «Концепт». – 2018. – № 1. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26817827> (дата обращения: 04.04.2023).

60. Симановский А. Э. Педагогическая психология : учеб. пособие / А. Э. Симановский. – Москва : Юрайт, 2022. – 203 с. – ISBN 978-5-534-

0600-1.

61. Столяренко Л. Д. Основы психологии и педагогики : учеб. пособие для вузов / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 134 с. – ISBN 978-5-534-0945-3.

62. Фадеева Е. А. Самооценка подростков : некоторые аспекты завышенной и адекватной самооценки / Е. А. Фадеева, С. О. Хрусталёва // Психолого-педагогические аспекты физической культуры и спорта : актуальные вопросы и пути их решения. – Москва, 2021. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46266123> (дата обращения: 04.04.2023).

63. Федоренко А. В. Особенности самооценки современных подростков / А. В. Федоренко // Актуальные вопросы современной науки : теория, технология, методология и практика : сб. статей по материалам II Междунар. науч.-практ. конф. – Уфа : ООО «Научно-издательский центр «Вестник науки», 2020. – С. 274–279. – ISBN 978-5-00159-834-3.

64. Федянина Т. П. Особенности формирования самооценки подростка под воздействием группы сверстников / Т. П. Федянина // Молодежь и системная модернизация страны : сб. науч. статей 7-й Междунар. науч. конф. студентов и молодых ученых / отв. редактор М. С. Разумов. – Т. 2. – Курск : Юго-Западный государственный университет, 2022. – С. 274–279.

65. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы / А. Фрейд. – Москва : АСТ, 2015. – 140 с. – ISBN 978-5-4461-0527-4.

66. Хечошвили Т. Г. Изучение самооценки и уровня притязания подростков / Т. Г. Хечошвили // Психологические и педагогические проблемы в системе непрерывного образования. – Уфа, 2018. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35208247> (дата обращения: 04.04.2023).

67. Циркин В. И. Нейрофизиология : основы психофизиологии : учеб. для вузов / В. И. Циркин, С. И. Трухина, А. Н. Трухин. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 577 с. – ISBN 978-5-534-12807-9.

68. Шаповаленко И. В. Психология развития и возрастная

психология : учеб. и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 457 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/510723> (дата обращения: 11.01.2023).

69. Шнейдер Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков / Л. Б. Шнейдер. – 3-е изд. – Москва : Академический Проект, 2020. – 336 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/132698> (дата обращения: 10.05.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – ISBN 978-5-829-2879-1.

70. Шнейдер Л. Б. Психология девиантного и аддиктивного поведения детей и подростков : учеб. и практикум для вузов / Л. Б. Шнейдер. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 219 с. – ISBN 978-5-534-05932-8.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки

1. Опросник А. Басса-А. Дарки

Опросник Басса-Дарки (Buss-Durkey Inventory) разработан А. Бассом и А. Дарки в 1957 г. и предназначен для диагностики агрессивных и враждебных реакций.

Опросник состоит из 75 утверждений, каждое из которых относится к одному из восьми индексов форм агрессивных или враждебных реакций. По числу совпадений ответов с ключом подсчитываются индексы различных форм агрессивности и враждебных реакций, а также общий индекс агрессивности и индекс враждебности.

Методика предназначена для обследования испытуемых в возрасте от 14 лет и старше. Комплектация методик для индивидуальной формы проведения: бокс-папка с цветной наклейкой, руководство, регистрационные бланки для каждой методики, ключи для обработки, тестовая тетрадь с текстами опросников (1 шт). Комплектация методик для групповой формы проведения: бокс-папка с цветной наклейкой, руководство, регистрационные бланки для каждой методики, ключи для обработки, тестовые тетради с текстами опросников (15 шт).

Басс и А. Дарки выделили следующие типы реакций:

- физическая агрессия, использование физической силы против другого лица;
- косвенная агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная;
- раздражение, готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость);

– негативизм, оппозиционна манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов;

– обида, зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия;

– подозрительность, в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют нанести тебе вред;

– вербальная агрессия, проявляется в выражении негативных чувств, как через форму, так и через содержание словесных ответов;

– чувство вины выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает «да» или «нет». Ответы оцениваются по восьми указанным шкалам. Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 минус 4, а враждебности 6,5 плюс и минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

Физическая агрессия:

«да» = 1, «нет» = 0: 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68

«нет» = 1, «да» = 0: 9, 7

Косвенная агрессия:

«да» = 1, «нет» = 0: 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63

«нет» = 1, «да» = 0: 26, 49

Раздражение:

«да» = 1, «нет» = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72

«нет» = 1, «да» = 0: 11, 35, 69

Негативизм:

«да» = 1, «нет» = 0: 4, 12, 20, 28

«нет» = 1, «да» = 0: 36

Обида:

«да» = 1, «нет» = 0: 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58

Подозрительность:

«да» = 1, «нет» = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59

«нет» = 1, «да» = 0: 33, 66, 74, 75

Вербальная агрессия:

«да» = 1, «нет» = 0: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73

«нет» = 1, «да» = 0: 33, 66, 74, 75

Чувство вины:

«да» = 1, «нет» = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67

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

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 плюс-минус 4, а враждебности минус 6,5-7 плюс-минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определенной величины, показывающей степень проявления агрессивности.

Инструкция: Тест состоит из ряда утверждений, касающихся некоторых жизненных ситуаций. Вам нужно ответить «да» или «нет». Старайтесь отвечать правдиво и искренне.

Таблица 1.1 – Стимульный материал для опросника А. Басса-А. Дарки

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим	да	нет
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю	да	нет
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь	да	нет
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню	да	нет
5. Я не всегда получаю то, что мне положено	да	нет
6. Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной	да	нет
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать	да	нет

Продолжение таблицы 1.1

8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести	да	нет
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека	да	нет
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами	да	нет
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам	да	нет
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его	да	нет
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами	да	нет
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал	да	нет
15. Я часто бываю несогласен с людьми	да	нет
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь	да	нет
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему	да	нет
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями	да	нет
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется	да	нет
20. Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор	да	нет
21. Меня немного огорчает моя судьба	да	нет
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной	да	нет
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины	да	нет
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку	да	нет
26. Я не способен на грубые шутки	да	нет
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются	да	нет
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались	да	нет
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится	да	нет
30. Довольно многие люди завидуют мне	да	нет
31. Я требую, чтобы люди уважали меня	да	нет
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей	да	нет
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их «щелкнули по носу»	да	нет
34. Я никогда не бываю мрачен от злости	да	нет
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь	да	нет
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания	да	нет
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть	да	нет
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются	да	нет
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к «сильным» выражениям	да	нет
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены	да	нет
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня	да	нет
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь	да	нет
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием	да	нет
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел	да	нет
45. Мой принцип: «Никогда не доверять «чужакам»	да	нет
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нем думаю	да	нет

Продолжение таблицы 1.1

47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею	да	нет
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь	да	нет
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева	да	нет
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться	да	нет
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать	да	нет
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня	да	нет
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ	да	нет
54. Неудачи огорчают меня	да	нет
55. Я дерусь не реже и не чаще чем другие	да	нет
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее	да	нет
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку	да	нет
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо	да	нет
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю	да	нет
60. Я ругаюсь только со злости	да	нет
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее	да	нет
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу	да	нет
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся	да	нет
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить	да	нет
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает	да	нет
67. Я часто думаю, что жил неправильно	да	нет
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки	да	нет
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей	да	нет
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня	да	нет
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение	да	нет
72. В последнее время я стал занудой	да	нет
73. В споре я часто повышаю голос	да	нет
74. Я стараюсь обычно скрывать свое плохое отношение к людям	да	нет
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить	да	нет

2. Методика по методике «Агрессивное поведение» Е.П. Ильина, П.А. Ковалева

Методика направлена на выявление склонности к определенному типу агрессивного поведения.

Инструкция: На каждое утверждение в матрице нужно дать ответы «да» (становится знак «+») или «нет» (знак «-»).

Вопросы:

1. Я не могу удержаться от грубых слов, если кто-то не согласен со мной.
2. Иногда я сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
4. Я редко даю сдачи, если меня ударят.
5. Подчас я требую в резкой форме, чтобы уважали мои права.
6. От злости я часто про себя посылаю проклятия моему обидчику.
7. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
8. Если я разозлюсь, я могу ударить человека.
9. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что о нем думаю.
10. При возникновении конфликта на работе я чаще всего «разряжаюсь» в разговорах с друзьями и близкими.
11. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу по столу кулаком.
12. Если я должен для защиты своих прав применить физическую силу, то я так и делаю.
13. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
14. Я часто рассказываю дома о недостатках сослуживцев, которые критикуют меня.
15. С досады я могу пнуть ногой все, что подвернется.
16. В детстве мне нравилось драться.
17. Я часто просто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозу в исполнение.
18. Я часто про себя обдумываю, что мне надо высказать начальнику, но так и не делаю этого.
19. Я считаю неприличным стучать по столу, даже если человек очень сердит.

20. Если тот, кто взял мою вещь, не отдает ее, я могу применить силу.
21. В споре я часто начинаю сердиться и кричать.
22. Я считаю, что осуждать человека «за глаза» не очень этично.
23. Не было случая, чтобы я со злости что-нибудь сломал.
24. Я никогда не применяю физическую силу для решения спорных вопросов.
25. Даже если я злюсь, я не прибегаю к сильным выражениям.
26. Я не сплетничаю о людях, даже если они мне очень не нравятся.
27. Я могу так рассвирепеть, что буду крушить все подряд.
28. Я не способен ударить человека.
29. Я не умею «поставить человека на место», даже если он этого заслуживает.
30. Иногда я про себя обзываю начальника, если остаюсь недоволен его решением.
31. Мне не нравятся люди, которые вымещают зло на своих детях, раздавая им подзатыльники.
32. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их ударили.
33. Как бы я ни был зол, я стараюсь не оскорблять других.
34. После неприятностей на работе я часто скандалю дома.
35. Когда я раздражаюсь, то, уходя, хлопаю дверьми.
36. Я никогда не любил драться.
37. Я бываю, грубоват с людьми, которые мне не нравятся.
38. Если в транспорте мне отдавили ногу, я про себя ругаюсь всякими словами.
39. Я всегда осуждаю родителей, бьющих своих детей только потому, что у них плохое настроение.
40. Лучше убедить человека, чем принуждать его физически.

Таблица 1.2 – Бланк ответов по методике «Личностная агрессивность и конфликтность»

Номер п/п	Да	Нет									
1			11			21			31		
2			12			22			32		
3			13			23			33		
4			14			24			34		
5			15			25			35		
6			16			26			36		
7			17			27			37		
8			18			28			38		
9			19			29			39		
10			20			30			40		

Для удобства подсчета набранных баллов целесообразно иметь четыре ключа, которые по размерам и форме точно должны соответствовать опросной матрице, а в месте указанных выше ответов – вырезанные окошечки, в которых может появиться поставленный опрашиваемый знак («+» или «-»). Подсчитываются как плюсы, так и минусы.

Ключ (расшифровка ответов) Ответы «да» по позициям 1, 5, 9, 13, 17, 21, 37 и «нет» по позициям 25, 29, 33 свидетельствуют о склонности опрашиваемого к прямой вербальной агрессии.

Ответы «да» по позициям 2, 6, 10, 14, 18, 30, 34, 38 и «нет» по позициям 22, 26 — о склонности к косвенной вербальной агрессии.

Ответы «да» по позициям 7, 11, 15, 27, 35 и «нет» по позициям 3, 19, 23, 31, 39 — о склонности к косвенной физической агрессии.

Ответы «да» по позициям 8, 12, 16, 20, 32 и «нет» по позициям 4, 24, 28, 36, 40 — о склонности к прямой физической агрессии. За каждый из указанных ответов начисляется 1 балл

3. Методика «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой

Таблица 1.3 – Анкета по методике «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой

Вопросы	Очень часто	Часто	Иногда	Редко	Никогда
1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня					
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу					
3. Я беспокоюсь о своем будущем					
4. Многие меня ненавидят					
5. Я обладаю меньшей инициативой, чем другие					
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние					
7. Я боюсь выглядеть глупцом					
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой					
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми					
10. Я часто допускаю ошибки					
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе					
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими чаще					
14. Я слишком скромн					
15. Моя жизнь бесполезна					
16. У многих неправильное мнение обо мне					
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями					
18. Люди ждут от меня очень многого					
19. Люди не особенно интересуются моими Достижениями					
20. Я слегка смущаюсь					
21. Я чувствую, что многие не понимают меня					
22. Я не чувствую себя в безопасности					
23. Я часто волнуюсь и напрасно люди					
25. Я чувствую себя скованным					
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной					
27. Я уверен, что люди почти все воспринимают легче, чем я					
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность					
29. Меня волнует мысль о том, как относятся ко мне люди					

Продолжение таблицы 1.3

30. Как жаль, что я не так общителен уверен в своей правоте					
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда					
32. Я думаю о том, чего ждет от меня общественность					

Тест-опросник включает 32 суждения. По ним возможны пять вариантов ответов, каждый из которых кодируется баллами по следующей схеме:

- очень часто – 4 балла;
- часто – 3 балла;
- иногда – 2 балла;
- редко – 1 балл;
- никогда – 0 баллов.

Обработка и интерпретация результатов

Подсчитать общее количество баллов по всем суждениям:

- 0-25 баллов – высокий уровень самооценки;
- 26-45 баллов – средний уровень самооценки;
- 46-128 баллов – низкий уровень самооценки.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 2.1 – Сводная таблица по результатам исследования по опроснику А. Басса-А. Дарки

ФИО	Индекс агрессивности	Уровень	Индекс враждебности	Уровень
Ученик1	20	Норма	8	Норма
Ученик2	24	Выше нормы	11	Норма
Ученик3	20	Норма	7	Норма
Ученик4	23	Выше нормы	13	Выше нормы
Ученик5	17	Норма	8	Норма
Ученик6	16	Норма	9	Норма
Ученик7	18	Норма	9	Норма
Ученик8	25	Выше нормы	14	Выше нормы
Ученик9	26	Выше нормы	12	Норма
Ученик10	19	Норма	10	Норма
Ученик11	20	Норма	5	Норма
Ученик12	22	Норма	15	Выше нормы
Ученик13	21	Норма	16	Выше нормы
Ученик14	22	Норма	13	Выше нормы
Ученик15	10	Ниже нормы	6	Норма
Ученик16	8	Ниже нормы	4	Норма
Ученик17	27	Выше нормы	16	Выше нормы
Ученик18	6	Ниже нормы	3	Ниже нормы
Ученик19	26	Выше нормы	16	Выше нормы
Ученик20	24	Выше нормы	12	Норма

Итого:

Индекс агрессивности:

Уровень выше нормы – 7-35%

Уровень нормы – с 10-50%

Уровень ниже нормы – 3-15%

Индекс враждебности:

Уровень выше нормы – 7-35%

Уровень нормы – 12-60%

Уровень ниже нормы – 1-5%

Таблица 2.2 – Результаты диагностики уровня агрессивного поведения по методике «Агрессивное поведение» Е.П. Ильина, П.А. Ковалева

№	1	2	3	4	5	6
1	7	6	8	5	26	средний
2	7	8	9	8	32	высокий
3	8	6	8	9	31	высокий
4	6	7	9	8	30	высокий
5	10	8	10	7	35	высокий
6	6	6	8	7	27	средний
7	6	8	8	9	31	высокий
8	7	7	7	5	26	средний
9	8	6	8	5	27	средний
10	6	9	7	5	27	средний
11	6	8	7	9	30	высокий
12	8	7	10	6	31	высокий
13	5	6	6	7	24	средний
14	6	5	10	8	29	средний
15	2	2	6	2	12	средний
16	2	1	3	3	9	низкий
17	5	7	7	2	21	средний
18	4	4	4	2	14	низкий
19	1	2	3	3	9	низкий
20	6	6	6	4	22	средний

Примечание:

1 – прямая вербальная агрессия;

2 – косвенная вербальная агрессия;

3 – косвенная физическая агрессия;

4 – прямая физическая агрессия;

5 – суммарный балл агрессивного поведения;

6 – уровень агрессивного поведения

Итого:

Высокий уровень – 7-35%

Средний уровень – 7-35%

Низкий уровень – 6-30%

Таблица 2.3 – Сводная таблица по результатам исследования по методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой

ФИО	Итого баллов	Уровень самооценки
Ученик1	35	Адекватная самооценка
Ученик2	110	Заниженная самооценка
Ученик3	38	Завышенная самооценка
Ученик4	42	Адекватная самооценка
Ученик5	35	Адекватная самооценка
Ученик6	41	Адекватная самооценка
Ученик7	41	Адекватная самооценка
Ученик8	110	Заниженная самооценка
Ученик9	100	Заниженная самооценка
Ученик10	37	Адекватная самооценка
Ученик12	32	Адекватная самооценка
Ученик13	32	Адекватная самооценка
Ученик14	37	Адекватная самооценка
Ученик15	18	Завышенная самооценка
Ученик16	10	Заниженная самооценка
Ученик17	76	Заниженная самооценка
Ученик18	17	Завышенная самооценка
Ученик19	50	Заниженная самооценка
Ученик20	120	Заниженная самооценка

Итого:

15% – 3 человека – высокий уровень самооценки;

50% – 10 человек баллов – средний уровень самооценки;

35% – 7 человек – низкий уровень самооценки.

Таблица 2.4 – Подсчет рангового коэффициента корреляции Спирмена при сопоставлении показателей агрессивного поведения и самооценки подростков

№ п/п	Испытуемый	Переменная А Уровень агрессивного поведения		Переменная В Уровень самооценки		d (ранг А- рангВ)	d ²
		Индивидуальные значения	Ранг	Индивидуальные значения	Ранг		
1	ГОР	20	9	35	6,5	2,5	6,25
2	ДИП	24	15,5	110	18,5	-3	9

Продолжение таблицы 2.3

3	ВАИ	20	9	38	10	-1	1
4	ЛЕА	23	14	42	13,5	0,5	0,25
5	ВУК	17	5	35	6,5	-1,5	2,25
6	ХИП	16	4	41	11,5	-7,5	56,25
7	ЕАМ	18	6	41	11,5	-5,5	64
8	ТАА	25	17	110	18,5	-1,5	30,25
9	ГОШ	26	18,5	100	17	1,5	2,25
10	НИМ	19	7	37	8,5	-1,5	2,25
11	СИМ	20	9	42	13,5	-4,5	20,25
12	ТЖО	22	12,5	32	4,5	8	64
13	ЕМВ	21	11	32	4,5	6,5	42,25
14	БУМ	22	12,5	37	8,5	4	16
15	ШАР	10	3	18	3	0	0
16	ДНА	8	2	10	1	1	1
17	ВРТ	27	20	76	16	4	16
18	ПТР	6	1	17	2	-1	1
19	ГПР	26	18,5	50	15	3,5	12,25
20	МАЕ	24	15,5	120	20	-4,5	20,25
Суммы			210		210		366,75

Есть одинаковые ранги, значит нужно рассчитать поправки:

$$T_a = \sum(a^3 - a)/12$$

$$T_b = \sum(b^3 - b)/12,$$

где а – объём каждой группы одинаковых рангов в ранговом ряду А;

в – объём каждой группы одинаковых рангов в ранговом ряду В.

$$T_a = (3^3 - 3)/12 + (2^3 - 2)/12 + (2^3 - 2)/12 + (2^3 - 2)/12 =$$

$$24/12 + 6/12 + 6/12 + 6/12 = 42/12 = 3,5$$

$$T_b = (2^3 - 2)/12 + (2^3 - 2)/12 + (2^3 - 2)/12 + (2^3 - 2)/12 + (2^3 - 2)/12 + (2^3 - 2)/12 =$$

$$6/12 + 6/12 + 6/12 + 6/12 + 6/12 + 6/12 = 36/12 = 3$$

Расчетная сумма рангов:

$$\sum R_p = \frac{20 \cdot (20 + 1)}{2} = 210$$

$$\sum R_{\text{эмп.}} = \sum R_p.$$

Следовательно, ранжирование проведено верно.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки

Подробное описание каждого занятия.

Ход каждого занятия строится следующим образом:

1. Вступительная речь педагога–психолога;
2. Знакомство с целью занятия, освещение правил поведения в группе;
3. Выполнение упражнений;
4. Рефлексия, завершающая речь педагога-психолога.

Занятие №1. Тема «Это я».

Цель занятия: создание доверительной атмосферы; настрой на плодотворную работу; обсуждение выбранных тем для программы, а также их значимости для участников, выявление ожиданий участников от предстоящей работы.

Инструментарий: значимая вещь у каждого участника, коробка, ручка, часы, цветные карточки различных животных, карточки с изображением трудностей.

Содержание занятия:

Упражнение № 1. «Мы знакомимся и далее катим снежный ком».

Цель данного упражнения: преодоление психологического барьера в общении с педагогом-психологом, знакомство с ним. Ведущий заранее просит каждого участника (через классного руководителя) принести с собой небольшую и важную для участника вещь: украшение, игрушка, вещь.

Педагог-психолог говорит вступительное слово, объясняя правила знакомства, кладет свою символизирующую вещь в специально созданную для этого упражнения, коробку, рассказывая о себе, поясняя свой выбор. Участники, по часовой стрелке, представляются, передавая друг другу эту коробку, помещая в коробку свою вещь, и по аналогии ведущего,

рассказывают и ней, и о себе. В конце данного упражнения ведущий завершает «Снежный ком», называя имена каждого участника и его знаменательную вещь. Это упражнение направлено на знакомство с участниками, создание доверительных отношений, выражение эмоций, на развитие способности делиться чем-то ценным.

Упражнение № 2. «Называем дружно прилагательные».

Цель данного упражнения: сплотить участников, создать благоприятный климат в группе. В качестве вспомогательного материала педагог-психолог использует «часы», с изображенной на них стрелкой. Ведущий начинает крутить стрелку часов, которая случайным образом выберет одного из участников. Именно этому человеку ведущий должен присвоить 2 прилагательных, одно из которых описывает внешность, другое черту характера. И по аналогии участники продолжают данную игру. Это упражнение очень эффективно для сплочения коллектива, развития мышления, создание благоприятного климата. Использование «Часов» добавляют игривости, интригу и шутливую обстановку, расслабляя участников.

Упражнение №3. «Три качества».

Цель этого упражнения – формирование теплого и положительного эмоционального климата в группе, выявление групповых предпочтений, а также, наблюдение за взаимоотношениями между подростками.

В данном упражнении педагог-психолог использует раздаточный материал: цветные карточки различных животных. Перед тем, как объяснить правила, ведущий просит разделить на пары. Пока участники заняты делением на маленькие подгруппы, педагог раскладывает карточки иллюстрацией вниз. Далее, ведущий объясняет правила данного упражнения. Участники, по одному, выбирают карточки с изображением животных, и работая в парах, присваивают своему партнеру качество, которое имеет это животное, ассоциирующиеся с партнером. На это участникам отводится минуты 2. Затем, по одному, они выходят в центр

класса, демонстрируя карточку, называя имя участника и качество.

Например: (показывая карточку с изображением кошки) Лариса ассоциируется у меня с кошкой, потому что она такая же ласковая и всегда утешит в трудную минуту своим вниманием. По аналогии участники выполняют те же действия. Выбор пары участниками, в данном упражнении, помогает увидеть дружественные отношения и связи между подростками. Использование иллюстраций повышают интерес к упражнению. Также, развивается воображение и мышление.

Упражнение № 4. «Мое позитивное воображение».

Цель данного упражнения – дать возможность учащимся поверить в себя, поддержать своих товарищей и себя.

Суть данного упражнения создание совместной истории. В начале упражнения ведущий раздает карточки (через одного), на которых изображены различные трудности: падение в лужу, падение в грязь, гематома на руке. Участники сидят в кругу. Ведущий объясняет правила, выдумывает главного героя для совместной истории. Глядя на карточки, по часовой стрелке, участники придумывают небольшое предисловие: как оказались в этой трудной ситуации. Следующий человек, сидящий рядом, придумывает решение этой проблемы. Далее, снова история с трудной ситуацией, рядом сидящий – решение проблемы. Ведущий замыкает историю, придумывая хорошее завершение этой истории.

Это упражнение направлено на развитие воображения, в процессе создания истории, дети друг друга поддерживают и подсказывают, создается приятная атмосфера. Это упражнение является завершающим. Педагог–психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлексию занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие №2. Тема «Лицом к лицу».

Цель занятия: сформировать рефлексивные умения по осознанию своих эмоций и себя самого в момент агрессивности.

Инструментарий: чистые белые листы, клей, раздаточный материал в

виде маленьких карточек с изображением различных природных явлений, камни.

Упражнение №1. «Прогноз погоды». Цель данного упражнения – научить подростка приемлемым способом сообщить о своем плохом настроении, уважать состояние души окружающих. Педагог-психолог использует небольшие, чистые, белые листы, клей, раздаточный материал в виде маленьких карточек с изображением различных природных явлений: шторм, снег, дождь, закат, рассвет. Ведущий объясняет правила, просит закрыть глаза, проанализировать свое внутреннее состояние. Участники сидят за партой, выполняя просьбу учителя.

Далее, педагог раздает на парту набор маленьких карточек. Каждый из участников, глядя, и выбирает те, что символизируют у него данное состояние, приклеивает на свой чистый лист. По завершению данного задания. Учащиеся рассказывают о своем настроении, эмоциях, внутреннем состоянии, демонстрируя свою аппликацию. После этого упражнения, атмосфера в группе будет более гармоничной, участники научатся принимать во внимание не только своё душевное состояние, но и окружающих их людей.

Упражнение № 2. «Камушек в ботинке». Цель данного упражнения – научить участников, благодаря метафоре, сообщать о своих проблемах, трудностях. Ведущий заранее готовит раздаточный материал в виде камней. Раздает каждому участнику. Говорит небольшое предисловие, например: скорее всего, вам когда-нибудь попадался камушек в ботинке, что вы при этом испытывали? Какое ваше действие было первым?

Какие эмоции получили после извлечения камушка? Объясняет правила данного упражнения: каждый из вас, по часовой стрелке, скажет: «У меня камушек в ботинке», как только вспомнит, что сегодня он испытывал что-то неприятное, все сразу поймут, что вам что-то мешает, и мы поговорим об этом. Подумайте, если чувствуете, сообщите нам, например: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Настя

наступила мне на ногу сегодня». Если с вами не произошло никаких неприятных ситуаций, то вы можете сказать: «У меня нет камушка в ботинке». Данное упражнение учит осознавать, принимать и отпускать неприятные ситуации. Направлено на то, чтобы не копить негатив в себе.

Упражнение № 3. Упражнение игра «Ливень». Цель данного упражнения – расслабить, снять напряжение, активизировать внимание. Ведущий приглашает всех создать круг, а сам становится в его центр, закрывая глаза, начинает вращаться по кругу, стоя на месте, выполняя определенные движения (потирание ладоней, щелканье пальцами, похлопывание по ногам, топание ногами). Участники повторяют по кругу эти движения. Как только ведущий останавливается, открывает глаза, человек напротив него меняется с ним местами, придумывая следующее движение. Каждый круг – новое движение и новый ведущий. Это упражнение является завершающим. Педагог-психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлекссию занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие №3. Тема «То, чего вы не знали». Цель занятия: осознать деструктивность способов выражения агрессии. Педагог-психолог приветствует участников, настраивает на работу, называет цели данного занятия. Инструментарий: презентация «чувства», фломастеры, ручки, чистые белые листы.

Содержание занятия:

Упражнение № 1. «Неудобная ситуация».

Цель данного упражнения – находить более конструктивный выход из «неудобной» ситуации. Ведущий предлагает найти выход из какой-то сложной ситуации. Например, представим, что у Вас украли сумку с деньгами, вы находитесь в городе, не имея знакомых. Ваши действия – найти способ связаться с полицией, связаться с родственниками/друзьями, найти способ вернуться домой, решить проблему. Ситуации будут различными. Участники, также, выдумывают их сами, при желании. Затем

обсуждаются предложенные решения, выбираются самые захватывающие и интересные.

Упражнение № 2. «Всё это мои чувства».

Цель данного упражнения – научиться распознавать эмоции. Педагог-психолог готовит для учащихся слайды с названиями чувств, например: недовольство, усталость, злость, стыд, радость, удивление, огорчение, счастье, задор. Затем, участники и ведущий вступают в дискуссию, обсуждая каждое чувство, отображенное на слайде. После беседы, каждый из участников выходит в центр, изображая одно из эмоций, остальные пытаются догадаться.

Упражнение № 3. «Шутливое письмо» + игра «снежный ком».

Цель упражнения – поработать с гневом и обидами, которые возникают во взаимоотношениях между детьми, а также между детьми и учителями, между детьми и родителями. Ведущий объясняет правила: написать шутливое письмо знакомому, в общении с которым они испытывают трудности. Писать письмо необходимо разным почерком, буквы могут иметь разный размер. Это письмо относится к разряду тех, которые можно писать, но не стоит отправлять. По завершению упражнения, смять письма и поиграть в «снежки», тем самым выпустив пар, расслабившись и избавившись от агрессии в сторону человека, о котором писали в письме. Это упражнение является завершающим.

Педагог-психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлексию занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие №4, тема «Откровениям быть».

Цель занятия: помочь подросткам осознать свои положительные качества. Педагог психолог приветствует участников, настраивает на работу, называет цели данного занятия. Инструментарий: презентация с различными изображениями животных, людей, предметов; 2 набора карточек: «Тик», «Так», содержащие утверждения с негативными и с положительными мыслями.

Содержание занятия:

Упражнение № 1. «Впечатление».

Цель упражнения – создать позитивную эмоциональную атмосферу. Педагог-психолог использует заранее подготовленную презентацию с различными изображениями животных, людей, предметов. Задача участников – очень быстро выразить свое первое впечатление к полученной картинке. Данное упражнение направлено на развитие мышления, быстроту реакций, а также, служит отличным способом наладить атмосферу в классе.

Упражнение № 2. «Тик-Так».

Цель упражнения – развить умение реагировать на отрицательную мысль. Педагог заранее готовит 2 набора карточек, первый под названием «Тик», второй набор – «Так». Карточки содержат в себе утверждения с негативными и с положительными мыслями. Задача участников их правильно сопоставить.

Например, попалась карточка «Я снова не смогу доделать дело до конца, стоит ли мне браться за новое?», для такой негативной карточки целесообразно, подобрать следующую положительную мысль «надо пробовать, ведь только методом проб и ошибок я смогу добиться чего-то большего». Участники работают все вместе, обсуждая, дискутируя. Ведущий наблюдает за коллективом. По готовности, педагог обсуждает выполненную работу, называя полученные «Тик–таки».

Упражнение № 3. «Признание в любви».

Цель упражнения – развитие навыка позитивного мышления, формирование эмоционального отношения к собственной жизни. Ведущий объясняет правила: «Ваша задача произвольно передвигаться по классу, по моему хлопку в ладоши, вы должны остановиться, и найти себе пару, взяв близстоящего члена группы. Затем, Вы становитесь друг к другу лицом и беретесь за руки. Вам дается 2 минуты, сохраняя зрительный контакт, провести диалог, в котором один из вас задает вопрос «За что ты любишь свою жизнь?», а второй отвечает, начиная с фразы «Я люблю свою жизнь за

то, что. По моему сигналу, вы меняетесь ролями, и затем, игра продолжается». Темп игры – максимально быстрый.

В завершении данного упражнения, ведущий проводит групповое обсуждение. Это упражнение является завершающим. Педагог-психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлекссию занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие №5. Тема «Все наши проблемы – в голове». Цель занятия: изучить мотивы своего агрессивного поведения и других людей. Педагог-психолог приветствует участников, настраивает на работу, называет цели данного занятия. Инструментарий: мяч.

Содержание занятия:

Упражнение–игра: 1 «Два лагеря». Цель игры – избавиться от страха выражения своего мнения. Ведущий задает вопрос участникам: «Вы считаете себя конфликтным человеком? Почему?» Затем педагог-психолог делит подростков на 2 лагеря: первый – подняли руку те, кто считает себя конфликтным, второй лагерь – те, кто к таковым себя не относит. Каждый придумывает название своей группе.

Каждой команде дается по 10 минут на обсуждение вопросов по теме конфликтов, вопросы могут быть следующими: «какие плюсы и минусы есть у конфликтующего человека, какие плюсы и минусы есть у толерантного человека, примеры конфликтных ситуаций, что такое конфликт, какие качества хотели бы позаимствовать у толерантных/конфликтующих людей».

По истечению времени, педагог-психолог проводит дебаты.

Упражнение № 2. «Монолог».

Цель упражнения – развитие умения принимать себя, найти свои слабые стороны, развитие способности раскрыться перед классом.

Упражнение проводится в кругу. Ведущий рассказывает правилах. Суть упражнения: используя мяч, бросая друг другу, участники рассказывают о себе, начиная свой монолог со слов: «Никто не знает, что

я...». Например: никто не знает, что я обычно веду себя в конфликте очень сдержанно, хотя мне это очень тяжело дается. Это упражнение является завершающим. Педагог–психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлексию занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие № 6. Тема «Уверенность». Цель занятия – обучить методам саморегуляции. Педагог психолог приветствует участников, настраивает на работу, называет цели данного занятия. Инструментарий: презентация «разные жизненные ситуации». Инструментарий: ручки, чистые листы бумаги.

Содержание занятия:

Упражнение №1. «Разные ответы».

Цель упражнения – помочь участникам отличить уверенный ответ от неуверенного и агрессивного ответа. Перед тем, как приступить к выполнению упражнения, ведущий обсуждает с учениками чем отличаются уверенные ответы от агрессивных. Педагог-психолог приводит примеры, если подростки сталкиваются с трудностями. На слайде отображены разные ситуации, например, «мама не разрешает гулять до позднего вечера». Далее происходит выбор добровольцев и разыгрывается сценка. После показа подростки обсуждают какие ответы получились у участников. Обращается внимание не только на вербальное выражение эмоций, но и на невербальное.

Упражнение № 2. «Любовь и злость». Цель упражнения – осознать, что по отношению к одному человеку можно испытывать абсолютно разные чувства, научиться не поддаваться этим чувствам целиком, а также, сохранять баланс ощущая любовь и злость, сохранив при этом, глубокий контакт с человеком. Ведущий просит сесть участников в круг, и закрыть глаза, и произносит: «Вообразите, что сейчас вы разговариваете с кем-нибудь, на кого вы рассердились. Расскажите причину вашей злости. Возможно, этот человек не сдержал свое обещание, не оправдал ваших ожиданий? Поговори с этим человеком про себя, так, чтобы никто не мог вас услышать. Произнеси достаточно четко и точно, на что именно вы

рассердились.

Например, сестре: «Катя, меня выводит из себя, то, что ты разбрасываешь свои вещи». Это должно продолжаться 1-2 минуты. А теперь необходимо сказать человеку, с которым вы разговаривали, что вам в нем нравится. Сказать об этом нужно тоже как можно конкретнее. Например: «Катя, мне очень нравится, как ты рисуешь, твои подарки, выполненные своими руками, всегда очень радуют и удивляют меня!».

На это тоже отводится 1-2 минуты». Ведущий предлагает подумать об одноклассниках, кто больше злит? Необходимо проделать все по аналогии: четкую формулировку раздражения и четкая формулировка того, что очень нравится в этом человеке. Ведущий просит открыть глаза и осмотреть вокруг, и обсудить пережитые эмоции в воображении участников. Важно подметить, что недопустима грубая лексика, принимается только выражение своих чувств в отношении другого ребенка в виде описания фактов и чувств, например:

«Я обижаюсь, когда ты». Это упражнение является завершающим. Педагог-психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлексия занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие №7. Тема «Познай себя». Цель занятия – найти рациональные способы удовлетворения своих потребностей подростков и взаимодействие окружающих. Педагог психолог приветствует участников, настраивает на работу, называет цели данного занятия.

Содержание занятия:

Упражнение №1. «Будущее».

Цель упражнения – построить будущее через планирование и фантазирование, интеграции его с настоящим. В данном упражнении ведущий предлагает подумать о жизненных целях, которые являются самыми важными на сегодня, о том, каких вершин участники хотят достичь, кем видят себя в будущем. Ведущий засекает 15 мин для того, чтобы написать на отдельном листе, цели, которые будут достигнуты в процессе

всей жизни. По истечению 15 минут, ведущий раздет новые листочки, и просит написать свои цели на ближайшие три года, и дается на это задание 15 минут. Затем участникам необходимо выбрать 3 цели самые важные для них, и записать их на отдельном листе. Далее, необходимо выбрать партнера, с которым хочется обсудить свои цели.

Важно сконцентрироваться на выбранных главных целях, выясняя к каким областям жизни они относятся: любовь, дружба, здоровье, образование. И на это ведущий отводит 10 минут. Также, важно определить связаны ли долгосрочные и три временных цели. Завершающим заданием является найти такую временную цель, достижение которой представляется наиболее трудным образом, и поразмышлять, что можно сделать для ее достижения. На это отводится 20 минут. Далее, все участники возвращаются в круг, для совместного обсуждения. Происходит подведение итогов.

Упражнение №2. «Король и королева».

Цель упражнения – обнаружение «защит» личности. Ведущий предлагает игровые ситуации, исходя из них, каждый из участников, должен пережить некоторые унижения, например, поклониться королю, что-нибудь подать, поцеловать руку, и каждый из участников должен будет «уклониться» от этой травмирующей ситуации. В данном упражнении, педагог–психолог оценивает, кто и как «защищался» от этой ситуации подчинения. Это упражнение является завершающим. Педагог-психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлекссию занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие №8. Тема «Время для игр».

Цель занятия – найти альтернативные способы удовлетворения собственных потребностей подростков и взаимодействие окружающих. Педагог психолог приветствует участников, настраивает на работу, называет цели данного занятия. Инструментарий: конструктор, пустые спичечные коробки, игра «Дженга» в нескольких экземпляров.

Содержание занятия:

Упражнение: 1 «Если бы...я бы...». Цель занятия – развитие навыков по поиску решения проблем, развитие мышления и воображения. Участники усаживаются в круг. Ведущий ставит условие, связанное с отрицательными качествами: «если бы я был злым, агрессивным, вспыльчивым, а следующий, рядом сидящий, завершает предложение, предлагая решение данной проблемы: «я бы смотрел больше добрых фильмов, я бы изучал тему агрессии более подробно, я бы записался на курс к психологу, я бы начал заниматься медитацией». Затем, по аналогии, тоже самое проделывают остальные участники. Отличное упражнение, чтоб увидеть, как каждый из участников видит решения проблемы.

Упражнение № 2. «Дом». Цель упражнения – взаимодействие участников, сплочение коллектива, создание рабочей атмосферы. Заранее ведущий подготавливает раздаточный материал: конструктор, пустые спичечные коробки, игра «Дженга», в нескольких экземпляров. Затем участникам предлагается сделать какую-нибудь постройку. В процессе создания, подростки делятся на группы, строят вместе 2-3 домика. Домики необходимы для следующего упражнения.

Упражнение № 3. «Кто-кто здесь живет». Цель упражнения – развивать умение выражать свое мнение, делать комплименты, разделяться на группы, находить конструктивный выход из конфликтной ситуации. Психолог просит похвалить и положительно оценить их дом, предваряя высказывание фразой: «Какой хороший и красивый дом Вы построили!». После того как похвалы прозвучали, он задает участникам вопрос: «Кто в этом доме будет жить? В каких комнатах? Как будут выглядеть их комнаты? Какими будут их отношения в доме, какие обязанности будет выполнять каждый из них?». Ведущий внимательно выслушивает каждого, фиксируя важную информацию в заметки. Далее психолог предлагает окунуться в жизнь в этих домиках, и предположить различные бытовые конфликты: кто-то не выполнил домашнюю обязанность, и т.д. Ребята предлагают решения таких

конфликтов, дискуссия и выслушивая друг друга. Это упражнение помогает подросткам научиться быть терпимыми по отношению к друг другу, быть более внимательными, уметь уступать, проявлять взаимное уважение, находить компромисс. Это упражнение является завершающим. Педагог-психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлексию занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие №9. Тема: откровенная дискуссия «Побеседуем?».

Цель занятия – обучить навыкам поведения в конфликте, а также, рассказать об агрессивности, агрессии, и ее видах, сплотить коллектив благодаря совместной креативной работе. Инструментарий: ватман, цветные карандаши, цветные фломастеры, клей, цветная бумага.

Содержание занятия:

Упражнение № 1. ««Ковер мира». Цель упражнения – побуждение детей к отказу от драк, споров и слез, заменяя их обсуждением проблемы друг с другом. Перед началом упражнения, ведущий совместно с участниками создают ковер, из ватманов, рисунков, подписей, иллюстраций, аппликаций, включая свою фантазию, каждый приносит «свой вклад» в создание ковра, как символа перемирия. Далее, ведущий просит всех сесть в круг, таким образом, чтобы ковер был в центре. Педагог-психолог, ведет небольшую лекцию об агрессии, ее видах, деструктивном поведении, и о социально приемлемых формах агрессии, и затем, объясняет правила. Случайным образом, ведущий выбирает «методом тыка» по журналу двух человек, которые садятся на ковер. Ведущий предлагает конфликтную ситуацию. Цель участников игры: обнаружить конструктивное и деструктивное поведение, определяя формы агрессии, и предлагая конструктивное решение. По аналогии, участвуют все подростки.

Упражнение: 2 «Неоконченные предложения». Цель упражнения – развитие познавательной деятельности, развитие мышления, развитие умения соотносить состояние и выражение эмоций. Участники садятся в

круг. Ведущий объясняет правила, и начинает упражнение со слов: «когда я ем...», рядом сидящий человек заканчивает предложение «я доволен». Следующий человек продолжает: «когда я плачу», завершает сосед по стулу: «– мне грустно» и т.д. Данное упражнение направлено на развитие навыков быстрого реагирования. Это упражнение является завершающим. Педагог–психолог просит всех занять свои места, проводит шеринг и рефлексию занятия, и произносит завершающую речь.

Занятие №10. Тема: «Заключительный день занятий». Цель занятия – подведение итогов; обобщение полученного опыта; обмен впечатлениями. Инструментарий: записки с именами участников, завернутые в трубочку; темный мешок, карточки с психологическими понятиями, упражнениями.

Содержание занятия:

Упражнение № 1. «Пожелание». Цель упражнения – сплочение коллектива, совершенствовать навыки выражения положительных эмоций, уважения к окружающим, совершенствовать коммуникативную культуру. Ведущий заранее готовит маленькие записки с именами участников, завернутые в трубочку, укладывая их в темный мешок. Участники становятся по кругу, педагог–психолог рассказывает о правилах. Суть упражнения – вытянуть трубочку из мешка, случайным образом, и пожелать что-то приятное для этого человека, например: «Миша, я желаю тебе меньше акцентировать внимание на своих неудачах, воспринимать ошибки свои как опыт, который поможет тебе стать сильнее». Начинает выполнение упражнения ведущий, и далее по цепочке выполняют все учащиеся.

Упражнение № 2. «Что я нового узнал». Цель упражнения – помочь подростку обобщить смысл тренинга, вспомнить основные поднятые вопросы. В качестве подсказки, педагог–психолог раскладывает психологические понятия, названия упражнений, виды эмоций, конструктивные решения, написанные на небольших листочках, а в каждом названии пропущены буквы. Участники должны выбрать любое, заполнить пропуски и вспомнить день, когда он об этом узнал, рассказать вкратце.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков с низким уровнем самооценки

Таблица 4.1 – Результаты вторичной диагностики по методике А. Басса-А. Дарки

№ №	Индекс агрессивности до проведения программы	Уровень	Индекс агрессивности после проведения программы	Уровень	Индекс враждебности до проведения программы	Уровень	Индекс враждебности после проведения программы	Уровень
1.	24	Выше нормы	17	Норма	11	Выше нормы	8	Норма
2.	23	Выше нормы	20	Норма	13	Выше нормы	5	Норма
3.	25	Выше нормы	19	Норма	14	Выше нормы	8	Норма
4.	26	Выше нормы	26	Выше нормы	12	Выше нормы	12	Выше нормы
5.	27	Выше нормы	19	Норма	16	Выше нормы	16	Выше нормы
6.	26	Выше нормы	24	Выше нормы	16	Выше нормы	6	Норма
7.	24	Выше нормы	23	Выше нормы	12	Выше нормы	12	Выше нормы

Таблица 4.2 – Результаты вторичной диагностики уровня агрессивного поведения по методике «Агрессивное поведение» Е.П. Ильина, П.А. Ковалева

№	1	2	3	4	5	6
1	7	6	8	5	26	средний
2	6	6	8	5	27	средний
3	6	7	9	8	30	высокий
4	6	6	9	6	27	средний
5	6	8	8	9	31	высокий
6	6	8	7	8	29	высокий
7	6	5	10	7	28	средний

Таблица 4.3 – Динамика повышения уровня самооценки у учащихся старших классов после психолого-педагогической коррекции по методике «Самооценка личности подростка» Г.Н. Казанцевой

№п/п	До проведения программы	Уровень	После проведения программы	Уровень
1	110	Низкий	41	Адекватная
2	110	Низкий	35	Адекватная
3	100	Низкий	42	Адекватная
4	10	Низкий	50	Низкий
5	76	Низкий	32	Адекватная
6	50	Низкий	50	Низкий
7	120	Низкий	37	Адекватная

Таблица 4.4 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по данным методики А. Басса-А. Дарки

№ п\п	До измерения, тдо	После измерения, тпосле	Разность (тдо–тпосле)	Абсолютное значение разности	Ранг
1	24	17	-7	7	6
2	23	20	-3	3	4
3	25	19	-6	6	5
4	26	26	0	0	1
5	27	19	-8	8	7
6	26	24	-2	2	3
7	24	23	-1	1	2

$$T_{эмп} = 0$$

$$T_{кр} = 2 (p \leq 0.05). N=6$$

Таблица 4.5 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по данным методики «Агрессивное поведение» Е.П. Ильина, П.А. Ковалева

№ п\п	До измерения, тдо	После измерения, тпосле	Разность (тдо–тпосле)	Абсолютное значение разности	Ранг
1	32	26	-6	6	6
2	31	27	-4	4	5
3	30	30	0	0	1,5
4	35	27	-8	8	7
5	31	31	0	0	1,5
6	30	29	-1	1	3
7	31	28	-3	3	4

$$T_{эмп} = 0$$

$$T_{кр} = 0 (p \leq 0.05). N=5$$

Таблица 4.6 – Расчет T-критерия Вилкоксона по данным методики «Самооценка личности подростка» Г. Н. Казанцевой

№ п\п	До измерения, тдо	После измерения, тпосле	Разность (тдо–тпосле)	Абсолютное значение разности	Ранг
1	110	41	–69	69	5
2	110	35	–75	75	6
3	100	42	–58	58	4
4	10	50	40	40	2
5	76	32	–44	44	3
6	50	50	0	0	1
7	120	37	–83	83	7

$$T_{эмп} = 2$$

$$T_{кр} = 2 (p \leq 0.05). N=6$$