



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 у
старших подростков в условиях сельской школы

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

Проверка на объем заимствований:

79,64 % авторского текста
Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
«21 Май 2021 г.
зав. Кафедрой ТиПП

[подпись] Кондратьева О.А.

Выполнил:

Студентка группы ОФ 410/227-4-1
Николаева Софья Владимировна

Научный руководитель: кандидат
педагогических наук, доцент
Капитанец Елена Германовна

Челябинск

2021

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	
1.1 Феномен агрессивного поведения в психолого-педагогической литературе.....	6
1.2 Возрастные особенности агрессивного поведения у подростков.	14
1.3 Модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы	20
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования	31
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования	37
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ	
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы	46
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования агрессивного поведения старших подростков	56
3.3 Рекомендации родителям и педагогам по коррекции агрессивного поведения старших подростков.....	62
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	70
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	74
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики исследования агрессивного поведения у старших подростков в условиях сельской школы	82
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования агрессивного поведения у старших подростков на этапе констатирующего эксперимента.....	90
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.....	93
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты исследования агрессивного поведения у старших подростков в условиях сельской школы при реализации коррекционной программы	99

ВВЕДЕНИЕ

Социально-экономическая и политическая ситуации в стране привели к резкой смене привычных стереотипов. Жизнь человека в современном обществе предполагает его существование и развитие в условиях крайней неопределенности, что сказывается на психике.

Подростки наиболее чувствительны ко всем изменениям, которые происходят в обществе. Они, со свойственной этому возрасту особой чувствительностью, оказываются в большей степени уязвимыми, психологически беспомощными и одинокими перед трудностями, встающими на их жизненном пути. Зачастую они могут быть не готовы к новейшим требованиям общества, не могут сделать правильный самостоятельный выбор и взять ответственность за свое поведение на себя. Из-за этого они часто оказываются в стрессовых ситуациях. Не имея ресурса для эффективного совладения с напряженностью, еще не обладая всеми требуемыми жизненными навыками, они не могут справиться с многочисленными, настигающими их проблемами. Это, в большинстве случаев, приводит к дезадаптации и саморазрушающему поведению, и как следствие, употреблению алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ.

Агрессивность – это свойство личности, которое для достижения своих собственных целей, готово и предпочитает использовать средства насильственного характера. Эмоциональный компонент агрессивного состояния – это чувства, и прежде всего гнев. Агрессивность может быть способом самозащиты, или же отстаивания своих прав и свобод, удовлетворения своих потребностей и достижения цели. Выражаемая в допустимой форме агрессивность играет важнейшую роль в способности ребенка адаптироваться к окружающей обстановке, исследовать и познавать новое, добиваться успехов в своих начинаниях.

Изучение проблем, связанных с агрессивностью для современной психологии не является новинкой. Современные и классические представления о составе и механизмах агрессии рассматриваются в работах А. Басса, А. Бандуры, Ю.В. Василюка, К. Лоренца, А.В. Петровского, С Розенцвейга, Р. Сапольски, З. Фрейда и др.

Актуальность данной работы состоит в том, что проблема агрессивного поведения у старших подростков связана с насущными проблемами нашего современного быстроразвивающегося общества. Высокий темп жизни, сложности самоопределения, самораскрытия, трудности в межличностном общении со сверстниками, с родителями и педагогами способствуют повышению агрессивного поведения к окружающим людям и к самому себе.

Цель исследования - теоретически обосновать и экспериментально провести психолого-педагогическую коррекцию агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

Объект исследования – агрессивное поведение старших подростков.

Предмет исследования - психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы

Гипотеза: психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы возможна при реализации программы, включающей ролевое проигрывание жизненных ситуаций, корректирующие психологические упражнения, психотехнические упражнения, дискуссии, проективное рисование.

Для достижения поставленной цели были выдвинуты следующие задачи:

1. Изучить феномен агрессивного поведения в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить особенности агрессивного поведения у старших подростков.

3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

4. Определить этапы, методы и методики исследования.

5. Дать характеристику выборки и провести анализ результатов исследования агрессивного поведения старших подростков.

6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях психологической службы школы.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Разработать психолого-педагогические рекомендации по коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

В данной работе применялись методы:

1. Теоретические: анализ научной литературы, целеполагание, моделирование, синтез, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методикам: Диагностика состояния агрессии А. Басса – А. Дарки; Тест агрессивности (Л.Г. Почебут); Тест «Оценка агрессивности в отношениях» (А. Ассингер)

3. Методы математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: Муниципальное общеобразовательное учреждение «Рассветинская средняя общеобразовательная школа» Карталинского района (Челябинская обл.) Выборка состоит из 22 учащихся 9 классов: 7 мальчиков и 15 девочек, средний возраст которых 15 лет.

ГЛАВА 1. КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1 Феномен агрессивного поведения в психолого-педагогической литературе

В психолого-педагогической литературе широко используется термин «агрессивность». А.А. Реан отмечает, что различие таких понятий, как «агрессия» и «агрессивность» ведет к существенным следствиям, не за любым агрессивным действием человека стоит агрессивность личности, в то же время, агрессивность человека не всегда проявляется в явно выраженных агрессивных поступках. Выражение повышенной агрессивности как личностного качества человека в определенных моментах его поведения, как агрессивных действий, всегда является продуктом взаимодействия сложных транситуативных и ситуативных факторов [39, с. 5].

Понятие агрессивность представляет собой личностную или ситуативную склонность человека к негативному, деструктивному поведению. Н.Д. Левитов представляет состояние агрессивности как стеническое переживание гнева с потерей контроля над собой [30, с. 18].

«Агрессия» или «агрессивное поведение» – специфическая форма поведения человека, проявляющегося демонстрацией своего господства в силе или реализации применения силы в отношении других лиц, которым человек желает сознательно нанести ущерб [12, с. 89].

Агрессивность – это свойство человеческой личности или непродолжительное эмоциональное состояние, которое может выражаться в открытом гневе, недовольстве и стремлении к самоутверждению за счет других. Агрессивное поведение подразумевает действие резко и грубо, а

также преследование собственных интересов и целей, пренебрежение эмоциями и чувствами других людей в обществе [14, с. 90].

Эрих Фромм выделил два типа агрессивности: инструментальную и враждебную. Первая крайне необходима человеку, дабы отстаивать свое достоинство и интересы, вторая же деструктивна для человека. В корне агрессивности – враждебное восприятие мира, эгоизм и избыточная восприимчивость. Агрессивные действия, как правило, вызывают чувство психологического дискомфорта у других людей, а иногда даже причиняют серьезный ущерб. Агрессивность может быть следствием повышенной грубости к человеку, плохого воспитания, внутреннего конфликта или комплексов [51, с. 104].

В европейских языках, широко использовалось понятие «Агрессия», хотя трактовалось оно различным образом. Так до начала XIX века агрессивным поведением обозначалось всякое энергичное как с благожелательными, так и с деструктивными намерениями. Со временем, значение термина «агрессия» трансформировалось, и стало более характерным. Этим термином стали обозначать только приносящее вред разрушение, поведение в контексте взаимоотношений с людьми в социуме. Хайнц Зильманн предполагал, что данный термин уместно применять лишь в контексте направленных попыток нанесения другим людям телесных увечий либо повреждений [66, с. 115].

А. Басс рассматривает термин «агрессивное поведение» более широко. Он считает, что это любое поведение, которое может содержать угрозу или наносить ущерб другим живым существам [цит. по 6 с. 30-31].

Е.В. Змановская считает, что агрессивным поведением может рассматриваться любое стремление, проявляющееся в истинном поведении или фантазиях с целью доминирования или подчинения других людей себе [20].

Агрессия кажется необходимой и естественной, ведь она проявляется в каждом живом организме на земле. Но люди не только биологические, а еще и социальные существа, разумные, культурные и цивилизованные [10, с. 164].

Агрессию как таковую изучали многие ученые, в том числе И.А Фурманов [52], О.М Шабалин [58], Е.Г Шестакова [60], Шипунова [61] и др. Ключевым при рассмотрении данного феномена становится выявление причин агрессивного поведения, возрастные особенности, взаимосвязь специфических черт личности индивида и агрессии из чего возникали различные теории ее происхождения. Основными теориями считается: теория «влечения», «фрустрационная» теория агрессии и теория «социального научения».

«Фрустрационная» теория является промежуточной ступенью между психоаналитической теорией «влечения» и теорией «социального научения», она заложила фундамент для дальнейших исследований в сфере агрессивного поведения [57, с. 20].

Если речь идет о внутреннем диссонансе у человека, мы обращаемся к теории «влечения». Еще Зигмунд Фрейд рассматривал агрессию, как некую энергетическую составляющую либидо. После первой мировой войны, когда у родоначальника психоанализа появилось много накопленного материала при работе с военными, он ввел в свою теорию отдельное агрессивное влечение, и обозначил его как «влечение человека к смерти» [57].

Д. Долларда и его соавторы, положили начало скрупулёзным и расширенным экспериментальным исследованиям агрессивного поведения. Рассматривая с точки зрения данной теории, агрессия – представляется не автоматически возникающая в недрах организма желание, а результат состояния разочарования, расстройства, т. е. преград, встающих на пути целенаправленных деяний субъекта, или же не

достижение желаемого состояния, к которому индивид стремился. Во-первых, эта теория подразумевает, что проявление агрессии всегда является следствием фрустрации, а во-вторых, что фрустрация в любом случае повлечет агрессию [47]. Исследования проводят и по сей день, такие авторы как Н.И Холод [54], А.В Юревич [67] и многие другие дополняют наше понимание о возможных причинах агрессивного поведения.

Теория «социального научения». Наиболее авторитетными представителями данного течения психологической науки являются А. Бандура и Л. Берковитц. Последний придерживался представлений, согласующихся с «фрустрационной» теорией агрессии. Однако он столкнулся с тем, что фрустрация не всегда приводит к агрессии, после чего Л. Берковитц ввел в теорию две переменные, первая представляла собой побуждение, а вторая – направленность поведения, другими словами побудительный компонент, такой как гнев и запускающие его последствия. При блокировании извне действий человека, которые направлены на достижение своих собственных целей, приводит к появлению агрессии. Чтобы данное поведение стало проявляться, необходимы соответствующие для него раздражители, являющиеся неким триггером, а соответствующими они могут стать при условии опосредованной или непосредственной связи с источником своего гнева, то есть с причинами фрустрации каждого индивида [23, с. 186].

Из приведенной выше информации, сформированы следующие выводы:

- социальные и биологические факторы оказывают влияние на проявление агрессивности;
- агрессивность может являться как жестокой, направленной на причинение вреда другому человеку, так и нормальной реакцией индивида

в результате борьбы за свою жизнь и для достижения своих собственных интересов;

– агрессивные действия можно ослабить или направить в нужные рамки, устанавливаемые общественным мнением в социуме прибегая к помощи положительных подкреплений поведения без проявлений агрессивности, ориентация человека на позитивную поведенческую модель, изменение условий, способствующих проявлениям агрессивности [44, с. 201];

–негативные направления. Вне зависимости от возраста, мотивы агрессивного поведения преимущественно остаются одинаковыми: это достижение своих целей или удовлетворение потребности во влиянии, власти, престиже, уважении и достижение различных благ [27, с. 168].

А. Гутген-бюль, являясь психологом и психиатром, описывает агрессивное поведение в виде различных процессов в структуре головного мозга, которые зачастую определяются как дефицит развития лобных долей или неправильной работой лимбической системы [цит. по 32].

Невероятную работу по изучению поведения человека провел американский нейроэндокринолог, профессор биологии Роберт Сапольский. В своих многочисленных работах он раскрывает природу агрессивного поведения, рассматривая последнее с неожиданных сторон. В одной из своих работ он подчёркивал, что за агрессивное поведение отвечает миндалины, которая в том числе отвечает за испуг. Этот занимательный факт подводит к определённым выводам, относительно круговой поруки насилия.[40].

«Человек как вид не против насилия как такового, а против безконтекстного насилия», это одно из базовых тезисов в работах Роберта Сапольски. Другими словами, в одном случае за убийство принято лишать свободы, в другом награждать медалью[71].

Так или иначе, чтобы разобраться в причинах агрессивного поведения, необходим комплексный подход, который щедро нам предоставляет вышеупомянутый автор. Первое что необходимо рассмотреть, непосредственно причины агрессивного поведения в момент его совершения. Тут важным фактором выступает состояние миндалины в головном мозге, которая отвечает за эмоциональное реагирование. Насколько она была возбуждена, насколько стрессовые факторы активизировали данную область. При этом если человек голоден, испытывает боль, лобная доля головного мозга будет пассивна, а это приведёт к отсутствию подавления инстинктивных агрессивных импульсов[42].

Следующий важный фактор агрессивного поведения, на который ссылается Роберт Сапольский, это состояние гормональной системы у индивида. Разумеется, по большей части, речь пойдёт об уровне тестостерона в крови. Повышение данного гормона вызывает любопытный паттерн поведения, а именно человек склонен расценивать нейтральные сигналы от окружающих, как агрессивные, угрожающие жизни. Помимо этого, не стоит упускать из виду гормоны стресса, такие как глюкокортикоиды, кортизол, адреналин и другие. Они способны угнетать активность лобной доли и наоборот активизировать всё ту же миндалину[41].

Префронтальная кора - главный сдерживающий фактор агрессивного поведения. Она окончательно формируется к 25 годам. Соответственно пубертатный возраст является с одной стороны - периодом формирования рациональных механизмов, с другой - временем, когда данная зона ещё не включена в полную силу, что приводит к дихотомическому поведению и способу мышления. В таком контексте агрессивные импульсы культивируются и чаще имеют продолжение в поведении[70].

Всё вышеописанное является лишь малой частью причин агрессивного поведения, необходимо учитывать ранее детство и возможные психологические травмы, в том числе посттравматическое стрессовое расстройство, перинатальный период развития, органические заболевания (гипотиреоз, опухоли в головном мозге, заболевания, вызванные вирусными инфекциями и т.д), эпигенетические изменения в экспрессии тех или иных генов, наследственность, происхождение и многое другое[40].

Часто задевается следующее определение агрессии – совершенно любое поведение человека, включающее угрозу, демонстрация враждебности или наносящее ущерб другим людям в социуме. Существует пять видов реализации агрессии: физические, вербальные, косвенные, направленные, ненаправленные, раздражение[45, с. 162].

Все мотивы агрессивного поведения можно разделить на пять групп:

1. Враждебные. Такие мотивы обуславливаются негативными чувствами: злобой, гневом, ненавистью, завистью, эмоциональными срывами.

2. Авторитарные. Суть таких мотивов – жажда влияния над людьми, власти, стремление доминировать и подчинять.

3. Гедонистические. Гедонистическая агрессия является средством получения удовлетворения и удовольствия.

4. Психические и психопатологические: усталость, переутомление, бессонница, стрессовые ситуации, различного рода неврозы, психозы, а также другие психические отклонения и недуги.

5. Защитные. Когда мотивом такого поведения является самозащита, проявления агрессии выступают как проявление инстинкта самосохранения. Данная агрессия является конструктивной. Она может проявляться как защита другого живого существа от агрессора.

К нарушениям целостности психологического здоровья, может привести агрессия, которая оскорбляет, унижает, приводит к злобе, расстраивает людей. Стоит принимать во внимание факт, что в социуме всегда проявляется комбинация различных видов агрессии. Зачастую это может быть связано с особенностями личности каждого индивида. Такое поведение может проявляться, например, в непонимании, враждебности, неуважении, жесткости, конфликтности, вспыльчивости, мстительности и многом другом [27, с. 106].

Таким образом, из рассмотренного и изученного материала можно сделать следующие заключение: под «агрессивным поведением» подразумевают целенаправленные действия с негативной враждебной характеристикой, т.е. нацеленные операции индивида, наносящие ущерб окружающим. Агрессивность предполагает действие напролом, грубое преследование своих собственных целей и желаний, неуважение к чувствам и эмоциям других людей. Разработаны три теории агрессивности, так же установлены факторы и причины, оказывающие влияние на проявления агрессивности, освещены мотивы агрессии. Понятие агрессивность тесно связано с враждебностью, последнюю часто определяют, как устойчивую комплексную личную черту, подразумевающую ощущение себя в оппозиции и неприязнь к окружающим.

Сейчас проблема агрессивного поведения представляется не только как особенности характера человека, но как сложный, взаимосвязанный процесс в котором фигурируют эндокринология, анатомия, воспитание, психологические травмы детства, темперамент, посттравматические стрессовые расстройства и многое другое. Как видно из представленного материала, за немалый промежуток времени изучения агрессии и агрессивного поведения у ученых накоплено достаточно знаний и

сформировано немало теорий с полной их теоретической и практической базой.

1.2 Возрастные особенности агрессивного поведения у подростков

Зачастую подростковый период становится одним из трудных эпизодов жизни каждого человека. Данный период еще называют переходным, потому что в это время происходит своеобразный переход от детства к взрослости, который сопровождается резким всесторонним развитием человека: физиологическим, нравственным, интеллектуальным. В социальном плане происходит переход от зависимости от взрослых к самостоятельности в жизни. Подростковый период является переходной составляющей между детством и взрослостью.

Об особенностях подросткового возраста было написано множество работ (Д.И. Фельдштейн [49], П.Р. Чамата [55], Т.И. Шульга [63] и др.) Благодаря им нам известно, что данный этап жизни человека является ключевым для формирования чувства идентичности, возникает обострение внутренних конфликтов. Это реализуется путем осмысления преимуществ человека и его слабых сторон, умений и социальных ролей. В данный период человек концентрирует всю информацию о себе, которая впоследствии поможет понять, как ему наиболее экологичным способом реализоваться в жизни. Иногда происходит так, что, формирование идентичности затруднено, и появляется риск возникновения ролевой и идентификационной диффузности [37, с.144].

Выделим этапы и задачи подросткового периода:

Пубертатный отрезок времени приходится на возраст от 9-11 до 18 лет. Организм человека претерпевает серьезные преобразования. Это вытекает в следующие задачи:

- 1) потребность изменения образа своего тела и построение гендерной идентичности;

2) поэтапный переход к взрослой генитальной сексуальности, и принятию вторичных половых признаков[59, с.43].

В подростковом периоде отчётливо прослеживается быстрое когнитивное развитие, это связано с процессом формирования префронтальной коры головного мозга и охватывает период от 11-12 до 16 лет. Мы можем наблюдать качественные и количественные изменения в интеллектуальной сфере, кардинальным образом отличающие его от детского способа познания окружающего.

Значительные изменения происходят в сфере социальных взаимоотношений, примерно на отрезке от 12-13 до 18-19 лет. Мы знаем, что это возраст, когда акцент с семейных отношений переходит на общение со сверстниками, эти изменения протекают в следующих направлениях:

- 1) сепарация индивидуации (отдаление от родительских фигур);
- 2) планомерная интеграция в группу сверстников, возникновение отношений конкуренции и сотрудничества с партнерами обоих полов.

В период подросткового возраста поэтапно возникает иная субъективная, перестраивающая образ себя, людей и мира. Такие изменения в большей мере протекают в период от 13-14 до 20-21 года. [59, с.44].

Рассматривают три доминирующие задачи развития:

- 1) осмысление временной протяженности собственного «Я» охватывающей прошлое и определяющей проекцию себя в будущее;
- 2) принятия своего образа как отдельного от интериоризированных родительских образов;
- 3) осуществление системы выборов, которые создают монолитность личности (в основном речь идет о профориентации, половой идентичности, моральных взглядов) [34, с.96].

Началом становления идентичности принято считать старший подростковый возраст. У человека активизируется интроспекция, рефлексия, он больше обращает внимание на свои мысли, эмоции и поступки. В таком уединении протекает внутреннее осмысление того, с чем подросток претерпевает в реальной жизни, что благоприятствует развитию его эмоциональной сферы, которая является важным фактором становления личности.

Также стоит отметить возрастающий интерес к противоположному полу, известно, что ведущей деятельностью в данный период становится интимно-личностное общение. Благодаря этому подросток «переориентируется» с общения в семейной системе на взаимодействие со сверстниками, это часто вызывает негативные эмоции и переживания у первых [31, с.166].

Несмотря на активное формирование префронтальной коры, она будет функционировать в полной мере только к 25 годам, чего нельзя сказать про лимбическую систему, которая работает в полной мере и порождает большое количество импульсов, которые в свою очередь вызывают эмоциональные реакции. Данный аспект говорит о том, что у подростка преобладают процессы возбуждения над процессами торможения. В свою очередь данный факт может стать причиной возбудимости, впечатлительности, трудностей с контролем эмоций, импульсивного поведения и неумению переносить продолжительные эмоциональные нагрузки.

Эмоциональная нестабильность является одной из характерных черт пубертатного периода. Проявляется это как частая смена настроения, возбудимость, нестабильность. Образуются акцентуации в характере [19, с. 17].

От типа акцентуации зависят нарушения поведения: аффективные реакции и неврозы. Реформы в социальных взаимодействиях и

требованиях к подростку порождают всевозможные девиации в поведении, реализующиеся в негативизме, агрессивности, нигилизме, доминантности. В истоках агрессивных демонстраций могут находиться искажённые деформированные глубинные личностные структуры и стойкие деструктивные стереотипы взаимодействия с людьми. Отягощается приспособление к средовым условиям в пубертатном периоде переживанием организма физических и психофизиологических реформаций [29, с. 87].

Подростковая агрессия – зачастую является следствием базового недовольства и низкой самооценки вследствие пережитых поражений и несправедливостей [28, с. 87].

Агрессия в подростковом возрасте достаточно известный феномен, и ему посвящены многие работы (А.А Ушанова [48], А.Б Холмогорова [53], К.Е Чуганова [56], Е.В Шуралева [64] и др).

Чтобы лучше понять причины и цели агрессивного поведения, нам надо определить при каких обстоятельствах они проявляют себя агрессивно. Можно выделить несколько обстоятельств способных повлечь за собой агрессивное поведение:

- жестокость, проявленная как от взрослых, так и от сверстников;
- если на их права и достоинства посягаю окружающие;
- гиперопека со стороны родителей;
- стремление быть замеченным и проявлять доминирование;
- потребность получить результат, но отсутствие вариантов конструктивного решения.

Высокий уровень агрессивности, также можно объяснить изменением всей структуры взаимоотношений подростка со взрослыми и со сверстниками. Стремясь избавиться от оценки и влияния взрослых, подросток становится критичным по отношению к собственному окружению, акцентирует внимание на их несовершенствах,

показывает своей негативизм. Распространенной причиной агрессивного поведения также называют деструктивность внутрисемейных отношений и недостаток воспитания. Другая крайность: гиперопека, вмешательство в его границы, неуважение к нему, игнорирование индивидуальных особенностей и профицит внимания будут порождать агрессивное поведение [46, с. 65].

В процессе взаимодействия, окружение подростка разделяется по типу «Свой-чужой». В качестве «своих» обычно выступают близкие друзья или одноклассники, антагонистами часто становятся подростки с альтернативным статусом в группе, отличающимся от большинства сверстников, не вовлеченные в общую деятельность или досуг. Противостояния с антагонистами могут возникать без особой причины. Подростки могут причинить физическую агрессию по причине того, что наблюдают различия между своей группой и отдельного индивида. Внутригрупповое проявление агрессии часто сопряжено соперничеством, недопониманием либо состязанием за первенство. Когда подростки не знают конструктивного способа отстаивать свои интересы или продемонстрировать свое превосходство, проявление агрессивного поведения выступает как единственный доступный вариант [67].

Если агрессивность для большинства подростков имеет периодичный характер и не представляет серьезной угрозы для становления личности и социума, то для некоторых из них, проявление агрессии принимает значительно более акцентированную форму, которая проявляется в количестве агрессивных проявлений и в доминировании прямой физической агрессии, направленной на физическую боль или страдание сверстников [28, с. 57].

Рассматривая особенности агрессивного поведения подростков, стоит учитывать гендерные различия. Ведь именно в пубертатном периоде уровень тестостерона у мальчиков может значительно колебаться, а у

девочек гормональный фон и вовсе претерпевает значительные изменения. Помимо физиологии, разница в гендерном проявлении агрессии будет зависеть от норм и правил воспитания мальчиков и девочек в их родной культуре.

Мальчики-подростки чаще претерпевают агрессию в таких межличностных отношениях, как учеба, спорт, личная угроза. Девочки более чувствительны к негативным оценкам в сторону внешних и внутренних особенностей. Их злость по большей части обусловлена характером межличностных отношений, в конечном итоге и появляется неконтролируемая ситуация [31, с. 56].

Стоит отметить что агрессия, как в подростковом возрасте, так и во взрослом не является чем то, что требует искоренения. Эмоция злости наряду с остальными эмоциями выполняет свои специфические функции, без которых обойтись биологическому организму сложно. Если человек не будет испытывать эмоцию раздражения или гнева, то определить где были нарушены его границы, станет невозможным, уже не говоря об их отстаивании. А когда мы берем во внимание подростковый возраст, где человек углубленно начинает разбираться в вопросах что для него хорошо, а что неприемлемо, то агрессия и ее составляющий выступают ключевыми элементами данного процесса. Другой вопрос, когда данное состояние начинает проявляться во вне и не всегда конструктивным способом.

Агрессивное поведение в пубертатном периоде, часто отражается на последующей жизни. Биологическая ее составляющая часто только набирает обороты, в то же время социально обусловленные формы могут угасать[4].

Рассматривая специфику агрессивного поведения у подростков можно заключить что: агрессия у подростков часто сопряжено с аккомодацией к социальной среде; агрессивное поведение подростка тесно связано с окружающими его факторами (агрессивное поведение

сверстников, сложная социально-экономическая ситуация, взаимоотношения с родителями и т.д.); дихотомия в воспитательных мерах у родителей подростка, приводит к усилению негативных переживаний последнего; как чрезмерная опека, так и попустительский стиль в воспитании приводит к усилению агрессии подростка; подростки с агрессивным поведением часто находят друзей со схожим поведением, что может приводить к закреплению данного паттерна; сложности в коммуникации и когнитивные особенности, также могут выступать причинами рассматриваемого поведения.

Агрессия свойственна нам как биологическим организмам, в то же время в свете социально неблагоприятных условий она приобретает кардинально иной характер, и необходимо ее трансформировать в социально приемлемые формы, особенно в подростковом возрасте.

1.3 Модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы

Само понятие «коррекция» дословно подразумевает под собой «исправление». Это определение содержит в себе исправление недостатков, тем не менее, ключевых изменений корректируемого процесса или явления не происходит. Психологическая коррекция представляет собой независимый вид практической деятельности и психологической помощи, представляющий собой некий набор мероприятий, направленных на регулирование деструктивной психологии или поведенческих реакций человека с применением специфических методов воздействия. [26, с. 3]. Сами психокоррекционные воздействия ориентированы на преобразование поведения и эволюцию личности клиента. Термин «модель» интерпретируется, как образец какого-нибудь изделия [13, с. 151-155].

Вышеупомянутое понятие отражается в следующем определении: «Психолого-педагогическая коррекция – это деятельность по корректировке тех особенностей психического развития, которые по принятой системе критериев не соотносятся с «оптимальной» моделью» [11, с. 94].

А.А. Осипова весьма сжато дала определение данному понятию: «Психологическая коррекция – это система мероприятий, направленных на исправление недостатков психологии или поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия» [36, с. 7].

При воплощении в жизнь коррекционных воздействий не обойтись безследующих принципов:

1. Принцип единства возрастного и индивидуального в развитии. Этот принцип подразумевает тождественную значимость как общих возрастных особенностей в развитии, так и характерных для каждого отдельного ребенка особенностей.

2. Принцип единства коррекции и развития. Это принцип, не допускает проведение коррекционной работы, без принятия во внимание внутренних и внешних особенностей развития индивида.

3. Принцип коррекции «сверху-вниз». Данный принцип устанавливает вектор коррекционной работы. Создание так называемой «зоны ближайшего развития», где средоточием внимания психолога выступает завтрашний день развития.

4. Принцип коррекции «снизу-вверх». Этот принцип включает в себе стимулирование и закрепление уже фигурирующих психологических особенностей, а именно подкрепление уже существующих стереотипов поведения, возвращая тем самым конструктивные его элементы и подавляя деструктивные.

5. Принцип единства диагностики и коррекции развития. Этот принцип показывает своего рода комплементарную связь процессов психологической диагностики и коррекции и их неразрывность.

6. Деятельностный принцип осуществления коррекции. Данный принцип зиждется на признании основополагающим, активную деятельность самого индивида, которая и является движущей силой его развития. Коррекционная работа в данном случае выстраивается посредством выстраивания необходимых видов деятельности подростка при участии взрослого [36, с.13].

Подготавливать психолого-педагогическую коррекцию агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы необходимо с конструирования дерева целей. Дерево целей – это своего рода система, выстроенная иерархически и включающая в себя графическое отношение целей и задач. Существует различные варианты дерева целей, в своей работе я остановилась на модели, предложенной В.И. Долговой [16, с.41-45].

Венцом «дерева целей» выступает ведущая цель исследования, ветви «дерева» цели первого, второго и т.д. порядка. В данном случае используется метод целеполагания. Ведущая, или как принято ее называть генеральная, цель нашего исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы. Далее представлены отдельные цели:

1.1. Изучить понятие «агрессивное поведение» старших подростков в условиях сельской школы

1.1.1. Охарактеризовать подходы к пониманию определения «агрессивное поведение».

1.1.2. Изучить классификации агрессивного поведения старших подростков.

1.2. Выявить особенности проявления агрессивного поведения старших подростков.

1.2.1. Обозначить возрастные границы старшего подросткового возраста.

1.2.2. Выявить особенности агрессивного поведения старших подростков.

1.2.3. Изучить особенности агрессивного поведения старших подростков.

1.2.4. Определить преобладающие стратегии агрессивного поведения старших подростков в конфликтной ситуации.

1.3. Обосновать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

1.3.1. Разработать «дерево целей» психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

1.3.2. Сделать анализ концепций построения психолого-педагогической коррекции.

1.3.3. Выделить основные принципы построения психолого-педагогической программы коррекции.

2. Провести исследование агрессивного поведения старших подростков на констатирующем этапе.

2.1. Определить этапы, методы и методики проведения исследования.

2.1.1. Спланировать этапы исследования.

2.1.2. Выбрать методы исследования.

2.1.3. Подобрать методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и провести анализ полученных результатов констатирующего эксперимента.

2.2.1. Определить и охарактеризовать выборку исследования.

2.2.2. Провести констатирующий этап исследования.

2.2.3. Провести анализ результатов диагностического исследования на констатирующем этапе эксперимента.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков.

3.1.1. Определить цели, задачи, этапы коррекционной работы.

3.1.2. Составить психолого-педагогическую программу коррекции агрессивного поведения старших подростков.

3.1.3. Реализовать психолого-педагогическую программу коррекции агрессивного поведения старших подростков

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков.

3.2.1. Провести диагностическое исследование агрессивного поведения старших подростков на формирующем этапе.

3.2.2. Провести сравнение результатов диагностики до и после проведения коррекционной программы.

3.2.3. Проанализировать эффективность психолого-педагогической программы коррекции агрессивного поведения старших подростков.

3.3. Составить рекомендации для родителей и педагогов по профилактике и коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

3.3.1. Разработать рекомендации родителям.

3.3.2. Составить рекомендации педагогам.

Представим графически «дерево целей» психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков
рис.1.



Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы

На базе дерева целей была сформирована модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы. Под «моделью коррекции» предполагается образец систематического изменения в благоприятную сторону какого-либо процесса, в данном случае агрессии. Выбор целей коррекционной работы непосредственно имеет связь с теоретической моделью психического развития.

При подборе целей коррекционной работы, важно оперировать знаниями об особенностях психического развития ребенка. И если рассматривать отечественные взгляды на данный вопрос, то можно выделить несколько значимых направлений и область постановки коррекционной цели:

- 1) формирование новообразований;
- 2) усовершенствование социальной ситуации развития;
- 3) эволюцию видов деятельности ребенка.

Говоря о зарубежной психологии, мы сталкиваемся с иным представлением о трудностях в развитии. Чаще всего их связывают с

дисбалансом внутренних структур личности, а также со средой, в которой могут быть как травмирующие элементы, так и отсутствие материала для психических регистраций, необходимых в формировании адаптивного опыта. Следовательно, цели воздействия представляются либо как восстановление единства личности и равновесием психодинамических сил, либо как трансформация поведенческих реакций ребенка с помощью преобразования среды и научения его конструктивным видам поведения [25, с. 48].

Моделирование в психологии - разработка моделей воплощения в жизнь всевозможных психологических операций, необходимых для формального контроля их эффективности.

Важна системность изучаемого явления, которая включает в себя цели, элементы, структуру. Их обоснованность проверяется посредством совокупности мероприятий, подлежащих реализации определенными исполнителями, которые предоставляют для этого требуемые ресурсы [15].

Совокупность условий оптимального развития личности в целом, данным высказыванием можно описать общую модель коррекции. Центральным выступает представление человека об окружающем мире, а также взаимоотношении людей, их особенностей, о социальных событиях и многое другое. Важно развивать наблюдательность, системность мышления, критическое восприятие и многое другое посредством применения всевозможных видов деятельности. И все это, в экологичном для клиента формате, базирующемся на учете его индивидуальных особенностей.[17]

Направленное воздействие психокоррекции проводится посредством психокоррекционного комплекса, который содержит несколько коррелирующих блоков. Любой из данных блоков нацелен на решение разнообразных задач и состоит из различных методов и приёмов.

Психокоррекционный комплекс включает в себя четыре основных блока:

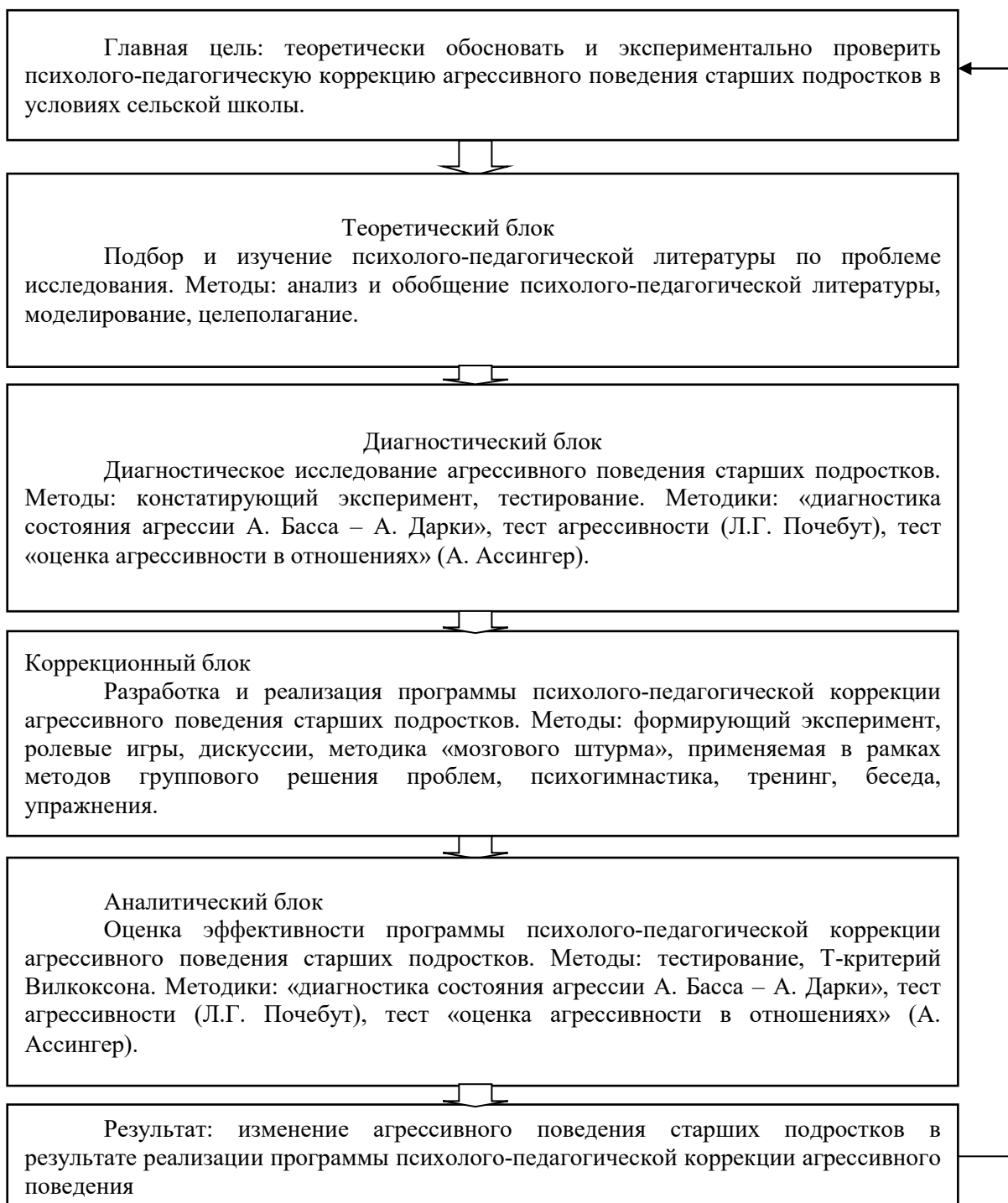


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы

Охарактеризуем блоки модели:

1. Теоретический. Цель: подбор и изучение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования. Методы: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, моделирование, целеполагание.

2. Диагностический. Цель: выявить уровень агрессивного поведения у старших подростков. Для этого мы используем следующие методики: диагностика состояния агрессии А. Басса – А. Дарки; тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут); тест А. Ассингера оценка агрессивности в отношениях.

3. Коррекционный блок. Проведение коррекционной работы. Групповая работа с учащимися.

4. Аналитический блок. Оценка эффективности, проведённой психолого-педагогической коррекционной работы. Повторная диагностика участников психолого-педагогической коррекционной работы. Математическая обработка данных Т-критерий Вилкоксона.

Резюмируя вышесказанное, для успешной реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы необходимо разработать дерево целей и на его базе составить модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков. Помимо этого, необходимо осуществить психолого-педагогическое исследование по методикам «Тест агрессивности» (Опросник Л.Г. Почебут), «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» для выявления уровня агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

Вывод по 1 главе

Таким образом, из рассмотренного и изученного материала можно сделать следующие заключение: под «агрессивным поведением»

подразумевают целенаправленные действия с негативной враждебной характеристикой, т.е. нацеленные операции индивида, наносящие ущерб окружающим. Агрессивность предполагает действие напролом, грубое преследование своих собственных целей и желаний, неуважение к чувствам и эмоциям других людей. Разработаны три теории агрессивности, так же установлены факторы и причины, оказывающие влияние на проявления агрессивности, освещены мотивы агрессии. Понятие агрессивность тесно связано с враждебностью, последнюю часто определяют, как устойчивую комплексную личную черту, подразумевающую ощущение себя в оппозиции и неприязнь к окружающим.

Для успешной реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы необходимо разработать дерево целей и на его базе составить модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков. Помимо этого, необходимо осуществить психолого-педагогическое исследование по методикам Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут), «Диагностика состояния агрессии» А. Басс - А. Дарки, Тест «Оценка агрессии в отношении» А. Ассингер тест А. Ассингера Оценка агрессивности в отношениях для выявления уровня агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

Пубертатный отрезок времени приходится на возраст от 9-11 до 18 лет. Организм человека претерпевает серьезные преобразования. Рассматривая специфику агрессивного поведения у подростков можно заключить что: агрессия у подростков часто сопряжена с аккомодацией к социальной среде; дихотомия в воспитательных мерах у родителей подростка, приводит к усилению негативных переживаний последнего; как чрезмерная опека, так и попустительский стиль в воспитании приводит к усилению агрессии подростка.

Для организации проведения психолого-педагогической коррекционной программы использовался метод построения «дерева целей». Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»).

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТАРШИХ ПОДРОСКОВ В УСЛОВИЯ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование проходило в три этапа:

1. Поисково–подготовительный. Этот этап необходим для выбора, формулирования и обоснования главной проблемы данного исследования. Производился анализ актуальности выбранной темы. Были подобраны релевантные методики. Мы выделили основные цели и задачи, выдвинули гипотезу исследования, определили объект и предмет, а также провели скрупулёзный анализ научной литературы, связанной с темой нашей работы.

2. Опытно–экспериментальный. проведение констатирующего эксперимента, обработка результатов, определена выборка старших подростков, нуждающихся в психолого-педагогической коррекции. После чего разработка и реализация программы коррекции.

3. Контрольно–обобщающий: повторная диагностика, анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, разработка рекомендаций, проверка гипотезы.

Исследование агрессивного поведения старших подростков проводилось с помощью комплекса методов и методик.

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, синтез, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические – диагностика состояния агрессии А. Басса – А. Дарки, тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут), тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях».

3. Математическо-статистические – метод Т-критерий Вилкоксона.

Характеристика использованных методов исследования:

Анализ – метод исследования, в процессе которого изучаемый предмет мысленно разделяется на составляющие его элементы, каждый из которых затем исследуется отдельно как часть фрагментированного целого[2, с. 17].

Анализ литературы –изучение работ российских и зарубежных авторов по теме планируемого исследования. Целью обзора, прежде всего, является описание того, что было сделано в исследуемой теме на момент написания работы: взгляды различных авторов на феномен, содержание имеющихся концепций, современное состояние проблемы, нерешенные проблемы в этой области. Анализ литературы проводится с целью выявления тщательно подобранного вопроса исследования [2, с. 17].

Обобщение –это инструмент освоениячерез обозначениясмежных существенных характеристик объектов. Данное понятие включает в себя анализ и синтез, эти методы способствуют определению общихзначимых признаков[2].

Метод обобщения информации – логическая операция, которая состоит из переключения от конкретного к общему на основе свойств или набора свойств, позволяющая группировать явления и назначать группу для каждого понятия[1, с. 170].

Синтез –процесс связывания или объединения различных предыдущих вещей или концепций в единое целое или сообщество. Синтез – это способ собрать целое из функциональных частей в качестве антипода анализа – способ разобрать целое на функциональные части[5, с. 57].

Теоретический анализ, обобщение и обобщение литературы предлагаетпоиск литературных ресурсов, который велся в библиотеках, анализировались материалы из журналов, сборников научных трудов и др.дополнительно использованы научные и научно-методические публикации.

Целеполагание – операция, направленная на выделение одной или множества целей путем установки характеристик приемлемых отклонений для контроля при реализации идей. Под ним часто понимается практическое понимание человеком своей деятельности с позиции постановки целей и их реализации наиболее эффективными способами, как экономичное управление источником времени [22, с. 24].

Моделирование –изучение объектов познания в их моделях; построение и изучение моделей объектов, процессов или явлений реальной жизни для осуществления понимания сути данных явлений, а также для прогнозирования интересующих исследователя явлений.

Эксперимент–это процесс, проводимый в особых условиях для получения новых научных знаний путем сознательного вмешательства исследователя в жизнь субъекта [24, с. 100].

Констатирующий эксперимент– это процесс, в ходе которого определяется задача выявления текущей ситуации и уровня сформированности определенного изучаемого свойства или параметра, т.е. текущий уровень развития этого свойства в субъекте или группе лиц [8, с. 12].

Формирующий эксперимент –метод исследования, предполагающий формирование нового понятия, качества или мыслительного действия участника исследования; метод, применяемый в развивающей и педагогической психологии для отслеживания изменений детской психики в процессе активного воздействия исследователя на испытуемого[18,с. 1]

Тест– это процедура измерения, которая включает инструкции и набор задач, которые были тщательно протестированы и стандартизированы [18,с. 1]

Тестирование –процесс и метод психологической диагностики с использованием стандартизированных вопросов и заданий (тестов), имеющих определенную ценность [38, с. 77].

Метод тестирования –это метод психодиагностики, который включает стандартные вопросы и задания – тесты, которые имеют определенную ценность. Используя этот метод, можно охарактеризовать индивидуальные особенности студентов в контексте исследования. Тесты подходят для получения информации при количественной оценке и математической обработке. Этот метод относительно быстр для оценки большого количества респондентов, способствует объективности оценок, которые не зависят от субъективного отношения человека, проводящего исследование, и обеспечивает достоверность. Основные преимущества этого метода: стандартизация условий и результатов, эффективность и экономичность, концептуально-количественный характер оценки, задания составлены в соответствии с возрастными нормами[38, с. 77].

Метод тестирования предполагает выполнение человеком заданий определенного типа с точными методами оценки результатов и их числового выражения [9, с. 622].

Опросник– набор психодиагностических методик, где задачи представлены в виде вопросов и утверждений и созданы для получения данных со слов испытуемых [9, с. 622].

Личностные опросники можно определить, как стандартизованные самоотчеты, которые бывают групповыми и индивидуальными по форме, чаще всего записываются в форме бланка или на компьютере. По характеру ответов они делятся на анкеты с описательными ответами (закрытые анкеты) и свободные ответы (открытые анкеты) [9, с. 623].

Для математической обработки результатов исследования,используется Т-критерий Вилкоксона. Используется данный критерий в ситуациях, где необходимо сравнить показатели, полученные в разных условиях, но при этом проводится замеры на одной и той же группе. Этот критерии выявит направление изменения и валидность

данных сдвигов. В условиях нашего исследования Т-критерий Вилкоксона будет оптимальным для получения достоверных результатов.

В этом методе соотносятся абсолютные величины выраженности сдвигов в любом направлении. Первое что необходимо сделать это проранжировать абсолютные величины сдвигов, после чего суммировать ранги. В случае если сдвиг произошел случайно, суммы их рангов будут примерно равны. Если же интенсивность сдвигов в одну сторону больше, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях. Этот критерий стоит исключить, в случае если выборка меньше 5 человек, либо больше 50 человек.

В нашем исследовании мы предлагаем к использованию следующие методики:

1. Диагностика состояния агрессии А. Басса – А. Дарки (Приложение 1).

Цель: определить показатели и формы агрессии у старших подростков.

Методика А. Басса и А. Дарки впервые попала в общедоступное пространство в середине двадцатого века. Она была предназначена для диагностики агрессивных и враждебных реакций. Агрессию в данном случае мы рассматриваем как качество личности, проявляющуюся как деструктивные тенденции, по большей мере в сфере межличностных отношений. Враждебность выступает как отклик, культивирующий отрицательные эмоции и негативные оценки окружающего.

А. Басс разработал исчерпывающую классификацию агрессивного поведения. В его концепции имеется три наиболее значимых параметров, определяющих форму агрессивных реакций, а именно прямо-косвенная агрессия, активная–пассивная агрессия и физико-вербальная агрессия. Исходя из данных форм, автор обозначил 8 типов агрессивного

поведения, которые состояли из: негативизма, подозрительности, физической агрессии, чувства вины, косвенной агрессии, раздражения, обиды, вербальной агрессии.

2. Тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут) (Приложение 1).

Цель: изучить формы проявления агрессивного поведения у старших подростков.

Данный опросник позволяет выявить типичный для человека стиль поведения в ситуациях с повышенным эмоциональным напряжением, а также специфику приспособления к социуму. Всего в опроснике 40 утверждений, которые предполагают ответы «да» или «нет». В данном тесте имеется 5 шкал, каждая из которых отвечает за ту или иную форму проявления агрессии. Вербальная агрессия (ВА) – человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.

Шкала эмоциональной агрессии – отражает состояния человека, претерпевающего эмоциональное отчуждение во время взаимодействия с другими людьми. Помимо этого, человек может ощущать враждебность, неприязнь, недоверие к собеседнику.

Шкала физической агрессии – само название уже указывает на форму, агрессивного поведения которую она отражает, а именно физическую.

Шкала самоагрессии – это показатель, демонстрирующий внутриличностный конфликт. Возможно, что у человека недостаточно хорошо функционируют механизмы психологической защиты и ему сложно совладать со своим состоянием в стрессовой среде.

Шкала предметной агрессии – человек смещает выражение своих негативных эмоций с субъектов, которые их вызывают на предметы.

3. Тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (Приложение 1).

Цель: определить, какой уровень агрессивности в отношениях среди старших подростков.

Тест А. Ассингера дает возможность определить насколько человек бережено относиться к личностным границам своих коллег и насколько с ним комфортно общаться. Тест включает в себя 20 вопросов, каждый из которых имеет три варианта ответа. Баллы суммируются, и в зависимости от их количества, можно будет говорить о низком, высоком, либо среднем уровне агрессивности в отношениях.

Таким образом, исследование агрессивного поведения у старших школьников проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Исследование агрессивного поведения у старших школьников проводилось с помощью комплекса методов и методик: теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, синтез, обобщение, моделирование, целеполагание), эмпирические: (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование (диагностика состояния агрессии А. Басса – А. Дарки, тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут), тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»), математико-статистические – метод Т-критерий Вилкоксона.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

В исследовании были задействованы учащиеся «Рассветинской средней общеобразовательной школы» (Челябинская область). Выборка включала в себя 22 учащихся 9 классов, 7 мальчиков и 15 девочек. Ребята учатся совместно с периода поступления в школу, большинство ребят знакомы еще с садика.

У каждого ребенка в классе есть свои увлечения и победы на различных поприщах. Спортивные достижения чаще всего сопряжены с баскетболом, волейболом и шахматами, в учебной же деятельности

превалирует биология, русский язык, литература, математика и химия. По большей части дети уважают достижения своих одноклассников и когда кто-то занимает призовые места, это становится предметом гордости.

Лидерскими качествами наделены несколько учащихся, у них на высоком уровне сформированы организаторские способности, а также они пользуются авторитетом среди сверстников. Преобладающими чертами у таких ребят выступают: находчивость, независимость, активная жизненная позиция и самоуверенность.

В данном классе присутствует неофициальный лидер, роль которого главным образом очевидна среди юношей. Не всегда влияние неформального лидера носит конструктивный характер, были случаи, когда под влиянием данного подростка усиливалась конфронтация с так называемыми «отчужденными». К последним можно отнести двоих ребят, мальчика и девочку, они склонны меньше остальных вступать во взаимодействие, а также проявляют независимость в поведении, нонконформизм. Данные дети показывают большие успехи в творчестве, и часто выступают в классе как генераторы креативных идей. В классе можно наблюдать около 5 микрогрупп. Взаимодействие внутри и между разными группами доброжелательное, тем не менее, конфликты периодически случаются, вследствие чего происходит изменение в составе микрогрупп.

Отношения с классным руководителем больше похожи на дружеские взаимоотношения. Преподаватель часто организует экскурсии и поездки на природу, что способствует сплочению детского коллектива. Ребята могут поделиться с классным руководителем любыми переживаниями, касающимися как школьной сферы, так и личной. Не смотря на преобладающие плюсы существует проблема в соблюдении субординации, время от времени можно наблюдать нарушение границ, как со стороны учителя, так и со стороны учеников.

В общем, взаимоотношение данного класса с учителями удовлетворительное. Хотя возникают локальные конфликты, чаще всего это можно наблюдать между учителем математики и юношами. Данного преподавателя не удовлетворяет уровень прилежности учеников, а их в свою очередь манера преподавания. Тем не менее, такие столкновения быстро нивелируются с помощью диалога классного руководителя и сторон конфликта.

В целом обстановка в коллективе приветливая и позитивна. Ребята инициативны, часто участвуют в волонтерских акциях, состоят в отряде «Юные друзья пограничника», имеют высокую успеваемость по предметам. Можно их охарактеризовать как ответственных, активных, эмпатичных, самостоятельных ребят.

Основные препятствия школьников лежат в сфере межличностных отношений. Часто возникают конфликты на фоне конкуренции. Разумеется, за последний период возросло напряжение, на фоне тревоги, связанной с грядущей итоговой аттестацией девятиклассников. Все это влияет деструктивно на взаимоотношение в классе, и в последствие может привести к качественным негативным изменениям.

Ознакомимся с результатами полученные с помощью методики А. Басса – А. Дарки. Сырые значения зафиксированы в таблице 3, Приложение 2. Для приспособленности к удобному использованию полученные данные изображены на рисунке 4 [Приложение 2, таблица 4].

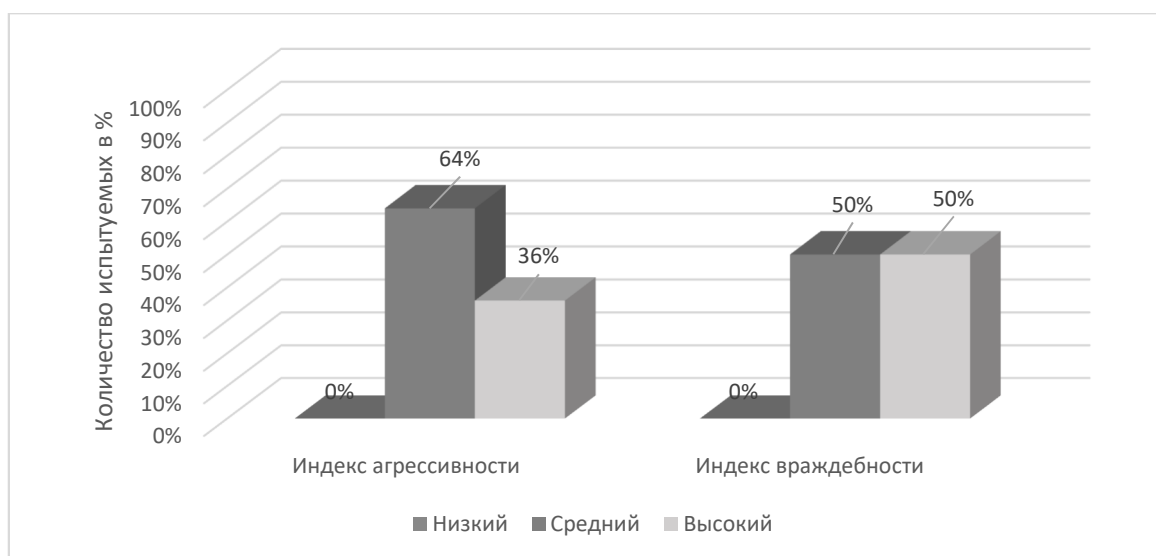


Рисунок 4 – Результаты исследования уровня агрессивного поведения старших подростков по методике диагностики состояния агрессии А. Басса – А. Дарки на опытно-экспериментальном этапе

На представленном рисунке продемонстрировано суммарное количество агрессивных реакций, включающее в себя шкалы по физической агрессии, косвенной агрессии, раздражению и вербальной агрессии, представляющее индекс агрессивности, а также индекс враждебности, который включает в себя обиду и подозрительность. По рисунку можно наблюдать, что 14 человек (64%) имеют агрессию в пределах нормативных значений. Можно говорить, что данная группа подростков проявляет различные виды агрессии в крайне редких случаях. Лишь в случае сильного эмоционального перенапряжения агрессивное поведение реализуется у данного контингента детей. У 8 человек (36%) выявлен высокий уровень по данному показателю, таким подросткам присуще реализовывать агрессию в поведении, и направлять ее на окружающих.

«Индекс враждебности», трактующийся как выраженные реакции на отрицательные чувства и неблагоприятные оценки людей и событий. На рисунке наглядно показано, что у 11 человек (50%), составляющих половину от всего класса, состояние враждебности на момент исследования пребывает в норме. Это может свидетельствовать о том, что

условия, в которых пребывают подростки, предоставляет достаточно ресурсов для преодоления данного негативного состояния. Вторая половина, включающая в себя так же 11 человек (50%), имеют уровень враждебности выше нормы. Из этого можно заключить, что подростки переживают состояние враждебности к близким во взаимодействии людям, а также имеет место чувство недоверия и трудности в коммуникации. Подобные негативные переживания воздействуют деструктивно на психику подростка. Среди таких учеников можно наблюдать эскалацию конфликта, даже при незначительных поводах, так как они находятся в постоянной готовности выразить свои отрицательные эмоции в активной форме.

Рассмотрим результаты по методике тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут), представленные на рисунке 5 [Приложение 2, таблица 5].

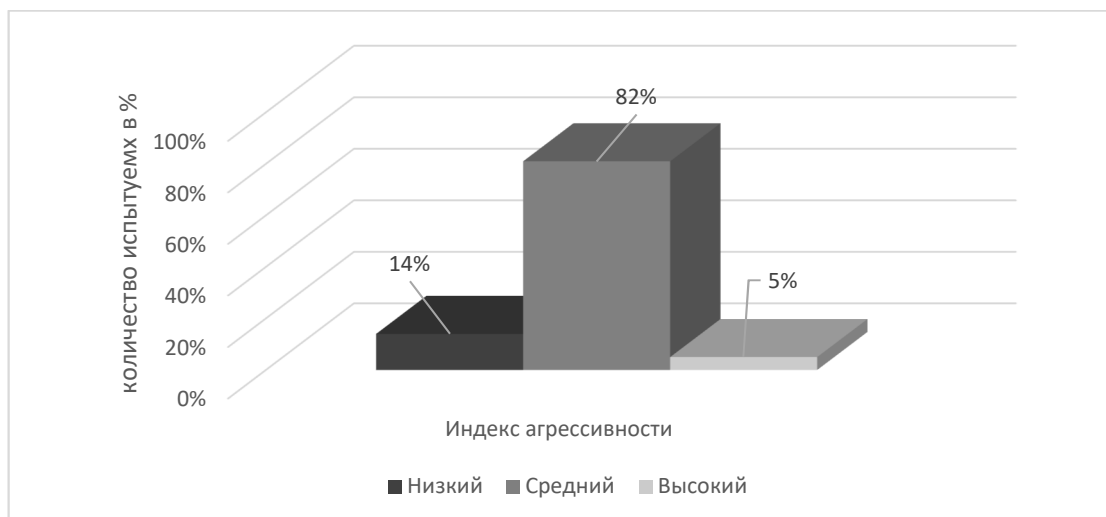


Рисунок 5 – Результаты исследования агрессивного поведения старших подростков по опроснику Л.Г. Почебут на опытно-экспериментальном этапе

Низкий уровень по данной методике будет свидетельствовать как о несформированных адаптивных функциях, так и подавленной адаптивности, в нашем исследовании данный уровень проявился у 3 подростков (14%).

Средний уровень наблюдается у 18 человек (81%). Таким

подросткам присуще спокойствие, устойчивость, асертивность и средние адаптивные способности, для которых свойственна быстрая аккомодация в неординарных условиях.

Высокий уровень наблюдается у 1 человека(5%), что может свидетельствовать о высоком уровне агрессивности подростка, его низкие адаптационные возможности. Таким подросткам тяжелее приспособиться к быстро меняющимся условиям, и они чаще проявляют эмоциональную лабильность. Также может быть присуще чувственное отчуждение в общении с другим человеком, сопровождающееся подозрением и неприязнью.

Изучим результаты исследования по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях», представленные на рисунке 6 [Приложение 2, таблица 6].

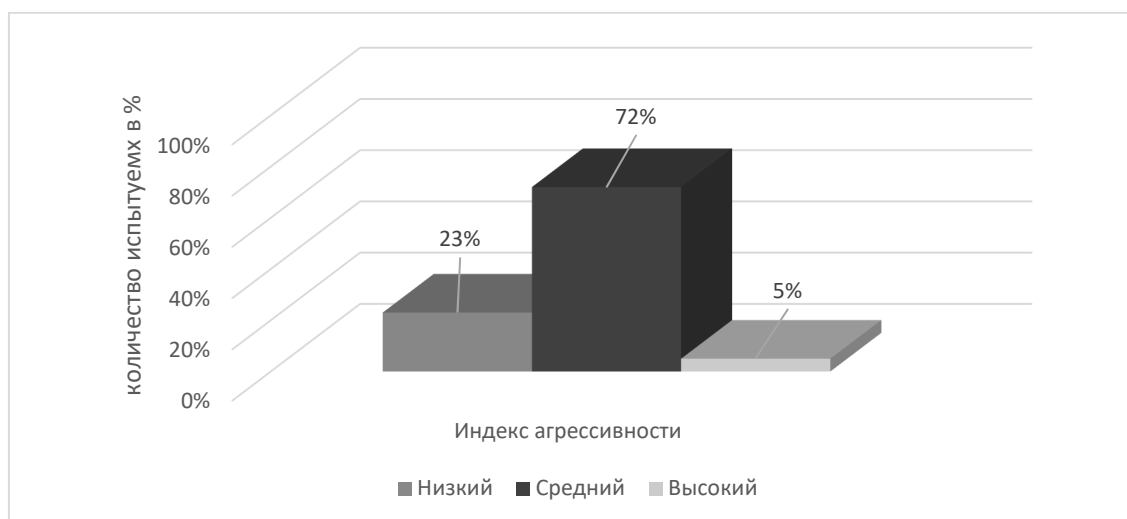


Рисунок 6 – Результаты исследования уровня агрессивного поведения старших подростков по методике «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера на опытно-экспериментальном этапе

Исходя из результатов исследования, можно сделать вывод о том, что у 5 подростков(23%) низкий уровень агрессивности. Можно предположить, что такие люди будут склонны чаще проявлять пацифизм и доброжелательное отношение к окружающим, иногда в ущерб своим интересам. Обуславливается подобное поведение слабой уверенностью в

собственные способности.

Превалирующее количество испытуемых показало среднее значение по данной методике, а именно 16 человек (72%). Умеренный уровень агрессии позволяет конструктивно преодолевать жизненные трудности. Средний уровень является оптимальным, он говорит о соразмерной степени честолюбия и самоуверенности.

Высокий уровень выявлен у 1 человека (5%). У данного подростка возможны аффективные и безрассудные действия. В отношениях с окружающими возможно проявление открытой агрессии. Конструктивного взаимодействия в коллективе подростки с высоким уровнем по данной методике, будут проявлять редко, скорее не обращая внимания на интересы других людей.

Таким образом, базируясь на результатах диагностики испытуемых, проведенных в нашем исследовании, можно сказать, что часть подростков имеет умеренный уровень агрессивного поведения.

Результаты, по методике диагностики состояния агрессии А. Басса – А. Дарки показали, Часть опрошенных подростков имеет нормальный уровень агрессивности - 64% (14 чел.) и высокий - 36% (8 чел.). Показатели по второй шкале методики – враждебности, оказались следующими: средний уровень - 50% (11 чел.) и высокий - 50% (11 чел.).

Результаты по методике опросника Л.Г. Почебут показали преобладание среднего уровня агрессивности в классе 82% (18 чел.), 14% (3 чел.) показали низкий уровень, и 5%(1 чел.)

Результаты исследования по методике «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера также выявлено преобладание среднего уровня агрессии среди подростков 72% (16 чел.), по данной методике низкий уровень показали 23% (5 чел.) и 5% (1чел.) высокий.

Таким образом, по результатам эксперимента, мы выявили группу подростков (12 человек), имеющих низкий и высокий уровень

агрессивности и враждебности по одной и более методикам, которые составили коррекционную группу для реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у старших школьников.

Вывод по 2 главе

Организация опытно-экспериментального исследования проблемы агрессивного поведения подростков в условиях сельской школы, включала три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Были использованы следующие методы и методики: теоретические – анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, синтез, моделирование, целеполагание. Эмпирические – диагностика состояния агрессии А. Басса – А. Дарки; тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут); тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях». Математическо-статистические – метод Т-критерий Вилкоксона.

Результаты, по методике диагностики состояния агрессии А. Басса – А. Дарки показали, что у 8 человек (36%) выявлен высокий уровень по индексу агрессивности и у 11 человек (50%) высокий уровень по индексу враждебности. Данным подросткам сложнее подавлять в себе агрессивные импульсы и конструктивно действовать в стрессовых ситуациях. У остальных учеников по данной методике был выявлен средний уровень по обоим индексам, что может характеризовать данную категорию как спокойных в общении с другими людьми, предпочитающих компромиссы в конфликтных ситуациях.

Результаты по методике опросника Л.Г. Почебут показали преимущественно средний уровень агрессивности, а именно у 18 человек (82%), что свидетельствует о спокойствии, устойчивости, асертивности и среднем уровне адаптивных способностей.

В исследовании по методике «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера аналогично предыдущему выявлено доминирование среднего уровня по шкале агрессивности 16 человек (72%). Но также же были выявлены низкие значения 3 человека (14%) и 1 человек с высоким уровнем агрессивности в отношениях. У последних может проявляться либо подавленное агрессивное поведение, либо чрезмерное.

Анализируя полученные результаты эксперимента, можно сделать вывод что агрессивное поведение старших подростков в условиях сельской школы нуждается для своего развития в специально разработанной психолого-педагогической программе. Мы выявили группу подростков (12 человек), имеющих низкий и высокий уровни агрессивности по одной и более методикам, которые составили коррекционную группу для реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у старших школьников. Базируясь на имеющихся результатах, для обучающихся 9 класса была сконструирована и реализована психолого-педагогическая программа, направленная на психолого-педагогическую коррекцию агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ

3.1 Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы

Прежде чем человек начнет изменять агрессивное поведение, ему необходимо научиться осознавать, понимать и только потом конструктивно выражать свои эмоции. Из когнитивно-поведенческой терапии, мы знаем, что есть некий путь от импульса до поведения, который включает в себя следующие элементы: мысль – эмоция – физическая реакция – поведение. Интересно то что «оборвать» нежелательное поведение можно на любом из имеющихся звеньев. Из чего следует, что воздействовать стоит не только на поведение, но и на дезадаптивные автоматические мысли и установки. Также аффективная составляющая требует особого внимания, так как именно она делает человека неспособным контролировать свое поведение.

В подростковом возрасте очень важно формировать навык психической вовлеченности. Этот навык включает в себя способность к эмоциональной саморегуляции (понимание, осознание выражение эмоций), конструктивной коммуникации (умение просить, отказывать, конфликтовать и т.д.) и стрессоустойчивость. Разумеется, все это формируется годами, тем не менее, при разработке программы коррекции мы опирались помимо прочего и на навык психической вовлеченности.

При разработке программы мы задействовали модифицированные упражнения, фундаментом для которых были работы таких психологов, как: М.Р. Битянова, И.В. Вачков, С.В. Гиппиус, А.Гревцов, Е.В. Ессенакис, О.Н. Истратова, Е.К. Малютова и Г.Б. Манина, К.Фопель.

Цель программы: коррекция агрессивного поведения посредством увеличения осознанности эмоций и культивирования социально приемлемых паттернов поведения, которые в последствии снизят уровень социальной фрустрации.

Задачи:

1. Повысить уровень осознания, понимания и выражения своих эмоций.
2. Сформировать установку на конструктивное выражение агрессивного поведения.
3. Повысить уровень самоконтроля.

Занятия проводились с учащимися 9 класса, средний возраст которых 15 лет, в групповой форме. Численность группы составила 12 человек. Частота занятий – 2 раза в неделю, продолжительность занятий – 90 минут с перерывом 15 минут. Программа состоит из 8 основных тем.

Используемые техники: ролевое проигрывание жизненных ситуаций, корректирующие психологические упражнения, психотехнические упражнения, дискуссии, проективное рисование.

Организация работы зиждется на следующих принципах: компетентности: необходимо принимать во внимание границы своей профессиональной подготовки; ответственности: педагог-психолог должен в первую очередь заботиться о психологическом здоровье учеников, чтобы результаты работы не отразились на них деструктивно; конфиденциальности: этот принцип является очень важным, педагог-психолог должен тщательно следить, чтобы вся информация полученная во время работы, не выходила за ее пределы, будь то намеренно или случайно; гуманизма: педагог-психолог должен деликатно и с уважением достоинства каждого ученика, выстраивать свою работу на каждом ее этапе.

Примерная схема занятия: вводная часть – ритуал приветствия, анализ состояния в группе, оценка уровня мотивации в предстоящей работе. Основная – выполнение упражнений, а в последствии их реализация и обсуждение. Заключительная часть – финальные слова педагога-психолога и рефлексия.

В начале любого занятия очень важно вводить предварительное высказывание, которое будет помогать подросткам настроиться на предстоящую работу и снижать эмоциональное напряжение. Будет очень уместным, если подростки сами выскажутся в начале, это поспособствует увеличению включенности последних. После этого уже можно будет переходить к основной части занятия, подразумевающие те или иные упражнения. В завершении занятия, архиважным выступает рефлексия, так как именно она помогает подытожить пройденный опыт, а также дать эмоциональную оценку. И уже на последних минутах занятия стоит уделить внимание ритуалу прощания.

Более в кратком виде это можно представить так: Вводные слова педагога-психолога. Ознакомление с основной целью занятия, установление правил поведения в группе. Выполнение упражнений. Рефлексия, заключительные слова педагога-психолога.

Коррекционная программа:

Занятие №1, тема: «Будем знакомы!» Цель: заложить фундамент для дальнейшей конструктивной работы, базирующейся на взаимопонимании и доверии. Выяснение запросов самих подростков, а также их представлений и ожиданий.

План проведения:

Во вступительном слове педагог-психолог представляется и кратко, но исчерпывающе освещает суть программы. После чего проводится первое упражнение на знакомство «Закрытый клуб». Целью

вышеописанных действий является настрой на дружеское и безопасное общение, в котором будет отражаться открытый стиль общения.

Для установления контакта при выборе правил в группе, мы использовали мозговой штурм. В подростковом возрасте это оптимальное решение, так как выбранные ими правила будут соблюдаться охотнее, нежели навязанные со стороны.

Упражнение 2: «Пересаживания». Оно является разминочным и позволяет, как снять напряжение, так и улучшить настроение.

Упражнение 3: «Общий рисунок» (или «нарисуй себя»). Данное упражнение позволяет определить лидеров и наладить совместную деятельность. Также рисуночные техники позволяют конструктивным способом выразить эмоции. Необходимые материалы: колонка (для создания атмосферы посредством музыки), ватман, краски, маркеры.

Упражнения 4: «Движение стены», «Напряжение-расслабление», «Поплавок в океане». Данные техники позволяют снять телесное и эмоциональное напряжение.

Обсуждение итогов занятия.

Ритуал прощания «Подарок»

Занятие №2, тема: «Я и ты, а что в нас общего?»

Цели: сконцентрировать внимание на своем внутреннем мире, осознать его ценность и экстраполировать это также на личность другого человека (уважение к другому есть уважение к себе).

План проведения:

Упражнение 1: «Кто Я?». Каждый участник формулирует 7 предложений, в которых будут отражаться его индивидуальные особенности.

Повторение правил. Обозначение перехода к особой атмосфере в группе, введение в тему занятия.

Упражнение 2: «Я бы хотел...». Ребята называют по кругу то, что им бы хотелось сделать в ближайшие 10 лет. Данное упражнение способствует сплочению, ученики будут видеть пересечение их целей и предпочтений с одноклассниками. Также актуализация своих желаний, плодотворно влияет на самооценку.

Упражнение 3: Мозговой штурм на тему: «Что есть личность» Погружение в понимание своей и личности. Совместная работа. Важно учитывать правила мозгового штурма - любое мнение ценно. Материалы: ватман, маркеры.

Упражнение 4: «Поиск общего». Поиск тех качеств, которые пересекаются у учеников. Осознание общности.

Упражнение 5: Игра в границы «Скажи стоп». В этом упражнении имеется две основные задачи: осознать эмоцию, которая возникает, когда границы нарушаются (раздражение, злость, гнев, обида), и понимание, когда стоит сказать «стоп». Данное упражнение выполняется в парах. Также данная игра позволяет сформировать паттерн поведения, в котором человек не накапливает негативные эмоции, а умеет их фиксировать и применять коммуникативные формы решения проблемы.

Упражнение 6: «Снежинка». Это упражнение завершающее, оно способствует осознанию своей индивидуальности.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №3. «Осознание эмоций».

Цель: развитие навыка дифференциации и осознания своих эмоций.

План проведения:

Вводная часть. Обмен переживаниями. Дублирование правил. Раскрытие тематики занятия с последующим обсуждением его с подростками.

Упражнение 1: «Мячик» - ассоциации. В данном упражнении проявится знание детей о различных эмоциях. После, упражнение можно модернизировать. Один подросток называет эмоцию, а второй говорит о её предназначении. Это позволит установить связь между чувствами и ролью, которую они играют в нашей жизни.

Упражнение 2: Мини лекция с последующим обсуждением «Что такое эмоции. Их интенсивность и функции». Ученикам предоставляется информация об эмоциях и о том, какую функцию они выполняли, когда человек жил по законам природы. Также рассказывается, как в современное время человек может использовать свои чувства и к чему может привести их игнорирование. После чего используем технику «уровень эмоций и как он ощущается».

Упражнение 3: «Переманивания». Разминочное упражнение, направленное на эмоциональную разрядку.

Упражнение 4: Игра «Обозначь ситуацию». Данная игра позволяет установить связь между ситуацией и эмоцией. Каждому участнику раздаются небольшие таблички с базовыми эмоциями. Данное упражнение способствует усилению конгруэнтности у участников.

Упражнение 5: «Повтори упражнение». Упражнение способствует культивированию навыка невербальной рефлексии.

Ритуал прощания.

Занятие №4. «Выражай свои чувства».

Цель: развить способность конструктивно и экологично выражать свои эмоции, а также усилить эмпатию.

План проведения:

Вводная часть. Обмен чувствами. Вхождение в атмосферу группы.

Упражнение 1: «Путаница». Упражнение направлено на мобилизацию работы и сплочение группы.

Упражнение 2: «Выражение чувств». Работа проводится в парах. Каждый участник показывает невербально те или иные эмоции, а второй старается понять состояние первого. Это упражнение помогает восстановить в сознании связь между мимическими проявлениями и чувствами, которые их порождают. Речь в данном случае идет не только о чужих эмоциях, но также и собственных.

Упражнение 3: «Назови число». Эмоциональная разрядка, смена деятельности.

Упражнение 4: «Изобрази состояние». Выражение своих чувств через средства изобразительного искусства. Культивирование конструктивного выражения эмоций. Материалы: музыка, карандаши, бумага.

Рефлексия.

Прощальный ритуал.

Занятие №5. «Агрессия. Быть или не быть...».

Цель: научить свободно, распознавать эмоции, порождающие агрессию, а также понимать, когда она проявляется у других людей. Культивировать конструктивные способы выражения агрессии.

План проведения:

Упражнение 1: «Сегодня я пришел с...». Участники делятся своим состоянием в текущем времени.

Упражнение 2: «Выбрасывание пальцев». Направлено на мобилизацию и снятие зажимов и напряжение.

Упражнение 3: «10*10». Подростки прописывают 10 преимуществ и 10 недостатков агрессивного поведения. А после вместе придумывают, какими способами можно решать проблемы без агрессивного поведения. Затем прописывают преимущества такой замены. Это способствует выработке новых стратегий поведения, а также направляет когнитивные процессы в сторону поиска преимуществ альтернативных, неагрессивных паттернов поведения.

Упражнение 4: «Ассертивность равно агрессивное поведение?». Ролевые игры. В проигрывание ролей участники смогут отследить, что уверенность в себе и агрессивное поведение не являются тождественными понятиями.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №6. «Я-ресурс».

Цель: Сконструировать отношение к своему Я, а также найти в себе сильные стороны.

План проведения:

Упражнение 1: «Повтори движение» Каждый демонстрирует движение, отражающее его состояние. Остальные угадывают.

Упражнение 2: «Мои сильные стороны». Культивирование навыка позитивного самовосприятия. Поиск своих преимуществ и ресурсов. Если возникнут затруднения можно использовать список возможных позитивных черт.

Упражнение 3: «Мой навык сбора». Один участник встает и показывает без слов, как он собирается туда, где он себя чувствует комфортно, а участник слева озвучивает его действия. Данное упражнение помогает снизить эмоциональное напряжение, повысить настроение и актуализировать состояние предвкушения пребывания в месте, где человек чувствует себя успешным и востребованным.

Упражнение 4: «Карта моей души». Это упражнение способствует усилению связи с собственным Я. Помогает человеку в расслабленной обстановке погрузиться в свой внутренний мир.

Упражнение 5: «Какого вы цвета» Рефлексия посредством цветового восприятия.

Прощальный ритуал.

Занятие №7. «Конфликт и способы выхода из него».

Цель: культивировать навыки разрешения конфликтных ситуаций.

План проведения:

Вводная часть. Обмен чувствами. Вхождение в атмосферу группы.

Упражнение 1: «Конфликт это...». Каждый по очереди высказывается, что для него конфликт. Это позволит сложить об общей картине представления о конфликтах у учеников.

Упражнение 2: Мини-лекция «Конфликты, почему они происходят».

Конфликтом можно назвать трудные диалоги, которые характеризуются расхождением во мнениях, высокими ставками (интересами) и высоким уровнем эмоционального напряжения. Обсуждение способов их разрешения, культивирование установок на конструктивное решение.

Упражнение 3: «Навык ненасильственного общения». Обсуждение с подростками формулы ненасильственного общения (что ты сделал – как я себя тогда чувствовал – какие мои потребности были нарушены – что я хочу, чтобы ты сделал в связи с этим). Ролевое проигрывание исходя из представленной схемы общения. Данное упражнение направлено на усиление понимания своих эмоций, потребностей и нарушения личностных границ. А также проигрывание способа выражения всего этого, в такой форме чтобы это не являлось оскорблением, но при этом было достаточно информативно для собеседника. При использовании данного метода можно избежать эскалации конфликтов, и решить проблему в самом её истоке.

Обсуждение. Рефлексия.

Занятие №8. «Завершение работы».

Цель: выражение благодарности ученикам за их усердную работу.

Обсуждение результатов и подведение итогов.

План проведения:

Вводная часть Обмен эмоциями от проделанной работы. Обсуждение с учениками как они могут применять полученные знания и навыки в дальнейшей жизни.

Упражнение 1: «Что-то новое». Подростки изображают на холсте интегративное-новое, что они приобрели за время занятий. Это способствует сплочению и актуализации в изобразительной форме полученных знаний.

Упражнение 2: «Чемодан». Опыт получения и выражения позитивной обратной связи. Возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу.

Упражнение 3: «Если упала звезда, значит это кому-нибудь нужно». Ребята делают объемные звезды из цветной бумаги. Подписывают на них имена (тех, кто участвовал) и прикрепляют маленькую записочку, на которой отражают, за что они благодарны непосредственно данному участнику. Данное упражнение дает возможность поблагодарить каждого и получить благодарность в ответ. Проявление доброты на последнем занятии не только необходимо для сплочения, но и позволяет проявить дружелюбие к близкому, вместо агрессии. Это и будет символом завершения коррекционной работы.

Завершающий обмен впечатлениями, что получил на занятиях, подведение итогов.

Подводя итоги можно сказать, что программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы, позволила нам поработать с осознанием, пониманием и конструктивным выражением эмоций, связанных с агрессией. Одно из занятий было посвященное навыкам конструктивного выхода из конфликтной ситуации посредством техники ненасильственного общения. Также в данной программе прорабатывались такие темы как сильные стороны подростков, Я-концепция и возможности наиболее

успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии. Все вышеописанное важно для того, чтобы, предоставить подросткам психологические инструменты, позволяющие им наиболее продуктивно вступать в различные виды межличностных отношений, решая встающие перед ними каждодневные задачи.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования агрессивного поведения старших подростков

После реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков 9 класса на базе исследования МОУ "Рассветинская СОШ"(Челябинская область). В классе обучается 22 ученика, прежде принимавших участие в констатирующем эксперименте. Программа была реализована на 12 подростках, отталкиваясь от результатов первичной диагностики. Повторная диагностика проводилась по аналогичным методикам.

Сравнение итоговых результатов исследования агрессивного поведения подростков в условиях сельской школы до и после реализации программы психолого-педагогической коррекции по методике А. Басса – А. Дарки отображены на рисунке 7 [Приложение 4, табл. 8].

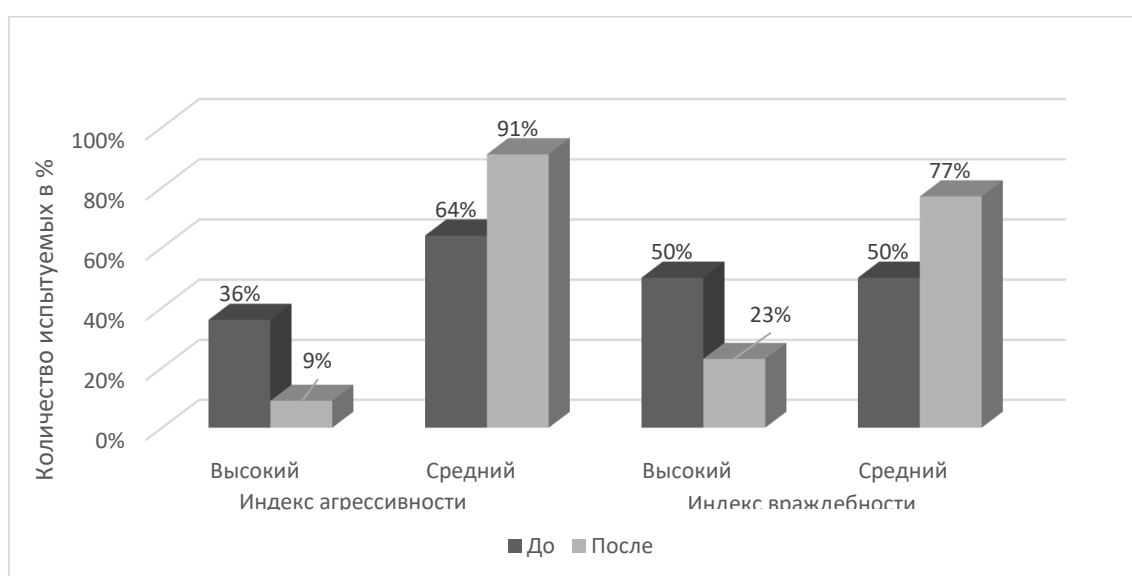


Рисунок 7 –Результаты исследования по диагностики состояния агрессии А. Басса – А. Дарки изменение уровня индекса агрессии и индекса враждебности на контрольно-обобщающем этапе

После проведения коррекционной программы можно наблюдать динамику в сторону увеличения к среднему показателю. Уровень агрессивности, лежащий в рамках нормы, возрос на 27 % (6 человек). Уровень враждебности, базирующийся в среднем значений, поднялся также на 27% (6 человек). Следовательно, значения, располагающиеся выше нормы по данным индексам, значительно упали. Таким образом, возросла численность учеников, уровень враждебности и агрессивности которых локализуется в рамках нормы. Это может говорить о том, что подростки будут легче преодолевать свое негативное состояние, а также будут реже претерпевать трудности в коммуникации.

Была выполнена повторная диагностика по методике «Тест агрессивности» (Опросник Л.Г. Почебут), результаты продемонстрированы на рисунке 8 [Приложение 4, таблица 9].

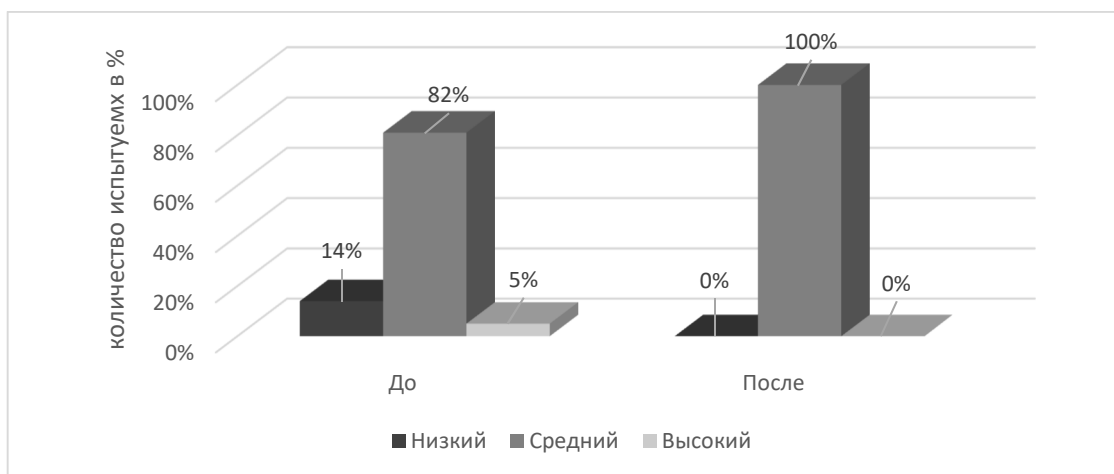


Рисунок 8 – Результаты исследования агрессивного поведения подростков по опроснику Л.Г. Почебут на контрольно-обобщающем этапе

Анализ количественных результатов после проведения коррекционной программы позволяет отметить качественные изменения в показателях. Средний уровень в повторной диагностике показали все учащиеся, то есть 100% (22 человека). Из этого следует что, низкий

уровень агрессивности повысился у 14% (3 человека), а высокий снизился у 5% (1 человек). Данный результат соответствует среднему уровню агрессивности и адаптированности к сложным и нестандартным ситуациям у подростков. Это говорит нам об адаптивной коммуникации с другими людьми, согласование интересов и асертивности.

Была, также, проведена повторная диагностика по методике «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера. Сравнение полученных результатов представлено на рисунке 9 [Приложение 4, таблица 10]

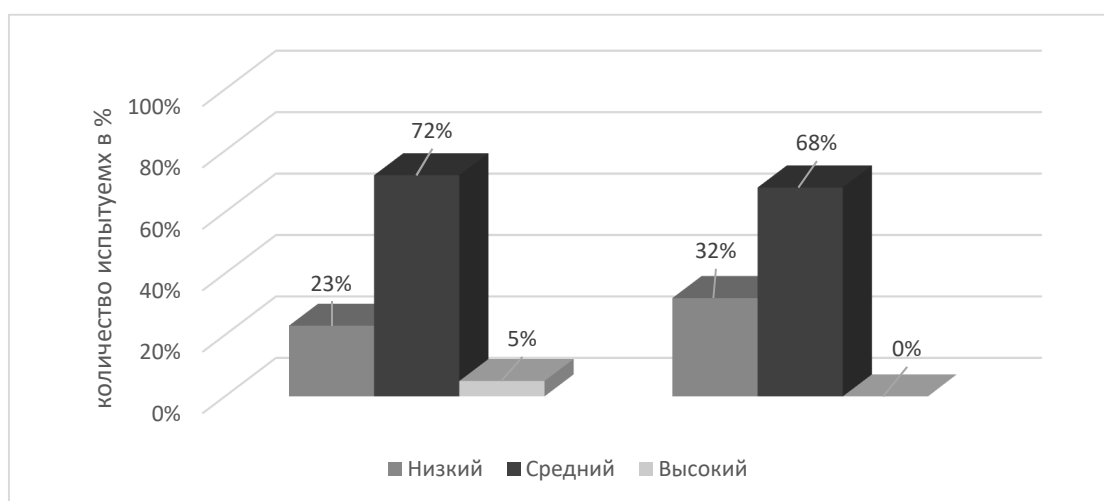


Рисунок 9 – Результаты исследования уровня агрессивного поведения подростков по методике «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера на контрольно-обобщающем этапе

Проанализировав результаты методики «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера до и после проведения коррекционной программы было выявлено отсутствие высокого уровня агрессивности в отношениях среди подростков. Также можно наблюдать произошедшие изменения в среднем уровне агрессивного поведения с 72% (16 человек) до 68% (15 человек). Число подростков с низким уровнем агрессивного поведения увеличилось с 23% (5 человек) до 32% (7 человек). Можно сделать вывод, что данные подростки не конфликтны, выстраивают конструктивные отношения с окружающими, в то же время может быть

присуще, пренебрегать собственными интересами в угоду выстраивания дружеских отношений.

Таким образом, мы видим изменения в результатах диагностик после реализации психолого-педагогической программы, в сторону средних значений.

Для проверки гипотезы о том, что уровень агрессивного поведения у старших подростков в условиях сельской школы после проведения коррекционной программы снизился, была произведена математическая обработка данных при помощи Т-критерия Вилкоксона [Приложение 4, табл. 11].

Соотнесем показатели первичной и вторичной диагностики уровня агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы, полученных по методике А. Басса А. Дарки «Диагностика состояния агрессии». Расчеты будут производиться по индексу агрессивности.

Алгоритм подсчета Т-критерия Вилкоксона:

1. В первую очередь необходимо составить список испытуемых, при этом порядок в котором он будет составлен, не имеет значение;

2. Далее, необходимо провести вычисление разности между индивидуальными значениями во втором и первом замерах. А также определить, что будет являться типичным сдвигом, и на основании этого сформулировать гипотезы H_0 и H_1 ;

3. В соответствии с алгоритмом ранжирования, распределить абсолютные величины разностей (при этом, чем меньше значение, тем меньше ранг). Далее необходимо соотнести полученную сумму рангов с расчетной;

4. После отметим те ранги, которые соответствуют сдвигам в нетипичном направлении, далее получаем одно число путем сложения (Т);

5. Найти критические значения T для имеющегося объема выборки с учетом нулевых сдвигов. На основании чего, сконструировать ось значимости.

Наиболее редкими сдвигами, оказались значения в сторону увеличения агрессивности по методике А. Басса А. Дарки. При расчетах был выявлен один нулевой сдвиг. Так как мы исключаем данное значение из рассмотрения, показатель $n = 22 - 1 = 21$.

Далее сформулируем статистические гипотезы:

H_0 : Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня агрессивности подростков не превосходит интенсивности сдвигов в направлении их повышения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня агрессивности подростков превышает интенсивность сдвигов в направлении их повышения.

Из имеющихся данных, прослеживается, что типичный сдвиг отрицательный. Количество отрицательных сдвигов: 18

Подсчитаем сумму рангов по формуле (1).

$$T_{\text{эмп}} = \sum R_r \quad (1)$$

$$T_{\text{эмп}} = 2 + 2 + 2 = 6$$

R_r - ранговое значение сдвигов с более редким знаком

$$T_{\text{эмп}} = 6$$

Для проверки полученных данных произведем подсчет расчетной суммы:

$$\sum R_1 = \frac{N * (N + 1)}{2} = \frac{21 * (21 + 1)}{2} = 231$$

Критическое значение T при $n = 21$

$$T_{\text{кр}} = \begin{cases} 49 & (p \leq 0.01) \\ 67 & (p \leq 0.05) \end{cases}$$

Построим ось значимости, в соответствии с полученными результатами.



Рисунок 10 – Ось значимости

Тэмп находится в зоне значимости, H_0 отвергается. $T_{эмп} < T_{кр}$ – принимаем H_1 : интенсивность сдвигов в направлении снижения уровня агрессивности подростков превышает интенсивность сдвигов в направлении их повышения. Данный результат свидетельствует о том, что сдвиг в "типичную" сторону по интенсивности достоверно преобладает.

Реализация программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы прошла успешно.

Таким образом, нами были получены следующие результаты повторного тестирования.

Средний уровень агрессии по методике Басса-Дарки показали 20 человек, что в процентном соотношении составляет 91%, оставшиеся 9% занял высокий уровень агрессии у двух человек. Уровень враждебности после проделанной работы средний уровень показали 77% учащихся, это 17 человек и высокий 5 человек - 23%. Тест агрессивности Почебут показал 100% средний уровень (22 чел.), методика Ассингера низкий: 32% (7 чел.), средний: 68% (15 чел.).

Выдвинутая гипотеза о том, психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы возможна при реализации программы, включающей ролевое проигрывание жизненных ситуаций, корректирующие психологические упражнения,

психотехнические упражнения, дискуссии, проективное рисование, подтвердилась.

3.3 Рекомендации родителям и педагогам по коррекции агрессивного поведения старших подростков

Исходя из анализа причин агрессивного поведения подростков, у нас есть возможность корректнее сформулировать методы воспитательной работы, направленной на коррекцию рассматриваемого феномена.

Агрессия сама по себе очень энергетически богатая эмоция, и если ее переводить в социально допустимое русло, то подросток может добиться больших успехов, что в свою очередь принесет последнему много положительных гормонов. В состоянии успеха подросток будет меньше подвержен к рецидивам агрессивного поведения.

Просвещение родителей по вопросам физиологических, возрастных и психологических предпосылках агрессивного поведения подростков, само по себе является важным кирпичиком на пути построения новых социально одобряемых форм поведения подростков. Очень часто родители предпочитают, что бы их дети вовсе не проявляли никаких агрессивных реакции. Важно донести до родителей, что подавление деструктивных импульсов не способно искоренить нежелательное поведение, скорее наоборот это может привести к более негативным последствиям. Более эффективным будет найти способы расслабления, например, работа с песком, пребывание на природе, релаксация или даже обычная прогулка. Уже после работы с эмоциями раздражения и злости можно будет направлять данные импульсы на внешние препятствия на пути к общей цели [3, с. 13].

Но прежде чем работать уже с имеющимся агрессивным поведением стоит также использовать превентивные меры по его предотвращению. Часто именно неумение выстраивать грамотную коммуникацию приводит

к недопониманию, фрустрации, прострации, неверной интерпретации, что в свою очередь дестабилизирует аффективную составляющую человека. Даже в общении между взрослыми людьми мы часто можем наблюдать, что один человек, хочет, чтобы другой «догадался» о его эмоциональном состоянии или о неудовлетворенных эмоциональных потребностях. Также мы можем наблюдать, что человек не говорит о своих эмоциях, либо вообще умалчивает причину его неудовлетворенности. Если говорить в контексте общения с подростком, то ситуация с неправильной коммуникацией, может приводить к еще более плачевным последствиям. Ведь именно в подростковом возрасте префронтальная кора еще формируется и не позволяет в достаточной мере просчитывать причины социальных взаимодействий, а лимбическая система выдает большую порцию гормонов. Данное сочетание физиологических особенностей приводит к еще большей дестабилизации в коммуникации, как с родителями, так и с педагогами. Поэтому предлагается следующий метод, способствующий минимизировать недопонимание в общении. В когнитивно-поведенческой терапии он именуется как ненасильственное общение - это универсальный способ выразить свои эмоции, потребности и конкретную просьбу человеку в любом типе отношений таким образом, что это резко повысит вероятность донести свои мысли и избежать фрустрации.

Это форма общения, которая состоит из 4 пунктов:

- 1) вы называете конкретные слова, поступки другого человека, которые повлияли на вас;
- 2) называете свою эмоцию в связи с этим;
- 3) формулируете, какие ваши потребности были не удовлетворены или нарушены в результате п.1;
- 4) формулируете конкретную просьбу (что человек должен сделать вместо этого).

Как сформулировать эти пункты? Прежде чем вы пойдете обращаться к подростку, просто нужно посидеть, подумать и сформулировать их для себя. Сначала на это будет уходить какое-то время, но по мере тренировки у вас это будет получаться все быстрее и легче. Ненасильственная форма является самой эффективной и универсальной методикой навыка коммуникации, т.е. осознанного общения. Поскольку коммуникация – это самый главный способ управления отношениями, то при регулярном применении формулы ненасильственного общения качество ваших отношений улучшится. Конфликтов станет меньше, а взаимопонимание улучшится.

Необходимо чтобы у ребенка был достаточный круг интересов, и он не пребывал в состоянии досуговой депривации. Если у ребенка много времени, и он не знает на что его потратить, это негативно сказывается на его эмоциональном состоянии. Если у него будет много увлечений, он не только будет занят конструктивной деятельностью, но и сфера межличностных отношений станет более экологичной и разнообразной. [21].

Если вовлекать подростка в такие виды деятельности, которые с одной стороны охватывают сферу интересов взрослых, а с другой предоставляют подростку шансы для самовыражения и реализации, то это будет способствовать снижению негативных переживаний.

Включаясь в общественно значимые дела, подросток получает в нем определенное место и сохраняет свое новое социальное положение среди взрослых и сверстников. Подросток удовлетворяет свою потребность, быть равноправным членом общества, уже не в роли ребенка [33].

Известно, что та зона мозга, которая отвечает за страх, отвечает и за агрессию. В связи с этим очень важно снижать у подростка уровень тревоги. Этому может поспособствовать теплая эмоциональная атмосфера домашнего общения, принятия в семье. Нужно транслировать ребенку, что

его примут в независимости от его оценок и успехов, а также что родители готовы защитить его от возможных угроз внешнего мира.

Разумеется, подросток должен и сам обладать знаниями как вести себя в стрессовой ситуации. Ниже будет описано несколько рекомендованных правил, которые родитель может привить своему ребенку.

Правило 1. В случае столкновения с агрессором, необходимо установить причину агрессивного поведения, а именно: оно общее или направлено лично на вас.

Демонстрация нейтралитета, является наиболее эффективным способом погасить эмоциональный накал. Отвечать лучше решительным, уверенным, спокойным, без спешки, голосом отправляя ответ в пространство, а не в сторону человека. Важно выдержать паузу, и держать зрительный контакт перед ответом [7, с. 80].

Правило 2. Физическое избегание. Физический уход от агрессора, является очень действенным способом нейтрализовать конфликт в социальной среде. Решить тот или иной вопрос можно посредством посредника, в таком случае будет исключен переход на личности.

Правило 3. «Человек в смешной одежде». Эта техника позволяет снизить уровень собственных негативных переживаний. Когда вас кто-то пытается вывести на конфликт, представьте его в комичной одежде, или в наряде не соответствующей месту в котором он находится (в пуантах, на приеме у директора).

Также нами были выделены приемы – «5 выпускных клапана для гнева», которые рекомендованы для конструктивного выражения сильных эмоций гнева и злости.

1. Выходите из ситуации. Это проблемно-ориентированная стратегия, которая дает время для успокоения. Можно использовать технику счета про себя до 10, это поможет снизить эмоциональный накал.

2. С помощью любого спортивного упражнения можно выпустить гнев. Наши эмоции — это вполне осязаемые гормоны, которые выделяются в организме как энергетические капсулы, целью которых выступает дать нам сил для решения проблемы. Если при этом мы кипим внутри от ярости и не двигаемся, это наносит вред организму. Поэтому можно использовать любую физическую нагрузку, позволяя мышцам израсходовать выделившиеся гормоны.

3. Изометрические упражнения. Основанное на том же принципе что и предыдущее. Только тут предлагается напрягать мышцы, посредством сильного давления на стену всем телом, до их изнеможения.

4. Кричите. Тут речь идет о крике, не на кого то, а скорее в пространство.

5. Ударьте по подушке [9, с. 87]

Рекомендации родителям по общению с агрессивным подростком:

1. Старайтесь быть эмпатичными и внимательными к потребностям подростка.

2. Будьте той матрицей, с которой подросток возьмет пример. Используйте технику ненасильственного общения, а также объясните ему, почему это эффективнее, нежели агрессивное поведение.

3. В доме должна быть система правил и подросток должен четко осознавать, за что будут санкции, а за что поощрения.

4. Наказания не должны унижать личное достоинство подростка.

5. Научитесь приемлемым способам выражения гнева. Дайте возможность отбросить агрессию, перенести ее на другие объекты.

6. Говорите с подростком о своих эмоциях и опасениях, при этом это должно происходить в психологически безопасной среде, без упреков и навязывания чувства вины.

7. Старайтесь поддерживать его, особенно в стрессовых ситуациях.

8. Узнайте у подростка, чем он увлекается, и поспособствуйте развитию данного хобби.

10. Практикуйте способность реагировать на конфликтные ситуации.

11. Организуйте занятия спортом, особенно плаванием.

Для налаживания коммуникации с агрессивным подростком, педагогам и родителям необходимо владеть техниками эффективной коммуникации [62, с. 132].

1. Эмпатическая («активная») техника слушания. Предоставление обратной связи о своих чувствах, переживаниях эмоциональных состояниях.

2. Эффективная техника похвалы. В данной технике не должно быть сопоставлений с кем либо, лучше акцентировать внимание подростка на том, что он растет относительно собственных успехов. Также это должно быть реальным отражением его заслуг. Также важно включать описание чувств, которые испытывает взрослый при оценке успехов подростка.

3. Техника введения запретов и ограничений. Система ограничений и поощрений должна быть понятной и справедливой [69].

Описанные выше рекомендации будут эффективны лишь при системном и последовательном их внедрении.

Таким образом, были разработаны рекомендации педагогам и родителям по коррекции агрессивного поведения подростков. Главная задача педагогов и родителей создать ненасильственную среду для подростка и собственным примером показывать конструктивные модели поведения, а также альтернативные способы реагирования на жизненные ситуации. Важно также помнить о физическом состоянии подростка, следить за режимом дня, питанием, нагрузкой и общим состоянием здоровья ребенка.

Вывод по 3 главе

Цель программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы: коррекция агрессивного поведения через формирование и закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей во взаимодействии с окружающими. Для достижения этой цели решались следующие задачи: развить уровень осознания, понимания и выражения своих эмоций; сформировать установку на конструктивное выражение агрессивного поведения; повысить уровень самоконтроля, повысить уровень осознания своих чувств.

После реализации программы была проведена повторная диагностика у всего класса. Формирующий эксперимент и контрольная диагностика были проведены с целью коррекции низкой и высокой агрессивности и профилактики агрессивного поведения у подростков с нормальным уровнем агрессивности.

Контрольная диагностика показала следующие результаты:

Средний уровень агрессии по методике Басса-Дарки показали 20 человек, что в процентном соотношении составляет 91%, оставшиеся 9% занял высокий уровень агрессии у двух человек. Уровень враждебности после проделанной работы средний уровень показали 77% учащихся, это 17 человек и высокий 5 человек - 23%. Тест агрессивности Почебут показал 100% средний уровень (22 чел.), методика Ассингера низкий: 32% (7 чел.), средний: 68% (15 чел.).

Психолого-педагогическая коррекция со старшими подростками с высоким уровнем агрессивности привела к сдвигам в поведении подростков, к снижению уровня раздражения, негативизма, обиды, подозрительности, в том числе косвенной, вербальной и физической агрессии.

Математическая обработка результатов показала, что интенсивность сдвигов в сторону уменьшения балла индекса агрессии превышает

интенсивность сдвигов в сторону ее увеличения. Из этого следует, что программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы успешно реализована.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В теоретической литературе агрессивное поведение рассматривается как отдельные действия с целью нанесения физического или психологического ущерба другому человеку. В то же время агрессивность рассматривается как свойство личности, отражающее предрасположенность к проявлению агрессии и может иметь различную степень выраженности. Гармонично развитая личность должна иметь определенную степень агрессивности и стремление к самоутверждению.

Наиболее выраженная агрессивность проявляется в переходе от детства к взрослости, и составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период - физического, умственного, нравственного, социального. По всем направлениям происходит становление качественно новых образований, появляются элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, отношений с взрослыми и товарищами, способов социального взаимодействия с ними, интересов, познавательной и учебной деятельности, содержания морально-этических норм, опосредствующих поведение, деятельность и отношения. Все это влияет на поведение подростков.

Для организации проведения психолого-педагогической коррекционной программы использовался метод построения «дерева целей». Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней. Также была построена модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения в старшем подростковом возрасте.

Исследование агрессивного поведения старших подростков проводилось с помощью комплекса методов и методик: теоретические – анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, синтез,

моделирование, целеполагание; эмпирические – диагностика состояния агрессии А. Басса – А. Дарки, тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут), тест А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»; математическо-статистические – метод Т-критерий Вилкоксона.

В качестве экспериментальной базы исследования стали учащиеся «Расветинской средней общеобразовательной школы» Челябинской области. Выборка состоит из 22 учащихся 9 класса.

Результаты, по методике диагностики состояния агрессии А. Басса – А. Дарки показали. Часть опрошенных подростков имеет нормальный уровень агрессивности - 64% (14 чел.) и высокий - 36% (8 чел.). Показатели по второй шкале методики – враждебности, оказались следующими: средний уровень - 50% (11 чел.) и высокий - 50% (11 чел.).

Большинство опрошенных не могут справиться с желанием причинить вред другим, а также испытывают недоверие к окружающим. Однако, подростки пытаются вести себя адекватно в общении с другими людьми, находить компромиссы в конфликтных ситуациях.

Результаты по методике опросника Л.Г. Почебут показали преобладание среднего уровня агрессивности в классе 82% (18 чел.), 14% (3 чел.) показали низкий уровень, и 5% (1 чел.)

Результаты исследования по методике «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера также выявлено преобладание среднего уровня агрессии среди подростков 72% (16 чел.), по данной методике низкий уровень показали 23% (5 чел.) и 5% (1 чел.) высокий.

Таким образом, по результатам констатирующего этапа, мы выявили группу подростков (12 человек), имеющих низкий и высокий уровни агрессивности по одной и более методикам, которые составили коррекционную группу для реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у старших школьников.

Цель программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы: коррекция агрессивного поведения через формирование и закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей во взаимодействии с окружающими. Для достижения этой цели решались следующие задачи: повысить уровень осознания своих чувств. Обучить приемам разрядки негативных чувств (злости, раздражения); сформировать установку на конструктивное выражение агрессивного поведения; повысить уровень самоконтроля.

Данная программа состоит из модифицированных упражнений, основой для которых стали работы таких психологов, как М.Р. Битянова, И.В. Вачков, С.В. Гиппиус, А. Гревцов, Е.В. Ессенакис, О.Н. Истратова, Е.К. Малютова и Г.Б. Манина, К. Фопель.

После реализации программы была проведена повторная диагностика у всего класса. Формирующий эксперимент и контрольная диагностика были проведены с целью коррекции низкой и высокой агрессивности и профилактики агрессивного поведения у подростков с нормальным уровнем агрессивности.

Контрольная диагностика показала изменение в поведении испытуемых и их результаты по диагностикам показали, что агрессия стала контролироваться старшими подростками, и они научились сдерживаться.

Средний уровень агрессии по методике Басса-Дарки показали 20 человек, что в процентном соотношении составляет 91%, оставшиеся 9% занял высокий уровень агрессии у двух человек. Уровень враждебности после проделанной работы средний уровень показали 77% учащихся, это 17 человек и высокий 5 человек - 23%. Тест агрессивности Почебут показал 100% средний уровень (22 чел.), методика Ассингера низкий: 32% (7 чел.), средний: 68% (15 чел.).

Психолого-педагогическая коррекция со старшими подростками с высоким уровнем агрессивности привела к сдвигам в поведении подростков, к снижению уровня раздражения, негативизма, обиды, подозрительности, в том числе косвенной, вербальной и физической агрессии.

Математическая обработка по T – критерию Вилкоксона показала, что интенсивность сдвигов в сторону уменьшения балла индекса агрессии превышает интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения. Из этого следует, что программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы успешно реализована.

Выдвинутая гипотеза о том, психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы возможна при реализации программы, включающей ролевое проигрывание жизненных ситуаций, корректирующие психологические упражнения, психотехнические упражнения, дискуссии, проективное рисование, подтвердилась. При работе по коррекции агрессивного поведения у старших подростков важен принцип комплексного подхода. Коррекционно-развивающая работа будет эффективной лишь при совместной работе с педагогами и родителями, поэтому для них были составлены психолого-педагогические рекомендации.

Полученные данные в ходе экспериментальной работы, позволили нам сделать вывод о том, что поставленная цель достигнута, задачи исследования реализованы. В то же время наше изыскание не исчерпывает содержания рассматриваемой проблемы. Не все аспекты данной проблемы изучены нами в полной мере, однако реализованная нами программа коррекции апробирована нами на практике и дала положительные результаты. С точки зрения рассмотренных аспектов нам представляется необходимым продолжить дальнейшее исследование.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бандура, А. Подростковая агрессия изучение влияния воспитания и семейных отношений [Текст] / А. Бандура, Р. Уолтерс; пер. с англ. Ю. Брянцевой, Б. Красовского. – Москва: Апрель Пресс: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 508 с.
2. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды [Текст] / Лидия Божович; под ред. Д.И. Фельдштейна. – Воронеж: Ин-т практической психологии, 2012. – 400 с.
3. Бурлачук, Л.Ф. Словарь–справочник по психодиагностике [Текст] / Леонид Бурлачук.–2-е издание перераб. и доп. – Санкт-Петербург: Питер, 2013 – 528 с.
4. Василькова, Ю.В. Социальная педагогика[Текст]: курс лекций / Ю.В. Василькова, Т.А. Василькова. – Москва: Академия, 2015. – 205 с.
5. Волков, Б.С. Возрастная психология. слово [Текст] : В 2-х ч. Ч. 2. От младшего школьного возраста до юношества : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по пед. Специальностям / Б. С. Волков, Н. В. Волкова; под ред. Б. С. Волкова. – Москва: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2010. – 672с.
6. Воробьева, Е.В. Психогенетика агрессивного и враждебного поведения [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.В. Воробьева, П.Н. Ермаков, И. В. Абакумова и др. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016. – С. 102. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/78695.html>– Загл. с экрана
7. Гонеева, А.Д. Основы коррекционной педагогики [Текст] : учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.Д. Гонеева, Н.И. Лифинцева, Н.В. Ялпаева; под ред. В.А. Сластенина. –3-е изд. перераб. – Москва: «Академия», 2014 – 272 с.

8. Гони́на, О.О. Психология дошкольного возраста [Текст]: учебник и практикум для академического бакалавриата / Ольга Гони́на. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2018. – 425 с.
9. Гончарова, О.Л. Психология агрессивного поведения. Программа занятий по коррекции агрессивного поведения [Текст] : учебно-методическое пособие / Олеся Гончарова. – Москва: б. и., 2012. – 76 с.
10. Гребенников, Л.Р. Механизмы психологической защиты: Генезис, функционирование, диагностика [Текст] : дис. канд. психол. наук. / Л.Р. Гребенников. – Москва: 1994. – 196 с.
11. Григорович, Л.А. Педагогика и психология. [Текст] / Л.А. Григорович, Т.Д. Марцинковская. – Москва: Аспект Пресс, 2007. – 605 с.
12. Долгова, В.И. Влияние системы обучения младших школьников на формирование межличностной рефлексии в подростковом возрасте [Текст] / В.И. Долгова, Н.В. Цветкова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2014. – №7. – С. 89-98.
13. Долгова, В.И. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста 5-6 лет [Текст] / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец, Н. Б. Погорелова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 7. – С. 151-155.
14. Долгова, В.И. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков [Текст] / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец. – Челябинск: АТОСКО, 2010. – 110 с.
15. Долгова, В.И. Системные инновационные технологии целеполагания [Электронный ресурс] / Валентина Долгова / XXXV International Research and Practice Conference «Global crisis of contemporary in the sphere of mindset, social values and political interests correlation»: сб. труд. Международной виртуальной Интернет-конференции (Лондон, 05 – 12 ноября 2012). –

Лондон, Великобритания, 2012. –С 41-45 –Режим доступа:
<http://gisap.eu/ru/node/16023> – Загл. с экрана

16. Долгова, В.И. Формирование эмоциональной устойчивости личности [Текст] / В.И. Долгова, А.А. Напримерова, Я. В. Латышин; – Санкт–Петербург: РГПУ им. А.И. Герцена, 2014 – 167 с.

17. Долгова, В.И. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе [Текст] / В.И. Долгова, Н.И. Аркаева, Е.Г. Капитанец: монография. – Москва: Издательство Перо, 2015. – 200с.

18. Егоров, Д.В. Использование формирующего эксперимента в учебном процессе вуза [Электронный ресурс] / Дмитрий Егоров // Вестник ТИУиЭ.–2012.–№1.–Режим доступа:
<https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanieformiruyuschego-eksperimenta-v-uchebnom-protse-ssesse-vuza>– Загл. с экрана

19. Жмуров, Д. Насилие (агрессия и литература) [Текст] / Дмитрий Жмуров / Новая теория. – 2009. – №12. – С. 12-29

20. Змановская, Е.В. Девиантное поведение личности и группы [Текст] : учебное пособие / Елена Змановская. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 352 с.

21. Зубова, Л.В. Индивидуально-личностные особенности агрессивности подростков различных типов направленности личности [Электронный ресурс] : монография / Людмила Зубова. — Оренбург: ОГУ, 2016. — 134 с. Лань: электронно-библиотечная система. —Режим доступа:
<https://e.lanbook.com/book/159671>– Загл. с экрана

22. Карпушкина, Е.А. Коррекция агрессивного поведения детей и подростков [Текст] : учебно-методическое пособие / Е.А. Карпушкина, Л.Н. Корчагина, Н.Л. Морозова. – Пенза: ПГПУ, 2011. – 55 с.

23. Кашаева, Л.Ф. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения младших школьников [Электронный ресурс] / Лилия Кашаева / Научно-методический электронный журнал «Концепт».–

2015.–Т.10.–С.186–190.–Режимдоступа: <http://ekoncept.ru/2015/95081.html>–

Загл. с экрана

24. Кельмансон, И.А. Методология исследования в клинической психологии [Текст] : учеб. пособие / Игорь Кельмансон. – Санкт-Петербург: СпецЛит, 2017. – 328 с.

25. Коннор, Д. Агрессия и антисоциальное поведение детей и подростков [Текст] / Дэниел Коннор. – Санкт-Петербург: Прайм ЕВРОЗНАК, 2005. – 288 с.

26. Костакова, И.В. Основы психологической коррекции [Текст] : учеб. метод. пособие / Ирина Костакова. – Тольятти: ТГУ, 2009. – 80 с.

27. Кравченко, Ю.Е. Психология эвоэмоций. Классические и современные теории и исследования[Текст] / Юнна Кравченко. – Москва: Форум, 2015. – 544 с.

28. Крестовецкая, А.А. В помощь социальному педагогу [Текст] / Арина Крестовецкая. – Минск: Высшая школа, 2011. – 345 с.

29. Кряжева, Н.Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет [Текст] / Надежда Кряжева. – Москва: Академия, 2012. – 350 с.

30. Левитов, Н.Д. Психические состояния агрессии [Текст] / Николай Левитов. // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. –2014. – №7. – С. 89-98.

31. Левко, А.И. Социальная педагогика [Текст]/ Анатолий Левко. – Минск: ИВЦ Минфина, 2003. – 341 с.

32. Локова, М.Ю. Психологические механизмы агрессивного поведения современной молодежи [Электронный ресурс] / М.Ю. Локова, М. Н. Ханова // АНИ: педагогика и психология. – 2018. – № 1 (22). – 279 с. –Режим доступа:<https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-mehanizmy-agressivnogopovedeniya-sovremennoy-molodezhi>– Загл. с экрана.

33. Мардахаев, Л.В. Словарь по социальной педагогике [Текст] : учеб. пособие для вузов / Лев Мардахаев. – Москва: Академия, 2002. – 368 с.
34. Мудрик, А.В. Социальная педагогика [Текст] / Анатолий Мудрик. – Москва: Академия, 2013. – 224 с.
35. Немов, Р.С. Общая психология [Текст] в 3 т. Т. I. Введение в психологию [Текст] : учебник и практикум для вузов / Роберт Немов. — 6-е изд. — Москва: Юрайт, 2021. — 726 с.
36. Осипова, А.А. Общая психокоррекция [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / Алла Осипова. – Москва: ТЦ Сфера, 2009. – 512 с.
37. Платонова, Н.М. Агрессия у детей и подростков [Текст] : учебное пособие / Наталья Платонова. – Санкт-Петербург: Речь, 2014. – 336 с.
38. Подольский, А.И. Психология развития. Психоэмоциональное благополучие детей и подростков [Текст] : учебное пособие для среднего профессионального образования / А.И. Подольский, О.А. Идобаева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2020. – 124 с.
39. Реан, А.А. Гендерные различия структуры агрессивности у подростков [Текст] / А.А. Реан, Н.Б. Трофимова // Актуальные проблемы деятельности практических психологов. – Минск. 1999. – С. 6-7.
40. Сапольски, Р. Биология добра и зла. Как наука объясняет наши поступки [Текст] / Роберт Сапольски. – Москва: Альпина Нон-фикшн, 2019. – 766 с.
41. Сапольски, Р. Игры тестостерона и другие вопросы биологии поведения [Текст] / Роберт Сапольски. – Москва: Альпина Нон-фикшн, 2020. – 280 с.

42. Сапольски, Р. Почему у зебр не бывает инфаркта. Психология стресса [Текст] / Роберт Сапольски. – Москва: Прогресс книга, 2019. – 480 с.
43. Сапольски, Р. Психология стресса [Текст] / Роберт Сапольски. – Санкт-Петербург: Питер, 2015. – 920 с.
44. Сельченко, К.Н. Психология человеческой агрессивности. [Текст] / Константин Сельченко – Москва: Харвест, 2003. – 656 с.
45. Сиражетдинова, З.Д. Коррекция агрессивности младших подростков в ситуации межличностного конфликта [Электронный ресурс] : / Зульфия Сиражетдинова // Научно-методический электронный журнал «Концепт».–2015. –№ S1.– С. 161–165. –Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/75033.html>– Загл. с экрана
46. Смирнова, Т.П. Личностные факторы репрезентации агрессивного поведения у представителей различных психологических типов [Текст] : диссертация кандидата психологических наук: 19.00.01 / Тамара Смирнова. – Москва, 2006. – 227 с.
47. Соловьева, А.В. Психологическая защита в подростковом возрасте. Сущность, содержание, причины. [Текст] / Анна Соловьева. – Москва: Академия, 2013. – 270 с.
48. Ушанова, А.А. Личностные детерминанты агрессии подростков [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук. / Александра Ушанова. – Ярославль, 2010. – 200 с.
49. Фельдштейн, Д.И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте [Текст] / Давид Фельдштейн // Вопросы психологии. – 2016. – № 6. – С. 26-32.
50. Фрейд, З. Психология бессознательного [Текст] / Зигмунд Фрейд. – Москва: Питер, 2004. – 390 с.
51. Фромм, Э. Душа человека [Текст] / Эрих Фромм. – Москва: АСТ: Астрель, 2011. – 253 с.

52. Фурманов, И.А. Агрессия и насилие. Диагностика, профилактика и коррекция [Текст] / Игорь Фурманов. – Санкт-Петербург: Речь, 2014. – 408 с.
53. Холмогорова, А.Б. Социальная ситуация развития и динамика агрессивного поведения у подростков с девиантным поведением [Текст] / А.Б. Холмогорова, Н.М. Евлашкина. – Москва: Дефектология, 2006 – 81 с.
54. Холод, Н.И. Влияние средств массовой информации на агрессивное поведение детей [Текст] / Надежда Холод // Ярославский педагогический вестник. – Ярославль, 2015. – С. 46.
55. Чамата, П.Р. Состояния подростков [Текст] / Павло Чамата // Акмеология. – 2014. – №3-4. – С. 137-141.
56. Чуганова, К.Е. Психолого-педагогические условия негативного эмоционального состояния подростков [Текст] / Ксения Чуганова // Психология. – 2018. – №35. – С. 34-56.
57. Чуднявцев, С.Е. Как преодолеть школьные кризисы, или Психология современного школьника [Текст] / Сергей Чуднявцев. – Москва: Феникс, 2016. – 176 с.
58. Шабалин, О.М. Агрессивность как комплексная характеристика индивидуальности [Текст] / Олег Шабалин // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2008. - №3. –С. 26-29.
59. Шаповаленко, И.В. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата / Ирина Шаповаленко. – 3-е изд. перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2019. – 457 с.
60. Шестакова, Е.Г. Агрессивное поведение и агрессивность личности [Текст] / Е.Г. Шестакова, Л.Я. Дорфман // Образование и наука. – 2009. – С. 66.
61. Шипунова, Т.В. Агрессия и насилие как элементы социальной реальности [Текст] / Татьяна Шипунова // СоцИс. – 2002. – № 5. – С. 24-29.

62. Шнейдер, Л.Б. Психология девиантного и аддиктивного поведения детей и подростков [Текст] : учебник и практикум для вузов / Лидия Шнейдер. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2020. — 219 с.
63. Шульга, Т.И. Подростковый возраст [Текст] / Татьяна Шульга // Психология. — 2016. — №5. — С. 137-141.
64. Шуралёва, Е.В. Педагогическая профилактика агрессивного поведения подростков [Текст] / Елена Шуралёва // Научные проблемы гуманитарных исследований. — 2010. — С. 82.
65. Шуралева, Е.В. Профилактика агрессивного поведения подростков на основе гендерных различий [Текст] / Елена Шуралева // журнал Вестник ЧГПУ. - №12. - 2009.
66. Экман, П. Психология эмоций [Текст] / Пол Экман. — 2-е изд. пер. В. Р. Кузин. — Санкт-Петербург: Питер, 2020. — 240 с.
67. Эллис, А. Управление гневом. Как не выходить из себя, спокойно реагировать на все и справиться с самой разрушительной эмоцией [Текст] / Альберт Эллис. — Санкт-Петербург: Питер, 2021. — 230 с.
68. Юревич, А.В. Проявление агрессивности в современном российском обществе как психологическая проблема [Текст] / Андрей Юревич // Психологический журнал. — 2014. — №3. — С. 68-72.
69. Юсупов, В.В. Психологическая диагностика зависимого поведения: риск развития, методы раннего выявления [Текст] / В.В. Юсупов, В.А. Корзунин. — Санкт-Петербург: Речь, 2007. — 123 с.
70. Sapolsky, R. M. The teenage brain: Why some years are (a lot) crazier than others [Электронный ресурс] / Robert Sapolsky. // Big Think. — 11 October — 2018. — Режим доступа: <https://bigthink.com/videos/what-age-is-brain-fully-developed> — Загл. с экрана
71. Sapolsky, R. M. Why Your Brain Hates Other People [Электронный ресурс] / Robert Sapolsky. — 14 December. — 2017. —

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики исследования агрессивного поведения у старших подростков в условиях сельской школы

Диагностика состояния агрессии А. Басса – А. Дарки

Инструкция. Прочитывая или прослушивая зачитываемые утверждения, примеряйте, насколько они соответствуют вашему стилю поведения, вашему образу жизни, и отвечайте одним из возможных ответов: «да» и «нет».

Опросник:

1. Временами не могу справиться с желанием навредить кому-либо.
2. Иногда могу посплетничать о людях, которых не люблю.
3. Легко раздражаюсь, но легко и успокаиваюсь.
4. Если меня не попросить по-хорошему, просьбу не выполню.
5. Не всегда получаю то, что мне положено.
6. Знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если не одобряю поступки других людей, даю им это почувствовать.
8. Если случается обмануть кого-либо, испытываю угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Никогда не раздражаюсь настолько, чтобы разбрасывать вещи.
11. Всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Когда установленное правило не нравится мне, хочется нарушить его.
13. Другие почти всегда умеют использовать благоприятные обстоятельства.
14. Менястораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я этого ожидаю.
15. Часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь ударит меня, я не отвечу ему тем же.
18. В раздражении хлопаю дверьми.
19. Я более раздражителен, чем кажется со стороны.
20. Если кто-то корчит из себя начальника, я поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Думаю, что многие люди не любят меня.
23. Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Увиливающие от работы должны испытывать чувство вины.
25. Кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю вижу кого-нибудь из тех, кто мне не нравится.
30. Довольно многие завидуют мне.
31. Требую, чтобы люди уважали мои права.
32. Меня огорчает, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.

34. От злости иногда бываю мрачным.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь.
36. Если кто-то пытается вывести меня из себя, я не обращаю на него внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
40. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Обижаюсь, когда иногда получается не по-моему.
43. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.
47. Делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.
49. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.
50. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда кричат на меня, кричу в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Дерусь не реже и не чаще других.
56. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.
59. Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.
60. Ругаюсь только от злости.
61. Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.
64. Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
66. Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.
67. Часто думаю, что живу неправильно.
68. Знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре часто повышаю голос.
74. Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
75. Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

Таблица 1 – Обработка результатов и интерпретация

1. Физическая агрессия (к=11):	
«да» = 1, «нет» = 0	вопросы: 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68
«нет» = 1, «да» = 0	вопросы: 9, 7
2. Вербальная агрессия(к=8):	
«да» = 1, «нет» = 0	вопросы: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73
«нет» = 1, «да» = 0	вопросы: 33, 66, 74, 75

Продолжение таблицы 1

3. Косвенная агрессия (к=13):	
«да» = 1, «нет» = 0	вопросы: 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63
«нет» = 1, «да» = 0	вопросы: 26, 49
4. Негативизм (к=20):	
«да» = 1, «нет» = 0	вопросы: 4,12,20,28,
«нет» = 1, «да» = 0	вопросы: 36
5. Раздражение (к=9):	
«да» = 1, «нет» = 0	вопросы: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72
«нет» = 1, «да» = 0	вопросы: 11, 35, 69
6. Подозрительность (к=11):	
«да» = 1, «нет» = 0	вопросы: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59
«нет» = 1, «да» = 0	вопросы: 33, 66, 74, 75
7. Обида (к=13):	
«да» = 1, «нет» = 0	вопросы: 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58
8. Чувство вины (к=11):	
«да» = 1, «нет» = 0	вопросы: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54,61,67

Индекс агрессивности включает в себя 1, 2 и 3 шкалу; индекс враждебности включает в себя 6 и 7 шкалу.

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

Пользуясь данной методикой, необходимо помнить, что агрессивность, как свойство личности, и агрессия, как акт поведения, могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности.

Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)

Инструкция. Предполагаемый опросник выявляет ваш обычный стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления в социальной среде. Вам необходимо однозначно («да» или «нет») оценить 40 приведенных ниже

утверждений.

Опросник

1. Во время спора я часто повышаю голос.
2. Если меня кто-то раздражает, я могу сказать ему все, что о нем думаю.
3. Если мне необходимо будет прибегнуть к физической силе для защиты своих прав, я, не раздумывая, сделаю это.
4. Когда я встречаю неприятного мне человека, я могу позволить себе незаметно ущипнуть или толкнуть его.
5. Увлечшись спором с другим человеком, я могу стукнуть кулаком по столу, чтобы привлечь к себе внимание или доказать свою правоту.
6. Я постоянно чувствую, что другие не уважают мои права.
7. Вспоминая прошлое, порой мне бывает обидно за себя.
8. Хотя я и не подаю вида, иногда меня гложет зависть.
9. Если я не одобряю поведение своих знакомых, то я прямо говорю им об этом.
10. В сильном гневе я употребляю крепкие выражения, сквернословлю.
11. Если кто-нибудь поднимет на меня руку, я постараюсь ударить его первым.
12. Я бываю настолько взбешен, что швыряю разные предметы.
13. У меня часто возникает потребность переставить в квартире мебель или полностью сменить ее.
14. В общении с людьми я часто чувствую себя «пороховой бочкой», которая постоянно готова взорваться.
15. Порой у меня появляется желание зло пошутить над другим человеком.
16. Когда я сердит, то обычно мрачнею.
17. В разговоре с человеком я стараюсь его внимательно выслушать, не перебивая.
18. В молодости у меня часто «чесались кулаки» и я всегда был готов пустить их в ход.
19. Если я знаю, что человек намеренно меня толкнул, то дело может дойти до драки.
20. Творческий беспорядок на моем рабочем столе позволяет мне эффективно работать.
21. Я помню, что бывал настолько сердитым, что хватал все, что попадало под руку, и ломал.
22. Иногда люди раздражают меня только одним своим присутствием.
23. Я часто удивляюсь, какие скрытые причины заставляют другого человека делать мне что-нибудь хорошее.
24. Если мне нанесут обиду, у меня пропадет желание разговаривать с кем бы то ни было.
25. Иногда я намеренно говорю гадости о человеке, которого не люблю.
26. Когда я взбешен, я кричу самое злобное ругательство.
27. В детстве я избегал драться.
28. Я знаю, по какой причине и когда можно кого-нибудь ударить.
29. Когда я взбешен, то могу хлопнуть дверью.
30. Мне кажется, что окружающие люди меня не любят.
31. Я постоянно делюсь с другими своими чувствами и переживаниями.
32. Очень часто своими словами и действиями я сам себе приношу вред.
33. Когда люди орут на меня, я отвечаю тем же.
34. Если кто-нибудь ударит меня первым, я в ответ ударю его.

35. Меня раздражает, когда предметы лежат не на своем месте.
36. Если мне не удастся починить сломавшийся или порвавшийся предмет, то я в гневе ломаю или рву его окончательно.
37. Другие люди мне всегда кажутся преуспевающими.
38. Когда я думаю об очень неприятном мне человеке, я могу прийти в возбуждение от желания причинить ему зло.
39. Иногда мне кажется, что судьба сыграла со мной злую шутку.
40. Если кто-нибудь обращается со мной не так, как следует, я очень расстраиваюсь по этому поводу.

Обработка результатов и интерпретация:

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

Вербальная агрессия (ВА) - человек вербально выражает свое агрессивное отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.

Физическая агрессия (ФА) - человек выражает свою агрессию по отношению к другому человеку с применением физической силы.

Предметная агрессия (ПА) - человек срывает свою агрессию на окружающих его предметах.

Эмоциональная агрессия (ЭА) - у человека возникает эмоциональное отчуждение при общении с другим человеком, сопровождаемое подозрительностью, враждебностью, неприязнью или недоброжелательностью по отношению к нему.

Самоагрессия (СА) - человек не находится в мире и согласии с собой; у него отсутствуют или ослаблены механизмы психологической защиты; он оказывается беззащитным в агрессивной среде.

Таблица 2 – ключ для обработки теста

Тип агрессии	Номер утверждения	
	Да	Нет
ВА	1,2,9,10,25,26,33	17
ФА	3,4,11,18,19,28,34	27
ПА	5,12,13,21,29,35,36	20
ЭА	6,14,15,22,30,37,38	23
СА	7,8,16,24,32,39,40	31

Вначале суммируются баллы по каждой из пяти шкал.

Если сумма баллов выше 5, это означает высокую степень агрессивности и низкую степень адаптивности по шкале.

Сумма баллов от 3 до 4 соответствует средней степени агрессии и адаптированности.

Сумма баллов от 0 до 2 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения.

Затем суммируются баллы по всем шкалам.

Если сумма превышает 25 баллов, это означает высокую степень агрессивности человека, его низкие адаптационные возможности.

Сумма баллов от 11 до 24 соответствует среднему уровню агрессивности и адаптированности.

Сумма баллов от 0 до 10 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированного поведения.

Тест А. Ассингера (Оценка агрессивности в отношениях)

Флегматичный человек редко проявляет себя как интересный собеседник, но и с чрезмерно агрессивным, набрасывающимся как тигр из засады, человеком

неприятно общаться.

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

Подчеркните ответ

I. Склонны ли вы искать пути к примирению после очередного служебного конфликта?

1. Всегда.
2. Иногда.
3. Никогда.

II. Как вы ведете себя в критической ситуации?

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

III. Каким считают вас коллеги?

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

IV. Как вы отреагируете, если вам предложат ответственную должность?

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

V. Как вы будете себя вести, если кто то из коллег без разрешения возьмет с вашего стола бумагу?

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

VI. Какими словами вы встретите мужа (жену), если он (она) вернулся(лась) с работы позже обычного?

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

VII. Как вы ведете себя за рулем автомобиля?

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

VIII. Какими вы считаете свои взгляды на жизнь?

1. Сбалансированными.
2. Легкомысленными.
3. Крайне жесткими.

IX. Что вы предпринимаете, если не все удается?

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

X. Как вы отреагируете на фельетон о случаях распущенности среди современной молодежи?

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

XI. Что вы ощущаете, если место, которое вы хотели занять, досталось

другому?

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

XII. Как вы смотрите страшный фильм?

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

XIII. Если из-за дорожной пробки вы опаздываете на важное совещание?

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

XIV. Как вы относитесь к своим спортивным успехам?

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

XV. Как вы поступите, если вас плохо обслужили в ресторане?

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

XVI. Как вы себя поведете, если вашего ребенка обидели в школе?

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

XVII. Какой, по-вашему, вы человек?

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

XVIII. Что вы ответите подчиненному, с которым столкнулись в дверях учреждения, если он начал извиняться перед вами?

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

XIX. Как вы отреагируете на статью в газете о случаях хулиганства среди молодежи?

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

XX. Представьте, что вам предстоит заново родиться, но уже животным. Какое животное вы предпочтете?

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

Теперь внимательно просмотрите подчеркнутые ответы. Суммируйте номера ответов.

Результаты

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

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

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

Если по 7 и более вопросам вы набрали по 3 очка и менее чем по 7 вопросам – по 1 очку, то взрывы вашей агрессивности носят скорее разрушительный, чем конструктивный характер. Вы склонны к непродуманным поступкам и ожесточенным дискуссиям. Вы относитесь к людям пренебрежительно и своим поведением провоцируете конфликтные ситуации, которых вполне могли бы избежать.

Если же по 7 и более вопросам вы получили по 1 очку, и менее чем по 7 вопросам – по 3 очка, то вы чрезмерно замкнуты. Это не значит, что вам не присущи вспышки агрессивности, но вы подавляете их уж слишком тщательно

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования агрессивного поведения у старших подростков на этапе констатирующего эксперимента

Таблица 3– Результаты диагностики уровня агрессивного поведения старших школьников в условиях сельской школы по методике диагностики состояния агрессии (Опросник А. Басса –А.Дарки)

№ п\п	Ф.И.	Пол	ФА	КА	Р	Н*	О*	П*	ВА*	ЧВ*
1	Б.Е.	М	8	8	7	4	5	7	9	8
2	В.А.	М	8	5	10	5	5	7	9	9
3	В.Г.	Ж	10	7	7	3	3	3	11	7
4	В.Л.	Ж	7	1	8	2	2	4	9	7
5	Г.Е.	Ж	5	9	8	4	5	5	11	7
6	Д.А.	Ж	9	1	9	3	6	5	9	6
7	Д.И.	М	8	7	9	4	8	8	8	8
8	Д.У.	М	8	6	7	3	5	4	8	6
9	К.Е.	Ж	10	3	5	3	5	6	8	2
10	К.К.	Ж	8	1	9	1	0	4	11	5
11	М.А.	М	8	3	8	8	4	1	9	5
12	Н.Е.	М	10	2	6	3	4	4	10	7
13	О.А.	М	8	9	9	2	6	5	8	8
14	П.В.	Ж	8	8	7	4	5	2	9	6
15	Р.А.	Ж	9	5	6	7	3	6	9	7
16	Р.А.	Ж	6	6	6	2	5	4	10	7
17	С.А.	Ж	5	5	5	3	4	1	8	7
18	С.В.	Ж	7	8	9	6	6	6	11	7
19	С.С.	М	8	7	8	4	6	6	11	6
20	С.Т.	Ж	8	7	7	4	3	8	7	4
21	Т.Е.	М	10	5	7	2	4	7	9	9
22	Т.И.	Ж	9	4	5	4	7	5	7	5

ФА* – физическая агрессия

КА* – косвенная агрессия

Р* – раздражительность

Н* – негативизм; О* – обида; П* – подозрительность

ВА* – вербальная агрессия

ЧВ* – чувство вины

Таблица 4– Дифференциация индекса агрессивности и враждебности по А. Басса – А. Дарки

№ п\п	Ф.И.	Пол	Индекс агрессивности	Индекс враждебности
1	Б.Е.	М	24 – норма	12 – выше нормы
2	В.А.	М	27 – выше нормы	12 – выше нормы
3	В.Г.	Ж	28 – выше нормы	6 – норма
4	В.Л.	Ж	24 – норма	6 – норма
5	Г.Е.	Ж	24 – норма	10 – норма
6	Д.А.	Ж	27 – выше нормы	11 – выше нормы

7	Д.И.	М	25 – норма	16 – выше нормы
8	Д.У.	М	23 – норма	9 – норма
9	К.Е.	Ж	23 – норма	11 – выше нормы
10	К.К.	Ж	28 – выше нормы	4 – норма
11	М.А.	М	25 – норма	5 – норма
12	Н.Е.	М	26 – выше нормы	8 – норма
13	О.А.	М	25 – норма	11 – выше нормы
14	П.В.	Ж	24 – норма	7 – норма
15	Р.А.	Ж	24 – норма	9 – норма
16	Р.А.	Ж	22 – норма	9 – норма
17	С.А.	Ж	18 – норма	5 – норма
18	С.В.	Ж	27 – выше нормы	12 – выше нормы
19	С.С.	М	27 – выше нормы	12 – выше нормы
20	С.Т.	Ж	22 – норма	11 – выше нормы
21	Т.Е.	М	26 – выше нормы	11 – выше нормы
22	Т.И.	Ж	21 – норма	12 – выше нормы
			Нормальный: 64% (14 чел.) Высокий: 36% (8 чел.)	Нормальный: 50% (11 чел.) Высокий: 50% (11 чел.)

Таблица 5– Результаты диагностики уровня агрессивного поведения старших школьников в условиях сельской школы по тесту агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)

№ п/п	Ф.И.	Пол	ВА*	ФА*	ПА*	ЭА*	СА*	Итого
1	Б.Е.	М	5	5	4	5	5	24
2	В.А.	М	4	3	2	3	4	16
3	В.Г.	Ж	2	3	2	3	1	11
4	В.Л.	Ж	1	1	2	1	3	8
5	Г.Е.	Ж	2	2	3	4	1	12
6	Д.А.	Ж	4	4	2	2	3	15
7	Д.И.	М	1	2	2	1	3	9
8	Д.У.	М	5	5	5	5	4	24
9	К.Е.	Ж	2	2	1	2	3	10
10	К.К.	Ж	3	3	3	3	2	14
11	М.А.	М	2	1	3	4	2	12
12	Н.Е.	М	5	4	5	5	5	24
13	О.А.	М	2	3	2	4	1	12
14	П.В.	Ж	3	3	4	3	2	15
15	Р.А.	Ж	1	2	3	4	1	11
16	Р.А.	Ж	5	5	5	5	5	25
17	С.А.	Ж	4	5	5	5	5	24
18	С.В.	Ж	2	1	2	3	3	11
19	С.С.	М	3	3	2	3	3	14
20	С.Т.	Ж	2	3	3	2	1	11
21	Т.Е.	М	5	5	5	5	4	24
22	Т.И.	Ж	2	4	4	4	4	18
Общее число испытуемых			Низкий: 14% (3 чел.) Средний: 82% (18 чел.) Высокий: 5% (1 чел.)					

ВА* – вербальная агрессия
 ФА* – физическая агрессия
 ПА* – предметная агрессия
 ЭА* – эмоциональная агрессия
 СА* – самоагрессия

Таблица 6 - Результаты диагностики уровня агрессивного поведения старших школьников в условиях сельской школы по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»

№ п/п	Ф.И.	Пол	Полученные баллы	Общий уровень
1	Б.Е.	М	39	Средний
2	В.А.	М	35	Низкий
3	В.Г.	Ж	39	Средний
4	В.Л.	Ж	41	Средний
5	Г.Е.	Ж	34	Низкий
6	Д.А.	Ж	38	Средний
7	Д.И.	М	39	Средний
8	Д.У.	М	35	Низкий
9	К.Е.	Ж	41	Средний
10	К.К.	Ж	42	Средний
11	М.А.	М	45	Высокий
12	Н.Е.	М	40	Средний
13	О.А.	М	36	Средний
14	П.В.	Ж	41	Средний
15	Р.А.	Ж	41	Средний
16	Р.А.	Ж	40	Средний
17	С.А.	Ж	33	Низкий
18	С.В.	Ж	40	Средний
19	С.С.	М	41	Средний
20	С.Т.	Ж	38	Средний
21	Т.Е.	М	35	Низкий
22	Т.И.	Ж	40	Средний
Общее число испытуемых				Низкий: 23% (5 чел.) Средний: 72% (16 чел.) Высокий: 5% (1 чел.)

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения старших подростков в условиях сельской школы

Занятие 1. Представление программы. Ознакомление с правилами группы.

Цель: установление контакта с учениками. Создание доверительной атмосферы. Достижение взаимопонимания в целях работы программы.

План проведения:

1. Информация о себе и о программе, о своих личных целях и целях программы. Создать дружелюбный и безопасный настрой, продемонстрировать открытый стиль общения Ведущий говорит о своих реальных чувствах по поводу создания группы.

2. Разминка «Пересаживания». Первые попытки совместного активного отдыха, разрядка, повышение настроения. Подростки могут стесняться играть.

3. Работа по теме. Общий рисунок (или «нарисуй себя») Общая деятельность, выявление лидеров в группе, оформление группового пространства. Ватман, фломастеры, музыка. Дать всем участникам рисовать.

4. «Движение стены». Подростки упираются в стену и толкают со всей силы. Данное упражнение направлено на снятие мышечного напряжения. «Напряжение-расслабление». Необходимо напрягать и расслаблять различные группы мышц, при этом оставаясь на месте. Упражнение «Поплавок в океане» Инструкция: вообразите, что вы маленький поплавок в огромном океане... У вас нет цели, компаса, карт, руля, весел... Вы движетесь туда, куда несет вас ветер и океанские волны... Большая волна может на некоторое время накрыть вас, но вы вновь выныриваете на поверхность... Попробуйте ощутить эти толчки и выныривания. Ощутите движение волны... тепло солнца... капли дождя... подушку моря под вами, поддерживающую вас... Посмотрите, какие еще ощущения возникают у вас, когда вы представляете себя маленьким поплавком в большом океане. Все упражнения, направленные на снятие эмоционального и телесного напряжения, повышение эмоционального тонуса и самооценки участников.

5. Обсуждение итогов занятия.

6. Ритуал прощания.

Занятие 2. Понятие личности. «Я и ты, а что в нас общего?» Понятие границ личности. Развитие личности.

Цель: сфокусировать внимание участников на собственном мироощущении. Выработать установку на ценность каждой отдельной личности. Ощутить похожесть и индивидуальность отдельных людей.

План проведения:

1. Обмен чувствами 10 определений «Кто Я?», обсуждение. Инструкция: Возьмите лист бумаги и ручку. Напишите не менее 10 раз ответ на вопрос: «то Я?» (желательно, чтобы ответ состоял из одного, максимум двух слов; здорово, если это будут существительные, допустимы прилагательные, но лучше все-таки существительные). Упражнение направлено на погружение во внутренний мир, а также сплочение коллектива, посредством нахождения общего.

2. Повторение правил. Обозначение перехода к особой атмосфере в группе, введение в тему занятия.

3. Разминка «Я хотел бы...» Разрядка, сплочение. Инструкция: Возьмите лист бумаги и ручку. Напишите не менее 10 предложений начинающихся с «Я хотел

бы..». Данное упражнение направлено на сплочение и ориентацию на позитивное будущее.

4. Работа по теме. Мозговой штурм на тему «Из чего состоит личность» Определение себя как ценной личности. Ватман, маркеры. Важно учитывать правила мозгового штурма - любое мнение ценно.

5. Разминка «Поиск общего» Нахождение качеств, которые объединяют с другими. Группа делится на двойки, и два человека находят определенное количество общих признаков, затем двойки объединяются в четверки с той же целью и т.д. Ведущий по своему усмотрению может остановить процесс на четверках, восьмерках и т.д. Психологический смысл упражнения. Развитие понимания необходимости соблюдать границы физического и психического.

6. Игра в границы «Скажи стоп». Проблема перехода границ, чувства, которые возникают когда переходят границы. Внимательное отношение к границам, ощущение своих физических границ, осознание эмоций возникающих при нарушении границ. Ведущий может не участвовать в тройках. Участники по очереди подходят друг к другу (можно разными способами). Тот, к кому подходят, должен сказать "стоп", когда на его взгляд, партнер подойдет слишком близко. Важно отследить границы физического и психического "Я". Обсуждение: Как вы поняли "границы физического и психического "Я"? Уверенному в себе человеку необходимо соблюдать границы у других людей? Почему не совпадали границы в некоторых парах участников занятия?

7. Завершение «Снежинка» Осознание себя как личности не похожей на других. Инструкция: Примите удобное положение и не поворачивая головой делайте движения глазами: сверху вниз и обратно вверх – это считается как одно движение, и таких движений туда и обратно нужно выполнить 10. Причем все движения глазами делаем с максимальной амплитудой, то есть максимально вверх и максимально вниз, насколько вы сможете.

8. Заключительное обсуждение итогов занятия.

9. Ритуал прощания.

Занятие 3. «Осознание эмоций»

Цель: Научиться идентифицировать собственные эмоциональные переживания. Научиться отделять чувства от поведения и мыслей

План проведения:

1. Начало работы. Обмен чувствами. Повторение правил. Вхождение в атмосферу группы, создание специфического климата. Детям может быть трудно, проговаривать свои чувства

2. Разминка «Мячик» - ассоциации. Какие вы знаете чувства. Навык спонтанного реагирования. Ведущий получает для себя информацию о том, какие чувства детям известны. Исходя из этого, строит работу по теме. Описана: знакомство, диагностика настроения до начала игры. Инструкция: участники становятся в круг. Все держат руки впереди себя «ковшиком». Ведущий бросает кому-либо из круга мячик, называя его имя. Получив мяч и перебросив его другому, игрок убирает руки за спину: каждый получает мяч только один раз. Последний бросает мяч ведущему, а тот снова вводит его в игру в такой же очередности по кругу, чтобы воспроизвелась цепочка бросков. Можно бросать мяч в обратной последовательности.

3. Работа по теме. Мини лекция «Что такое эмоции». Какие бывают чувства» Закрашивание человечков чувств. Осознание чувств, знакомство с диапазоном чувств. Ощущение чувств собственным телом. Данные упражнения могут затрагивать глубокие личностные процессы.

4. Разминка «Переманивания». Учащиеся образуют два круга – внешний и внутренний. У каждого участника из внешнего круга есть пара из внутреннего.

Участник без пары должен, без помощи слов переманить к себе участника внутреннего круга, чтобы образовалась пара. Цель: развитие навыков установления невербального контакта, открытых отношений между членами группы, внимания друг к другу.

- Работа по теме. Мысли чувства и поведение. Игра «Обозначь ситуацию» Выработка навыка различать мысли чувства и поведение. Цель: (умение различать мысли, эмоции и поведение)

Инструкция : Читая список ситуаций, попробуйте разделить: «Мысли», «Чувства» и «Поведение» , то есть, обозначьте ситуации так: «я думаю», «я чувствую», «я делаю»:

- Ты пробуешь разные способы решения уравнения ..
- Ты радуешься хорошей отметке..
- Ты волнуешься перед экзаменом..
- Ты отвечаешь на вопросы теста..
- Ты решаешь, куда пойти учиться..
- Ты едешь с инструктором в учебном автомобиле..
- У тебя потеют ладони, когда ты здороваешься с девушкой..
- Ты обедаешь в столовой..
- Ты выбираешь компьютерную игру в магазине..
- Ты моешься в душе..
- У тебя холодеет спина при мысли о визите к стоматологу..
- Ты включаешь свет в комнате..
- Ты бежишь по дорожке стадиона..
- Ты решаешь, как лучше обогнать бегущего впереди..
- Ты злишься, что он тоже «прибавил ходу» и.т. д.

5. Завершение «Повтори упражнение» Обмен чувствами. Сплочение, навык невербальной рефлексии.

Занятие 4. «Выражай свои чувства»

Цель: обучение выражению чувств и пониманию эмоционального состояния других людей по невербальным признакам. Развитие наблюдательности.

План проведения:

1. Начало работы. Обмен чувствами. Вхождение в атмосферу группы
2. Разминка «Путаница» Сплочение группы, мобилизация. Упражнение может затянуться.

Ход упражнения: Участники встают в круг и протягивают правую руку к центру. По сигналу ведущего каждый игрок находит себе «партнера по рукопожатию» (число игроков должно быть четным). Затем все вытягивают левую руку и также находят себе «партнера по рукопожатию» (очень важно, чтобы это не был тот же самый человек). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т.е. снова выстроиться по кругу, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить, запретив всякое словесное общение.

3. Работа по теме. «Выражение чувств» обсуждение. Тренировка невербального выражения чувств, умение определять чувства другого человека. Участникам может быть трудно, отгадать чувства небольшой интенсивности (удовольствие, растерянность, огорчение.). Инструкция: участникам предлагается задуматься над ответом на вопрос: «Есть ли абсолютно бесполезные эмоции и чувства?» и «Есть ли однозначно полезные эмоции и чувства?». Далее предлагается разделиться на группы по 3 — 5 человек и исследовать два состояния: любовь и раздражительность. Группа должна определить пользу и возможный вред этих двух чувств. Затем организовывается групповое обсуждение.

4. Разминка «Назови число» Мобилизация внимания, разрядка, сплочение группы. Каждый из участников, поочередно выступая в роли водящего, называет любое число от 1 до числа, равного количеству участников в группе. Должно одновременно

встать столько человек, какое число названо. Если это удалось, то водящим становится следующий участник, если не удалось — прежний водящий называет новые числа до тех пор, пока задание не будет выполнено.

5. Работа по теме «Нарисуй чувство» Обучение выражению чувств через изобразительную деятельность. Музыка, краски, бумага.

6. Завершение Обсуждение занятия, обмен чувствами Формирование навыка рефлексии.

Занятие 5. Понятие агрессии. Конструктивная и неконструктивная агрессия. Отличие агрессии от уверенного поведения. Способы выражения агрессии.

Цель: Сформировать установку на неагрессивное общение. Обучить распознаванию собственной агрессии и агрессии других людей. Обучить способам разрядки чувств, провоцирующих агрессивное поведение.

План проведения:

1. Начало занятия «Здравствуйте». «Сегодня я пришес с..».

2. Разминка «Выбрасывание пальцев» Сплочение группы, повышение настроения, снижение напряженности и скованности

3. Работа по теме 10 плюсов и 10 минусов агрессивного поведения. дискуссия. Осознание того, какие функции выполняет агрессивное поведение, для чего оно необходимо, и какие опасности оно влечет. Инструкция: «Вытяните вперед одну руку, зажатую в кулак. По моему хлопку «выбросьте» из кулака несколько пальцев. Игра заканчивается только тогда, когда все участники «выбросят» одинаковое количество пальцев. Во время упражнения нельзя разговаривать».

4. «Ассертивность равно агрессивное поведение»? Работа по теме. «Уверенное, неуверенное поведение, агрессивное поведение». Ролевые игры. Различение уверенного и агрессивного поведения. Осознание участниками привычных поведенческих реакций в трудных ситуациях. Карточки с ситуациями Ролевые игры могут занять гораздо больше времени.

5. Завершение. Обмен чувствами. Формирование навыка рефлексии

6. Занятие

Занятие 6. «Я-Ресурс»

Цель: привлечь внимание к своему Я. Сформировать установку на положительное отношение к своему Я. Найти в себе ресурсы (сильные стороны).

План проведения:

1. Начало работы «Повтори движение.» Обмен чувствами. Вхождение в атмосферу группы. Сплочение.

2. Разминка «Мой навык сбора». Один участник встает и показывает без слов как он собирается туда, где он себя чувствует комфортно, а участник слева озвучивает его действия. Данное упражнение помогает снизить эмоциональное напряжение, повысить настроение и актуализировать состояния предвкушения пребывания вместе где человек чувствует себя успешным и востребованным.

3. Работа по теме «Карта моей души». Формирование Я-концепции, возможность побыть с самим собой, формирование более глубокого отношения друг к другу. Упражнение может быть трудным для подростков с недостаточным уровнем развития творческих способностей. Описание упражнения: Участников просят нарисовать карту своей души, представив ее произвольным образом, например, в виде земного шара, материка, острова или чего-то еще. Необходимо дать название объектам, находящимся на карте.

4. Завершение «Какого вы цвета» Рефлексия через цветное восприятие.

Занятие №7. «Конфликт и способы выхода из него».

Цель: культивировать навыки разрешения конфликтных ситуаций.

План проведения:

Вводная часть. Обмен чувствами. Вхождение в атмосферу группы.

Упражнение 1: «Конфликт это...». Каждый по очереди высказывается что для него конфликт. Это позволят сложить об общей картине представлений о конфликтах у учеников.

Упражнение 2: Мини-лекция «Конфликты почему они происходят».

Конфликтом можно назвать трудные диалоги, которые характеризуются расхождением во мнениях, высокими ставками (интересами) и высоким уровнем эмоционального напряжения. Обсуждение способов их разрешения, культивирования установок на конструктивное решение.

Упражнение 3: «Навык ненасильственного общения». Обсуждение с подростками формулы ненасильственного общения (что ты сделал – как я себя тогда чувствовал – какие мои потребности были нарушены – что я хочу, чтобы ты сделал в связи с этим). Ролевое проигрывание исходя из представленной схемы общения. Данное упражнение направленно на усиление понимание своих эмоции, потребностей и нарушения личностных границ. А также проигрывание способа выражения всего этого, в такой форме чтобы это не являлось оскорблением, но при этом было достаточно информативно для собеседника. При использовании данного метода можно избежать эскалации конфликтов, и решить проблему в самом ее истоке.

Обсуждение. Рефлексия.

Занятие №8. «Завершение работы».

Цель: выражение благодарности ученикам за их усердную работу. Обсуждение результатов и подведение итогов.

План проведения:

Вводная часть Обмен эмоциями от проделанной работы. Обсуждение с учениками как они могут применять полученные знания и навыки в дальнейшей жизни.

Упражнение 1: «Что-то новое». Подростки изображают на холсте интегративное-новое что они приобрели за время занятий. Это способствует сплочению и актуализации в изобразительной форме полученных знаний.

Упражнение 2: «Чемодан». Опыт получения и выражения позитивной обратной связи. Возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу.

Один участник выходит из комнаты, а остальные начинают «собирать ему в дальнюю дорогу чемодан». В этот «чемодан» складывается то, что, по мнению группы, поможет данному человеку в общении с людьми, то есть те положительные качества, которые группа особенно ценит в этом человеке. Но обязательно «уезжающему» напоминает о том, что будет мешать ему в дороге – то есть о его отрицательных качествах, с которыми необходимо работать, чтобы его жизнь стала более приятной и продуктивной.

Для проведения этой большой и сложной работы необходимо выбрать «секретаря», который на листе бумаги будет записывать для каждого участника (вышедшего из комнаты) все положительные и отрицательные качества, названные группой. Мнение того или иного участника должно быть поддержано большинством. Только после прямого голосования оно вписывается «секретарем» в лист участника. При наличии возражений, сомнений лучше воздержаться от спорной записи, но если кто-то настаивает, можно записать названное качество, обязательно указав автора особого мнения.

Для хорошего чемодана необходимо не менее 5-7 характеристик, отрицательных и положительных. Затем участнику, который выходил из комнаты и все время, пока группа работала, собирая ему «чемодан», отсутствовал, зачитывается и передается этот список. У него есть право задать любой вопрос, если что-то ему непонятно из того, что написал «секретарь».

Выходит следующий участник (по мере психологической готовности), и вся процедура повторяется (до тех пор, пока вся группа не получит свои «чемоданы»).

Упражнение 3: «Если упала звезда, значит это кому-нибудь нужно». Ребята делают объемные звезды из цветной бумаги. Подписывают на них имена (тех, кто участвовал) и прикрепляют маленькую записочку, на которой отражают за что они благодарны непосредственно данному участнику. Данное упражнение дает возможность поблагодарить каждого и получить благодарность в ответ. Проявление доброты на последнем занятии не только необходимо для сплочения, но и позволяет проявить дружелюбие к близкому вместо агрессии. Это и будет символом завершения коррекционной работы.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты исследования агрессивного поведения у старших подростков в условиях сельской школы при реализации коррекционной программы

Таблица 7–Результаты диагностики уровня агрессивного поведения старших школьников в условиях сельской школы после коррекции по методике диагностики состояния агрессии (Опросник А. Басса – А. Дарки)

№ п\п	Ф.И.	Пол	ФА	КА	Р	Н*	О*	П*	ВА*	ЧВ*
1	Б.Е.	М	6	6	5	3	5	6	7	7
2	В.А.	М	7	5	2	2	5	7	9	9
3	В.Г.	Ж	8	7	8	3	3	3	10	7
4	В.Л.	Ж	7	1	4	2	2	4	6	7
5	Г.Е.	Ж	10	2	5	1	5	5	5	5
6	Д.А.	Ж	4	1	9	1	6	5	5	6
7	Д.И.	М	5	6	6	2	6	6	6	7
8	Д.У.	М	6	6	7	3	5	4	6	6
9	К.Е.	Ж	8	3	5	3	5	6	6	2
10	К.К.	Ж	7	1	8	1	2	4	5	5
11	М.А.	М	5	2	6	3	4	2	6	4
12	Н.Е.	М	9	2	8	3	4	4	9	7
13	О.А.	М	6	9	6	2	6	5	6	8
14	П.В.	Ж	6	6	6	2	5	2	7	6
15	Р.А.	Ж	7	5	5	2	3	6	8	6
16	Р.А.	Ж	6	5	5	2	4	3	7	5
17	С.А.	Ж	5	5	6	3	4	1	8	7
18	С.В.	Ж	7	6	7	3	5	5	9	6
19	С.С.	М	7	7	6	3	6	6	8	5
20	С.Т.	Ж	8	7	8	4	4	4	7	4
21	Т.Е.	М	5	5	3	2	2	6	9	9
22	Т.И.	Ж	6	4	7	2	6	4	9	5

ФА* – физическая агрессия
 КА* – косвенная агрессия
 Р* – раздражительность
 Н* – негативизм; О* – обида
 П* – подозрительность
 ВА* – вербальная агрессия
 ЧВ* – чувство вины

Таблица 8–Дифференциация индекса агрессивности и враждебности по А. Басса – А. Дарки после проведения коррекции

№ п\п	Ф.И.	Пол	Индекс агрессивности до	Индекс агрессивности после	Индекс враждебности до	Индекс враждебности после
1	Б.Е.	М	24 – норма	18 – норма	12 – выше нормы	11 – выше нормы
2	В.А.	М	27 – выше нормы	18 – норма	12 – выше нормы	12 – выше нормы
3	В.Г.	Ж	28 – выше	26 – выше	6 – норма	6 – норма

			нормы	нормы		
4	В.Л.	Ж	24– норма	17 – норма	6 – норма	6 – норма
5	Г.Е.	Ж	24 – норма	20– норма	10 – норма	10 – норма
6	Д.А.	Ж	27 – выше нормы	18– норма	11 – выше нормы	11– норма
7	Д.И.	М	25– норма	17– норма	16 – выше нормы	12 – норма
8	Д.У.	М	23– норма	19 – норма	9 – норма	9 – норма
9	К.Е.	Ж	23 – норма	19 – норма	11 –выше нормы	11 – выше норма
10	К.К.	Ж	28 – выше нормы	20 – норма	4 – норма	6 – норма
11	М.А.	М	25– норма	17– норма	5 – норма	6 – норма
12	Н.Е.	М	26 – выше нормы	26–выше нормы	8 – норма	8 – норма
13	О.А.	М	25 – норма	18– норма	11 – выше нормы	11 – выше нормы
14	П.В.	Ж	24 – норма	19 – норма	7 – норма	7 –норма
15	Р.А.	Ж	24 – норма	20 – норма	9 – норма	9 – норма
16	Р.А.	Ж	22 – норма	18 – норма	9 – норма	7 – норма
17	С.А.	Ж	18 – норма	19– норма	5 – норма	6 – норма
18	С.В.	Ж	27 – выше нормы	23 – норма	12 – выше нормы	10 – норма
19	С.С.	М	27 – выше нормы	21 – норма	12 – выше нормы	12 – выше нормы
20	С.Т.	Ж	22 – норма	23– норма	11 – выше нормы	8 – норма
21	Т.Е.	М	26 – выше нормы	17– норма	11 – выше нормы	8 – норма
22	Т.И.	Ж	21– норма	22– норма	12 – выше нормы	10 – норма
			Нормальный: 64% (14 чел.) Высокий: 36% (8 чел.)	Нормальный: 91% (20 чел.) Высокий: 9 % (2 чел.)	Нормальный: 50% (11 чел.) Высокий: 50% (11 чел.)	Нормальный: 77% (17 чел.) Высокий: 23% (5 чел.)

Таблица 9 – Результаты диагностики уровня агрессивного поведения старших школьников в условиях сельской школы после коррекции по тесту агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)

№ п/п	Ф.И.	Пол	ВА*	ФА*	ПА*	ЭА*	СА*	Итого
1	Б.Е.	М	4	4	3	3	3	17
2	В.А.	М	4	4	3	3	4	18
3	В.Г.	Ж	4	4	3	3	3	17
4	В.Л.	Ж	3	3	2	3	3	14
5	Г.Е.	Ж	3	4	3	3	3	16
6	Д.А.	Ж	3	2	3	4	3	15
7	Д.И.	М	3	4	3	3	3	16
8	Д.У.	М	4	3	3	3	4	17
9	К.Е.	Ж	3	3	3	3	3	15

10	К.К.	Ж	3	4	3	4	3	17
11	М.А.	М	5	4	5	5	5	24
12	Н.Е.	М	3	3	2	3	3	14
13	О.А.	М	5	4	5	5	5	24
14	П.В.	Ж	5	5	5	5	4	24
15	Р.А.	Ж	5	5	5	5	4	24
16	Р.А.	Ж	5	4	5	5	5	24
17	С.А.	Ж	3	3	3	3	3	15
18	С.В.	Ж	3	4	3	4	3	17
19	С.С.	М	5	5	5	5	2	22
20	С.Т.	Ж	3	3	3	3	3	15
21	Т.Е.	М	4	4	3	3	3	17

Продолжение таблицы 10

22	Т.И.	Ж	4	4	3	3	4	18
Общее число испытуемых			Средний: 100% (22 чел.)					

- ВА* – вербальная агрессия
ФА* – физическая агрессия
ПА* – предметная агрессия
ЭА* – эмоциональная агрессия
СА* – самоагрессия

Таблица 10 – Результаты диагностики уровня агрессивного поведения старших школьников в условиях сельской школы после коррекции по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях»

№ п/п	Ф.И.	Пол	Результаты до	Результаты после
1	Б.Е.	М	39 – средний	35 – низкий
2	В.А.	М	35 – низкий	35 – низкий
3	В.Г.	Ж	39 – средний	39 – средний
4	В.Л.	Ж	41 – средний	41 – средний
5	Г.Е.	Ж	34 – низкий	39 – средний
6	Д.А.	Ж	38 – средний	38 – средний
7	Д.И.	М	39 – средний	35 – низкий
8	Д.У.	М	35 – низкий	38 – средний
9	К.Е.	Ж	41 – средний	41 – средний
10	К.К.	Ж	42 – средний	38 – средний
11	М.А.	М	45 – высокий	38 – средний
12	Н.Е.	М	40 – средний	40 – средний
13	О.А.	М	36 – средний	36 – средний
14	П.В.	Ж	41 – средний	41 – средний
15	Р.А.	Ж	41 – средний	34 – низкий
16	Р.А.	Ж	40 – средний	38 – средний
17	С.А.	Ж	33 – низкий	38 – средний
18	С.В.	Ж	40 – средний	35 – низкий
19	С.С.	М	41 – средний	38 – средний
20	С.Т.	Ж	38 – средний	38 – средний
21	Т.Е.	М	35 – низкий	35 – низкий
22	Т.И.	Ж	40 – средний	34 – низкий

Общее число испытуемых	Низкий: 23% (5 чел.)	Низкий: 32% (7 чел.)
	Средний: 72% (16 чел.)	Средний: 68% (15 чел.)
	Высокий: 5% (1 чел.)	Высокий: 0% (0 чел.)

Таблица 11–Расчета T- критерия Вилкоксона

N	"До"	"После"	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер разности
1	24	18	-6	6	12.5
2	27	18	-9	9	20
3	28	26	-2	2	4
4	24	17	-7	7	14.5
5	24	20	-4	4	7.5
6	27	18	-9	9	20
7	25	17	-8	8	17
8	23	19	-4	4	7.5
9	23	19	-4	4	7.5
10	28	20	-8	8	17
11	25	17	-8	8	17
12	26	26	0	0	-
13	25	18	-7	7	14.5
14	24	19	-5	5	11
15	24	20	-4	4	7.5
16	22	18	-4	4	7.5
17	18	19	+1	1	2
18	27	23	-4	4	7.5
19	27	21	-6	6	12.5
20	22	23	+1	1	2
21	26	17	-9	9	20
22	21	22	+1	1	2
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					231