



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения  
подростков 14-15 лет

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

Проверка на объем заимствований:

58,22 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

« 1 » июня 2021 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева Ольга Александровна

Выполнила:

студентка группы ОФ-410/227-4-1

Мичейко Зинаида Владимировна

Научный руководитель: кандидат  
психологических наук, доцент кафедры  
ТиПП

Шаяхметова Валерия Каусаровна

Челябинск

2021

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ	
1.1. Понятие «агрессивность» в психолого-педагогической литературе.....	6
1.2. Возрастные особенности проявления агрессивного поведения у подростков 14-15 лет.....	14
1.3. Теоретическое обоснования модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.....	23
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ	
2.1. Этапы, методы и методики исследования.....	33
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов.....	40
ГЛАВА 3. ОПЫТНО – ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ	
3.1. Психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.....	47
3.2. Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	56
3.3. Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.....	62
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	72
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	77
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики агрессивного поведения подростков 14-15 лет .....	79
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования агрессивного поведения подростков 14-15 лет.....	100
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.....	102
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.....	112

## ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе рост агрессивных тенденций в подростковой среде составляет огромную социальную проблему нашего общества. Криминалисты отмечают, что в старшем школьном возрасте наблюдается пик групповых драк, которые носят ожесточенный характер, резкий рост числа хулиганств. Это обуславливается тем, что подросток чаще всего не видит иного выхода из некоторых ситуаций, кроме драки, или, по крайней мере, словесных угроз. Тем более что для некоторых подростков агрессивность является утверждением себя в глазах окружающих людей.

Большинство детей подросткового возраста проявляют те или иные формы агрессии. Однако хорошо известно, что в определенной категории детства агрессия как постоянная форма поведения не только сохраняется, но и развивается, делая ее постоянным качеством человека. В результате чего снижается производственный потенциал подростка, снижается его способность общаться на высоком уровне, искажается его личностное развитие. Агрессивный подросток несет с собой много проблем для окружающих людей и для самого себя.

В последние годы значительно возрос научный интерес к проблеме подростковой агрессии. В зарубежной психологии проблему агрессии изучали Р. Бэрн, К. Лоренц, Д. Ричардсон, З. Фрейд, Э. Фромм и другие. У ученых и практиков западной психологии предмет агрессии и агрессивности находится под пристальным вниманием. Существует большое количество теоретических понятий, объясняющих эти явления, многочисленные экспериментальные исследования, а также множество психотерапевтических школ, которые сталкиваются с проблемой агрессивного поведения в подростковом возрасте.

Тема «агрессивного поведения старших подростков» в отечественной психологии долгое время не получала должной разработки

и была закрыта. Публикации на тему «агрессивного поведения старших подростков» представляют собой главным образом обзор зарубежных исследований.

В отечественной науке проблему агрессивного поведения старших подростков в той или иной степени затрагивают в своих исследованиях, Г. Э. Бреслав, В.И. Долгова, Е.В. Змановская, С. Л. Колосова, Н. М. Платонова, А.Н. Романин, М.И. Станкин, И. А. Фурманов и др.

Остаются открытыми важные вопросы, касающиеся характера и происхождения агрессии, несмотря на значительное число исследований, и монографий по этой теме. Ученые разных направлений предлагают разные подходы к определению сущности агрессивного поведения и его психологических механизмов. При всех различных интерпретациях этого явления агрессия обычно понимается как умышленное причинение психического или физического вреда другому человеку.

Актуальность данной проблемы определила формулировку темы нашего исследования «Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков 14-15 лет».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Объект исследования: агрессивное поведение подростков.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Гипотеза исследования: уровень агрессивного поведения может измениться в результате разработки модели и реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Для достижения цели, были поставлены следующие задачи:

1. Рассмотреть понятие «агрессивность» в теоретических исследованиях.

2. Выявить возрастные особенности проявления агрессивного поведения у подростков 14-15 лет.
3. Разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет
4. Определить этапы, определить методы и методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.
7. Провести анализ результатов формирующего эксперимента.
8. Составить психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по коррекции агрессивного поведения у подростков 14-15 лет.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические методы: анализ психолого-педагогической литературы, синтез, сравнение, систематизация, обобщение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, опросник, проективный тест. В квалификационной работе были использованы следующие методики: методика диагностики агрессивности А. Ассингера, Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука», разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера.

3. Методы математической статистики (Т-критерий Вилкоксона).

Экспериментальная база исследования: МОУ Гимназия № 1 г. Челябинска. В исследовании принимали участие учащиеся 9-го класса, в количестве 21 человек.

## **ГЛАВА I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ**

## 1.1 Понятие «агрессивность» в психолого-педагогической литературе

В психолого-педагогической литературе термином «агрессия» обозначают атакующее, напористое, доминирующее и вредоносное поведение, объединяющее такие различные по форме и результатам акты поведения, как злые шутки, сплетни, враждебные фантазии, деструктивные формы поведения, вплоть до убийств и самоубийств. В толковом словаре современного русского языка С.И. Ожегова дается следующее определение: агрессия - это открытая враждебность, вызывающая враждебность. Пол Робер в словаре французского языка определяет агрессию как нападение на индивида с использованием силы. Оксфордский словарь английского языка раскрывает термин «агрессия» как не спровоцированное нападение на индивида.

На текущий момент времени различными авторами предлагается множество определений понятию «агрессия», ни одно из которых не является исчерпывающим и общеупотребительным. Изучение основных подходов и тенденций к определению термина «агрессия», «агрессивность» целесообразно начать с обзора исследований в зарубежной психологии.

Американскими психологами Д. Кречем и Р. Кратчфилдом было предложено понятие агрессии как любой вид поведения, приносящий вред другому.

Немецкий психолог К. Бютнер рассматривает агрессию как «акты поведения, оскорбляющие, ранящие партнера и даже направленные на его уничтожение» [цит. по 1, с. 153].

Под агрессией понимается стремление к самоутверждению, сильная активность. Р. Бэрон, Д. Ричардсон исследуют агрессию как «любую форму поведения, нацеленную на оскорбление или причинения вреда

другому живому существу, не желающему подобного обращения» [5, с. 74].

Агрессия – представляет собой приспособление, вследствие которых данные инстинктивные тенденции следуют в иной объект, и в главную очередность в людей с целью их покорения либо завоевания. Затем многие психоаналитики отошли с фрейдовских абсолютно всех агрессивности и начали анализировать и биологическую, и социальную сторону агрессивности. К примеру, согласно А. Адлеру, агрессивность считается необходимым качеством сознания, организующим деятельность [цит. по 45, с. 28].

По мнению Г. Паренса агрессия – это злобное, неприятное поведение, которое причиняет боль окружающим [цит. по 45, с. 28].

Арнольд Герберт Басс предложил классическое определение агрессии, которое характеризует агрессию как «реакцию, наносящую вред другому организму» [цит. по 14, с. 57].

Рассмотрев различные подходы к понятию «агрессия», мы определяем для себя, что агрессия - это форма поведения, направленная на оскорбление и причинение вреда другому человеку (Р. Бэрн, Д. Ричардсон).

Далее рассмотрим понятие «агрессивность».

Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон несколько иными словами трактуют данное понятие: «Агрессивность – относительно устойчивая черта личности, выражающаяся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное» [5, с. 156].

Психолог С.Н. Еникополов в соответствии со своими представлениями определяет термин «агрессивность» как: «личностная характеристика, приобретенная и зафиксированная в процессе развития личности на основе социального научения и заключающаяся в агрессивных реакциях на различные рода раздражители» [цит. по 8, с. 89].

Решающее значение в развитии агрессивности свойственно индивидуальным, личностным детерминантам. Индивидуальные, личностные детерминанты определяются как неизменные черты характера и склонности. Индивидуальные детерминанты агрессивности играют важную роль в личностном развитии человека. Поэтому появляется необходимость обратить внимание на индивидуально-личностный аспект развития агрессии.

Проблемой агрессии в отечественной педагогике и психологии занимались: Л.С. Выготский, С.Я. Рубинштейн, П.Я. Гальперин Л.И. Божович, М.М. Кольцова, В.С. Мухина, Т.А. Комиссаренко, Н.Д. Левитон и др.

Л.И. Божович, М.М. Кольцова, В.С. Мухина, Т.А. Комиссаренко, М.И. Лисина уделяли большое внимание разработке способов преодоления агрессии.

А.А. Реаном было утверждено, что «человеческая агрессивность есть поведенческая реакция, характеризующаяся проявлением силы в попытке нанести вред или ущерб личности, или обществу» [38, с. 3].

Б.Г. Мещеряковым и В.П. Зинченко были суммированы и конкретизированы оба подхода. По мнению Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко, агрессия - «мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт» [цит. по 3, с. 32].

И.Б. Бойко и Т.Г. Румянцева рассматривают агрессию как форму социального поведения, реализуемого в контексте социального взаимодействия, но поведение будет агрессивным в двух случаях: при губительных для жертвы последствиях, и при нарушении норм поведения. Другие авторы под агрессией понимают стремление к подчинению себе других людей либо обладанию объектами. То есть агрессия ими понимается как акт присвоения, насильственного овладения материальным

либо идеальным объектом. В рамках данного представления о человеке судят как об агрессивном, если он имеет стремление к лидерству, к власти и т.п.[цит. по 15, с.64].

Кпримеру, Л.М. Семенюк говорит об агрессии как о физическом действии либо угроза такого действия со стороны одной особи, уменьшающие свободу либо генетическую приспособленность другой особи [цит. по 16, с. 257].

В психологическом словаре определение агрессии звучит так: «Агрессия – мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящий вред одушевленным и неодушевленным объектам нападения, приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психический дискомфорт» [43, с. 16].

В современной психологии термину «агрессия» придают более универсальное значение. Речь идет о таком состоянии, которое может включать в себя не только прямое нападение, но и угрозу, желание напасть, враждебность. Состояние агрессии может быть внешне ярко выражено, например, в драчливости, грубости, «задиристости», а может быть более «затаенным», имея форму скрытого недоброжелательства и озлобленности. Внешне кажущаяся агрессивной реакция может быть на самом деле не такой, например, когда ребенок, как говорится, «дает сдачи» [26, с.36].

А.С. Подопригорапредлагает следующее определение: «агрессия - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности)» [цит. по 25, с.77].

Продолжая раскрывать содержание феномена агрессии, рассмотрим его функции и разновидности.

Функции:

1. Агрессия как способ социального воздействия (любые формы выражения агрессивных тенденций в поведении, так или иначе, оказывают влияние на других людей).

2. Агрессия как закрепленная модель поведения, механизм формирования, который обусловлен частым положительным подкреплением агрессивных реакций.

3. Агрессия как ответ на фрустрацию. Э. Фромм говорил о том, что «филогенетически запрограммированная агрессия, как она существует и у животных, и у человека, является биологически адаптивной, защитной реакцией».

4. Агрессия как средство управления впечатлением (ссылаясь на результаты своих исследований, Ганс Тох утверждал наличие положительных корреляционных отношений между уровнем агрессии и значимостью производимого на других людей впечатлений) [цит. по 36, с.91].

Ученые и специалисты в области психологии раскрывают преимущественно встречающиеся основания для агрессивных проявлений в поведении подростков. К ним относятся: стремление получить желаемый результат, заполучить внимание окружающих людей, желание мести и защиты, способность к лидерству, возможность к самовыражению своей индивидуальности[4, с.112].

Агрессивное поведение не всегда подразумевает разрушение или действие, приводящее к негативному финалу. Агрессивные реакции, как таковые, реализуют функцию выживания в конкурентной среде. Благодаря им человек может добиться желаемого. Тем не менее, такой вариант использования подобных паттернов не самый частый. То и дело агрессивное поведение провоцирует столкновения, враждебность

вкраивается в структуру личности, способность к приспособлению падает, особенно у детей. Человек с раннего возраста начинает познавать разрушительные последствия агрессии. И чем быстрее он усвоит необходимость контролировать данные импульсы, тем легче ему будет приспособиться к социуму. Генетически агрессия вызвана хромосомами Y. Такие случаи встречаются среди мальчиков[1, с.162].

Психологические причины агрессивного поведения детей:

- слабая способность к саморегуляции;
- низкий интеллект и неразвитые коммуникативные навыки;
- невозможность установить нормальные отношения со сверстниками;
- низкая самооценка;
- недоразвитие игровой активности.

По направлению агрессивность подросткового возраста может подразделяться на гетероагрессию, это выражается в деструктивном поведении по отношению к окружающим людям. И аутоагрессию, подразумевающую проявления деструктивных форм поведения на самого себя. Самоубийство признается последней стадией аутоагрессии [11, с.89].

Подростки проявляют реактивную агрессию, то есть отвечают на какой-либо раздражитель, и выражают спонтанную агрессию, иными словами, внутреннее сопротивление при накопленных отрицательных эмоциях.

Агрессию можно разделить по целенаправленности. Видами целенаправленной агрессии являются: целевая и инструментальная. Целевая агрессия демонстрирует спланированный процесс по причинению ущерба и вреда другому объекту. Инструментальное агрессивное поведение является направлением для нанесения вреда и ущерба другому [9, с. 64].

Для любого человека проявление агрессивного поведения является естественным, тем не менее, и приобретает столь замысловатые формы.

Другими словами помимо прямой агрессии, существует более сложный вид ее проявления – косвенная агрессия.

При прямой агрессии наши враждебные импульсы будут устремлены на объект которой стал причиной наших негативного переживания. Но человек живет в социуме и не всегда его импульсам дозволено проявляться в сторону раздражителя. Представим ситуацию, где начальник отчитывает подчинённого, разумеется, последний не может ответить в желаемой ему форме, так как за этим последуют неприятные последствия. Данный работник поступил рационально, его лобные доли головного мозга способны просчитать последствия его агрессивной реакции. Тем не менее, он испытал сильную фрустрацию и теперь чувствует себя плохо. Именно в таких состояниях может проявиться косвенная агрессия и человек сам того не понимая будет конфликтовать дома или с друзьями.

Также можно рассмотреть три формы проявления агрессивного поведения, а именно: физическое, вербальное и экспрессивное.

Последнее выражается в виде мимики, жестов, интонации и прочего, то есть невербально.

В противоположность этому существует и вербальная форма проявления агрессии, то есть посредством слов (угрозы и оскорбления).

Ну и самая эволюционно первая форма проявления агрессивных импульсов физическое причинение насилия[15, с.73].

Волевая сфера у детей развита не в полной мере. Это связано как с физиологическими процессами (нейроны в некоторых отделах головного мозга еще на стадии формирования), так и с еще недостатком опыта. Из-за того что процессы возбуждения превалируют над процессами торможения дети могут вести себя импульсивно (кричать, бросать предметы). Важно заметить, что часто это может быть сопряжено с недостатком внимания и демонстрация агрессивного поведения, лишь способ достижения цели [37, с.51].

В данной обстановке выражения агрессивности недолгосрочны и безжалостность не проявляется. В противном случае, когда такая агрессивность все-таки проявляется, подростки сталкиваются с проблемами в коммуникативной сфере с окружающими их людьми и группой сверстников. От других подростков – сверстников следует ожидать равнодушное отношение и бойкот [20, с.32].

Несоциализированное расстройство поведения сопровождается агрессивными проявлениями. У подростков наблюдается переменчивое эмоциональное поведение, безграничная возбужденность и повышенная тревожность. Данные факторы у них проявляются через словесную и физическую форму агрессии. Данные подростки не стремятся наладить межличностные взаимоотношения. Им сложно отследить причины собственных поступков. Из-за повышенного эмоционального напряжения у них часто возникает потребность его снять, и агрессивное поведение является одним из самых быстрых способов [26, с.90].

Применение человеком агрессивного поведения в жизни может происходить структурно, на одном или нескольких взаимосвязанных уровнях:

- 1) поведенческий (агрессивное поведение проявляется в агрессивных жестах, высказываниях, мимике и т.п.);
- 2) аффективный (в негативных эмоциях и чувствах);
- 3) когнитивный (проявляется в неадекватных представлениях и предубеждениях, установках, негативных ожиданиях);
- 4) мотивационный (сознательные и бессознательные стремления к агрессивным действиям).

Применяя агрессивное поведение, человек находится в агрессивном состоянии. Левитов Н.Д. выделяет компоненты агрессивного состояния, способствующие непосредственно благоприятному осуществлению агрессивных действий [цит. по 26, с.98]:

1) познавательный (ориентирует в ситуации, а также выделяет объект для направления агрессивных действий, отражает наступательные ресурсы человека);

2) эмоциональный (обеспечивает появление гнева, аффекта, ярости, которые ведут к утрате контроля над совершаемыми на данный момент действиями);

3) волевой (выражается в целеустремленности, решительности, инициативности и смелости для осуществления агрессивного действия).

Таким образом, в современной литературе наблюдается тенденция различать понятия «агрессия», «агрессивность», «агрессивное поведение». В то же время агрессия и агрессивное поведение рассматриваются как специфические формы активности и агрессии как собственность человека. Понятие агрессивности отличается от понятия враждебности. Враждебность - это просто отношение, готовность воспринимать и оценивать события определенным образом. Жестокость выделяется в особой категории как черта личности, рассматриваемая как свойство агрессии, особенно как склонность к жестоким формам агрессивного поведения.

## 1.2 Возрастные особенности проявления агрессивного поведения подростков 14-15 лет

Подростковый возраст являет собой переход от детства к взрослости. Именно поэтому данный период стоит рассматривать не только как очередной возрастной период, а, прежде всего, как особую фазу психического развития. Данный период включает в себя предшествующие фазы, которые Д.Б. Эльконин определяет, как раннее детство до 3 лет и детство до 10 лет [цит. по 19, с.43].

Представленные возрастные периоды можно представить, как единую фазу становления и развития собственно детства. После пубертатного периода человек вступает в психологически новую фазу,

подразумевающую активный процесс построения жизненных планов, а также их осуществление, определяется она как самостоятельная фаза юности, включающая два периода: первый — до 17 лет и второй — до 23 лет[цит. по 26,с.68].

Особенностью пубертатного периода является активизация психологической и социальной примерки различных моделей взаимоотношений другими с миром, постижение плюрализма возможностей построения собственной судьбы, проверка своих сильных сторон и определения границ личных и социальных ограничений. Очень важную роль в данном возрасте играет самопрезентация, поэтому это период экспериментов и поиска. В то же время нестабильный и богатый на внутриличностные конфликты период в жизни человека[21,с.245].

К окончанию изучаемого нам периода уже складываются коммуникативные умения, и навыки, после чего подросток способен устанавливать взаимоотношения в социуме, которые присуще для взрослых людей. В то же время данный период является критических в контексте личностной эволюции индивида, так как характерной спецификой подростка выступает внутренняя нестабильность, а именно дихотомия в стремлениях, желаниях, чертах характера и тенденций.

Подростковый период является весьма сензитивным в контексте ограничений самостоятельности, автономности и независимости[5,с.10].

Межличностная коммуникация и умение конструктивно решать конфликты на сегодняшний день и первое и второе претерпевает регрессию у подростков. Так как виртуальное и реальное общение строятся разных плоскостях, с психологической позиции подросток может быть не готов к увеличению реальных контактов[22,с.76].

Конфликт между виртуальным и реальным общением у подростка характерно отражается на его внутренних особенностях. Это может повлиять на гармонию в становлении самооценки, вызвать фрустрированность в межличностных взаимодействиях и недовольство

своим социальным статусом. Можно наблюдать также трудность или неспособность найти свидетельство своей самоофективности.

Такие конфликты имеют двойственную природу: они способны, с одной стороны, без профессиональной коррекции, стать причиной разного рода девиаций и привести к деструкции личностного развития, с другой - стимулировать к рефлексии, пониманию индивидуальной проблемы и породить конструктивное развитие[15,с.17].

Роль такогорода конфликтов двойка: они могут, с одной стороны, без должной коррекции, стать причиной разного рода девиаций и привести к деструкции личностного развития, с другой – побудить к рефлексии, осознанию индивидуальной проблемы и стимулировать конструктивное развитие.

Для подростков дихотомия в эмоциональном реагировании и поведении, а именно: возбуждение быстро переходит в апатию, снижение стремлений и желаний что-либо делать; застенчивость может перемежаться с великолепным красноречием; излишняя самоуверенность, догматизм может смениться на ранимость и неуверенность в себе; изоляция и полное нежелание кого-либо видеть переходит в неудержимую тягу к общению; романтические нежные настроения то и дело сочетаются с цинизмом и потребительским отношением; доброта и чувствительность сосуществуют с недетской жестокостью; уважение и восхищение теми или иными людьми может перейти к ненависти и обесцениванию; целеустремленность, настойчивость и импульсивность переходит в робость и нерешительность [16,с.65].

Характерной чертой подростка является любознательность, пытливость ума, стремление к новому, подросток желает узнать, как можно больше, при этом, не обращая внимания на то, что знания надо систематизировать.

Подростковый комплекс – это психологические особенности подросткового возраста проявлениями, которого являются: выраженная самонадеянность и догматичные суждения в отношении окружающих;

эмоциональность к оценке окружающих своей внешности; демонстративной независимости, борьбой с условиями, установленными правилами и распространенными идеалами; внимательность, порой сочетаемая со своего рода жесткостью; выраженная потребность быть признанным и оцененным другими[25,с.13].

«Подростковому комплексу» присущи свои поведенческие модели, неповторимые подростковые поведенческие паттерны, возникающие вслед за воздействиями окружающей среды.

Учитывая различные концепции, можно утверждать, что особенности проявления течения подросткового периода зависят от конкретных социальных обстоятельств жизни и развития подростка, его социальной позиции в мире взрослых. Решающая роль в его психическом развитии принадлежит прежде системе социальных отношений. Биологический фактор действует на подростка опосредованно—через социальные отношения с окружением.

Среди причин формирования агрессивного поведения подростков выделяют [63, с. 100]:

1) воздействие семьи, которое может проявляться в демонстрации и подкреплении моделей агрессивного поведения;

2) воздействие социального окружения: общение, игра и другие способы взаимодействия со сверстниками дают возможность подростку овладеть агрессивными реакциями;

3) влияние СМИ: картины насилия и агрессии могут пробудить в зрителях скрытые потребности и склонности, проявляющиеся в агрессивных идеях. Благодаря СМИ ребенок/подросток учится новым формам агрессивного поведения, ослабляются сдерживающие агрессивную энергию силы, так как чаще всего в фильмах герои, применяющие агрессию, не только не получают какое-либо наказание, но и оказываются в выигрыше. Также у подростков может постепенно вырабатываться толерантность к демонстрируемому насилию, что в дальнейшем приведет

к безразличному отношению к жертвам агрессии или же полному одобрению ими действий агрессора [22];

4) проявление личностных (биологических) особенностей ребёнка, например, реакция эмансипации, проявляющаяся в непереносимости критики или каких-либо суждений о себе со стороны общества. Из всех приведенных выше причин оказывающей наибольшее влияние на личность подростка является семья. Оказывая первичное воздействие на процесс социализации ребенка, именно родители закладывают некий фундамент будущей личности. И именно на данном этапе велик риск усвоения ребенком способов агрессивного поведения, ведь знания об агрессивных действиях не даются ребенку при рождении [23].

Неприязнь, нелюбовь со стороны родителей формируют у ребенка ощущение некой незащитности, которая, в свою очередь, стимулирует проявление агрессивного поведения [21].

Согласно А. Адлеру, причина подростковой агрессии исходит из детства, когда ребенок находится в зависимом от родителей положении, считается беспомощным и несамостоятельным. Такое положение может привести к болезненному переживанию своего «подчиненного» положения к более сильным людям, которое рождает чувство неполноценности. В результате может возникнуть установка на превосходство, способом достижения которой и является применение агрессивного поведения. [цит. по 7].

Важность первичной семейной социализации отмечается также в эпигенетической концепции Э. Эриксона: враждебность не является заложенной чертой личности ребенка, а связывается с процессом формирования доверия к окружающему миру на первом году жизни ребенка. То есть, если в детстве человека не было сформировано хотя бы базисное доверие к миру, высока вероятность формирования у него агрессивных форм поведения как защитных механизмов. Степень сформированности у ребенка чувства доверия к другим людям и

окружающему миру зависит от качества и объема получаемой им материнской заботы [62].

Говоря о воспитании, также следует упомянуть о воздействии воспитательных методов, выбранных родителями. Так, например, в семьях, непоследовательно предъявляющих требования к поощрительным проявлениям агрессии и применяющих суровые наказания за проявление агрессии против себя, чаще всего вырастают агрессивно настроенные дети [17].

Это происходит потому что, наказывая, родители демонстрируют пример непосредственно агрессивного поведения, во-первых. Во-вторых, наказание может привести к отчуждению, формируя негативное отношение к родителям. Также слишком сильное наказание способно вытеснить у ребенка причину применения данного метода воспитания, оставив лишь осадок переживаний [16].

Нельзя не сказать о влиянии на подростков такого сильного фактора, как компьютерные игры и Интернет. Компьютерные технологии сегодня безостановочно развиваются, становятся более доступными и привлекательными для подрастающего поколения. Наличие собственного, личного мира, полное абстрагирование от окружающих, возможность мгновенно исправить любую ошибку — эти и многие другие причины привлекают подростков, формируя у них компьютерную зависимость [11, с. 15], под которой М.С. Иванов понимает пристрастие к занятиям, связанным с использованием компьютера [цит. по 14, с. 7].

И действительно, влияние виртуальной среды на проявление агрессивных форм сильнее, чем влияние телепрограмм. Также исследователи отмечают наличие взаимосвязи между компьютерными играми и агрессивным поведением подростков [17].

Однако представители теории социального научения подчеркивают, что агрессия в подростковом возрасте есть не что иное, как социально обусловленное приобретенное поведение. Такое поведение

детерминировано и предсказуемо, так как формируется из-за неудовлетворенности подростков в любви и принятии. С помощью агрессивного поведения для подростков становится возможным реализовать свои нужды, например, во внимании, которое сопровождается выплески агрессивной энергии [25].

Но, несмотря на большое разнообразие факторов, не стоит говорить о преобладающем влиянии каких-либо из них на формирование агрессивного поведения. Стоит признать, что на агрессию действуют все типы факторов одновременно, так как происходит взаимное влияние друг на друга биологической и окружающей (социальной) среды [17].

Применение подростками агрессивного поведения неоднозначно и имеет свои особенности, проявляется по-разному у представителей мужского и женского пола. Исследования показывают, что применение физической агрессии и раздражения превалирует у мальчиков, в то время как у девочек преобладает такой вид агрессивного поведения, как подозрительность. В целом же для подросткового возраста характерно проявление негативизма и вербальной агрессии. Учет данного фактора является важнейшим условием для проведения успешной профилактической и коррекционной работы агрессивного поведения подростков в дальнейшем. Однако в зависимости от состояния потребностей, которыми руководствуются подростки, выбирая модель поведения, выделяют 4 общие группы агрессивных подростков [6, с. 54]:

1. Подростки, имеющие деформацию ценностей и отношений. Им свойственны эгоизм, равнодушие, цинизм, озлобленность, дерзость, драчливость. В их поведении преобладает физическая агрессивность.

2. Подростки с деформированными потребностями, обладающие какими-либо интересами. Они проявляют обостренный индивидуализм, применяют физическую силу ситуативно, против более слабых людей с целью занять более привилегированное положение.

3. Подростки, имеющие конфликт между деформированными и позитивными потребностями. Отличаются притворством, лживостью. В поведении преобладает косвенная и вербальная агрессия.

4. Подростки, отличающиеся слабо деформированными потребностями, отсутствием круга интересов, безволием, трусливостью и мстительностью. Для них характерно заискивающее поведение перед старшими и сильными товарищами. Преобладают вербальная агрессивность и негативизм. В одной из своих классификаций И.А. Фурманов выделил группы подростков на основе формы агрессивного поведения, а также характеристики поведения, присущие названным группам:

- подростки, склонные к демонстрации физической агрессии, характеризуются активностью, решительностью, целеустремленностью, ослабленным самоконтролем, желанием доминировать над другими с помощью демонстрации собственной силы. Для них не характерно совершать поступки, руководствуясь нравственными нормами, поэтому при взаимодействии с другими часто используют ложь и обман;

- подростки, склонные к вербальной агрессии, отличаются тревожностью, обидчивостью и вспыльчивостью, неуверенностью в себе и собственных силах. Они замкнуты и зажаты, однако в знакомом окружении способны активно проявлять себя;

- подростки, склонные к косвенной агрессии, импульсивны, слабовольны, обладают неразвитым самоконтролем. Для них чуждо проявление рефлексии, осмысление причин собственных действий. Такие подростки также имеют некую двойственность: с одной стороны, они решительны и упорны, однако с другой - демонстрируют повышенную уступчивость, чувствительность;

- подростков, склонных к проявлению негативизма чаще всего выдает эгоизм, чрезмерно завышенная самооценка, эмоциональность, они отличаются неконтактностью наравне с ранимостью и

впечатлительностью. Несмотря на определенные различия в поведении агрессивных подростков, связанных с преобладанием различных видов агрессивных реакций (вербальной или физической агрессии, раздражительности и т.п.), у них все же выделяются отдельные общие черты. К таким чертам могут относиться скудность ценностных ориентаций, в частности в области образования, непостоянность или полное отсутствие жизненных интересов, увлечений, которые могли бы стать способом разгрузки скопившейся агрессивной энергии [13, с. 31].

Но, как и любой вид поведения, агрессия влечет за собой определенные последствия. Д. Коннор выделяет следующие негативные следствия агрессивного поведения в подростковом возрасте [2, с. 38]:

- 1) поведенческие проблемы (нарушения правопорядка);
- 2) отрицательные последствия для психического здоровья (формирование суицидального и враждебного поведения, ослабление контроля над собственной раздражительностью);
- 3) ухудшение межличностных отношений и социальных навыков (проблемы в установлении и поддержании межличностных отношений, скудность социальных навыков);
- 4) снижение учебных и трудовых достижений (ухудшение учебных навыков, рост риска, ведущего к бросанию школы).

Таким образом, нами были рассмотрены особенности проявления агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Были приведены и охарактеризованы причины возникновения данного вида поведения, к которым могут относиться воздействие семьи, социальное окружение подростков, СМИ, а также личностные особенности. Мы установили типичные группы агрессивных подростков (подростки с деформацией ценностей и отношений, деформированными потребностями, но обладающие интересами, с деформацией потребностей и не имеющих интересов, с конфликтом потребностей). Также нами были выделены группы агрессивных подростков, классифицированных на основе

преобладающей формы агрессивного поведения (подростки, склонные к физической, вербальной, косвенной агрессии или негативизма), перечислены общие черты таких подростков, например, скудность ценностных ориентаций, непостоянность интересов. В заключении нами были представлены последствия агрессивного поведения в подростковом возрасте, к которым относятся поведенческие проблемы, ухудшения межличностных отношений, снижение достижений, проблемы с психическим здоровьем.

### 1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет

Моделирование – это процесс замещения объекта исследования его моделью и проведение исследования на модели с целью получения необходимой информации об объекте [15].

Модель – это физический или абстрактный образ моделируемого объекта для проведения исследований и позволяющий адекватно отображать интересующие исследователя физические свойства и характеристики объекта [77].

Первый этап моделирования – целеполагание.

Целеполагание – это совершение выбора либо одной, либо нескольких целей с определением параметров позволительных отклонений для контроля над процессом реализации идей. Нередко, разумеется, как практическое осознание своей собственной деятельности индивидом с позиции постановки целей и их осуществления (достижения) более выгодными средствами, как наилучший контроль над временным ресурсом, определенным деятельностью субъектов [27].

Целеполагание – это своеобразная первичная стадия управления, которая предусматривает постановку главной цели или комплекса целей, соответствующих назначению, стратегическим инструкциям (стратегическое целеполагание) и характером задач, которые нужно

разрешить [15].

Анализ психолого-педагогических исследований позволил разработать нам «дерево целей».

«Дерево целей» – метод структурирования целей по иерархическому принципу, включающий в себя высшую цель («крона дерева»), а также уровни подцелей («ветви дерева»)[7].

Концепция «дерева целей» впервые была предложена Ч. Черчменом и Р. Акоффом в 1957 году. Она позволяет человеку привести в порядок собственные планы, увидеть свои цели в группе. Независимо от того, являются ли они личными или профессиональными.

В том числе, «дерево целей» позволяет выявить, какие возможные комбинации обеспечат наилучшую отдачу. Термин «дерево» предполагает использование иерархической структуры (отстаршей к младшей), полученной путем деления общей цели на подцели.

Метод «дерево целей» ориентирован на получение относительно устойчивой структуры целей, проблем, направлений. Для достижения этого при построении первоначальной вариантструктуры следует учитывать закономерности целеобразования и использовать принципы формирования иерархических структур.

Этот метод широко применяется для прогнозирования возможных направлений развития науки, техники, технологий, а также для составления личных целей, профессиональных, целей любой компании. Так называемое «дерево целей» тесно увязывает между собой перспективные цели и конкретные задачи на каждом уровне иерархии. При этом цель высшего порядка соответствует вершине дерева, а ниже в несколько ярусов располагаются локальные цели (задачи), с помощью которых обеспечивается достижение целей верхнего уровня [14].

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

1. Определить теоретико-методологические предпосылки исследования агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

1.1 Исследовать понятие «агрессивность» в психолого-педагогической литературе.

1.2 Изучить возрастные особенности проявления агрессивного поведения у подростков 14-15 лет.

1.3 Теоретически обосновать модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

2. Организовать исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

2.1 Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2 Охарактеризовать выборку и провести анализ результатов.

3. Провести опытно – экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

3.1 Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

3.2 Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования.

3.3 Составить психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по коррекции самооценки подростков 14-15 лет.

В графическом виде «дерево целей» представлено на рисунке 1.

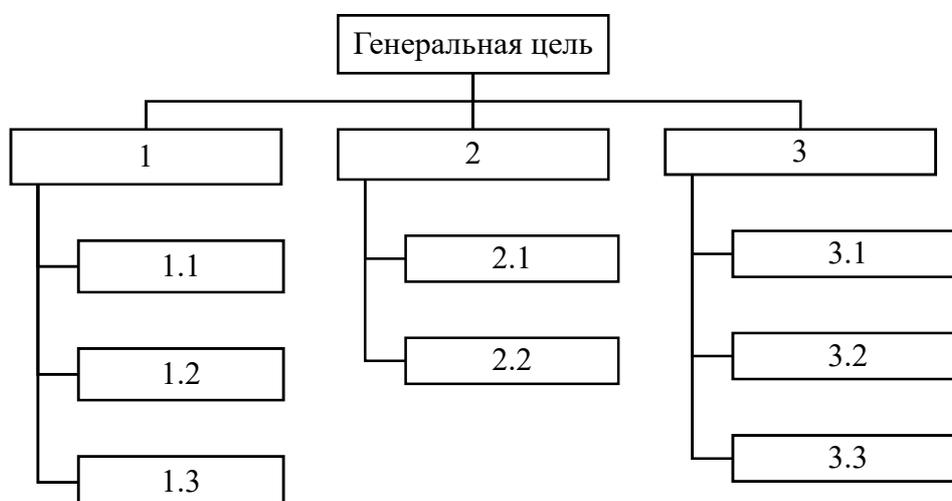


Рисунок 1 – «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции

## агрессивного поведения подростков 14-15 лет

Коррекция – система специальных и общепедагогических мер, направленных на ослабление или преодоление недостатков психофизического развития и отклонений в поведении детей и подростков.

Психологическая коррекция – направленное психологическое воздействие на определенные психологические структуры с целью обеспечения полноценного функционирования и развития индивида.

Психолого-педагогическая коррекция — это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития. Коррекционная работа также направлена на создание условий для полноценного психического развития каждого ребенка в образовательном учреждении и семье [40].

Эффективность и результативность психокоррекционной работы во многом определяется степенью соблюдения во время проведения коррекционных мероприятий основных психокоррекционных принципов.

Принцип единства диагностики и коррекции (Д.Б. Эльконин, И.В. Дубровина, Спиваковская А.С. и др.) является специфическим, лежащим в основе коррекционно-развивающей работы. Этот принцип реализуется в двух аспектах: во-первых, началу осуществления коррекционной работы обязательно должен предшествовать этап комплексного диагностического обследования с использованием набора психологических методик, направленных на изучение различных сторон психических процессов, свойств, личностных качеств и форм деятельности. На основе тщательного диагностического обследования составляется первичное заключение и формулируются цели и задачи коррекционно-развивающей работы. Во-вторых, в процессе коррекционно-развивающей работы необходим постоянный контроль динамики изменений личности, поведения,

деятельности, контроль динамики эмоциональных состояний клиента, его чувств и переживаний. Такой контроль позволяет внести необходимые коррективы в задачи коррекционно-развивающей программы, вовремя изменить и дополнить методы и средства психологического воздействия на клиента. Таким образом, диагностика и коррекция осуществляются практически одновременно на всем этапе работы [12].

Принцип нормативности развития предполагает рассмотрение последовательности сменяющихся друг друга возрастов. Коррекционная работа предполагает знание основных закономерностей психического развития на определенном возрастном этапе. Под нормальным развитием понимают гармоничное психическое развитие, соответствующее возрасту, при этом учитываются особенности социальной ситуации развития, уровень сформированности психологических новообразований, уровень развития ведущей деятельности. Коррекционно-развивающая работа должна быть ориентирована на норму нормального развития, но при этом нельзя подводить каждого ребенка до одинаковых показателей именно сейчас, в данный момент [13].

Принцип коррекции «сверху вниз» выдвинут Л.С. Выготским. Основным содержанием коррекционной деятельности является создание "зоны ближайшего развития" для клиента и ориентация на завтрашний день развития.

Принцип коррекции «снизу вверх» в качестве основного содержания коррекционной работы предусматривает упражнение и тренировку уже имеющихся психологических способностей.

Принцип системности (или единства коррекции и развития) отражает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач, учета психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития ребенка. Реализация принципа системности развития в коррекционной работе обеспечивает ее направленность на устранение причин и источников отклонения в психическом развитии и

позволяет не разворачивать в целом системы специальных коррекционных мероприятий.

Деятельностный принцип коррекции определяет выбор средств и способов достижения цели, тактику проведения коррекционной работы, пути и способы реализации поставленных целей. Коррекционное воздействие всегда осуществляется в контексте той или иной деятельности, являясь средством, ориентирующим активность клиента в трудных, конфликтных ситуациях. Основным направлением коррекционной работы является целенаправленное формирование обобщенных способов ориентировки клиента в различных сферах жизни и деятельности. Этот принцип предполагает организацию деятельности самого ребенка в сотрудничестве со взрослым [23].

Каузальный принцип психокоррекции направлен на устранение причин и источников трудностей и проблем психологического развития, и поведения ребенка. Сложная иерархия отношений между симптомами и их причинами определяют цели и задачи психолого-педагогической коррекции. Первопричина является стратегией психокоррекции.

Анализ психолого-педагогических исследований позволил разработать модель программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Охарактеризуем блоки модели:

1. Теоретический блок: изучить проблемупсихолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

2. Диагностический блок: провести диагностику агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Для этого мы используем следующие методики: методика диагностики агрессивности А. Ассингера, Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука», разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика»,

С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера.

3. Коррекционный блок. Цель: разработать и реализовать программупсихолого-педагогической коррекции агрессивного поведения,

Повторная диагностика проводилась по методикам: методика диагностики агрессивности А. Ассингера, Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука», разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера.

4. Аналитический блок. Цель: проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования и обработать результаты с помощью Т-критерия Вилкоксона. Составлены психолого-педагогические рекомендации родителям, педагогам.

**Цель:** теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

#### **Теоретический блок**

**Цель:** изучить проблему агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

**Методы:** анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, моделирование, целеполагание.

#### **Диагностический блок**

**Цель:** провести диагностику агрессивного поведения подростков 14-15 лет

**Методы:** констатирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика диагностики агрессивности А. Ассингера, Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука» С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского. Э. Вагнера.

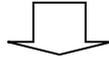


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет

Таким образом, составлено «дерево целей» и теоретически обоснована, и разработана психолого-педагогическая модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. «Дерево целей» подчиняется генеральной цели: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Психолого-педагогическая модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет состоит из

следующих блоков: теоретический, диагностический, коррекционный и аналитический. Таким образом, составлено «дерево целей» и теоретически обоснована, и разработана психолого-педагогическая модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

#### Выводы по 1 главе

В современной литературе наблюдается тенденция различать понятия «агрессия», «агрессивность», «агрессивное поведение». В то же время агрессия и агрессивное поведение рассматриваются как специфические формы деятельности, а агрессивность - как свойство личности. В нашем исследовании мы будем придерживаться определению В.П. Зинченко: «Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносит ущерб объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), причиняет физический вред людям или вызывает у них психологический дискомфорт (негативные чувства, напряжение, страх, депрессию)».

Дихотомия в эмоциональном реагировании весьма характерна для школьников старшего возраста. Это можно наблюдать в обилии и силе выражения эмоционального спектра. Вся окружающая жизнь подростка воспринимается им контрастно. Так же в силу того что этот возраст отличается преобладанием возбуждения над торможением, подростки проявляют своего рода непосредственность в выражении таких эмоций как грусть, радость, тревогу, раздражения и других эмоций. Отсюда вытекает эмоциональная нестабильность, возникают скачки настроения, в которых бурно проявляются чувства. Характерными особенностями реализации агрессивного поведения подростков можно назвать порывистость, высокий уровень напряжения и тревожность.

Было составлено «дерево целей» и теоретически обоснована, и разработана психолого-педагогическая модель психолого-педагогической

коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. «Дерево целей» подчиняется генеральной цели: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Психолого-педагогическая модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет состоит из следующих блоков: теоретический, диагностический, коррекционный и аналитический. Таким образом, составлено «дерево целей» и теоретически обоснована, и разработана психолого-педагогическая модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ

### 2.1 Этапы, методы и методики исследования

Наше исследование агрессивного поведения подростков 14-15 лет проходило на базе МОУ Гимназия № 1 г. Челябинска. Количество испытуемых составило 21 человек, из 9-го класса.

Исследование состоит из нескольких этапов:

1. Поисково-подготовительный. Данный этап подразумевает под собой выбор, формулирование и обоснование проблемы исследования, актуальность и важность ее решения в настоящее время. Подбор специальной литературы и других источников по данной проблеме. Углубленное изучение, подробный анализ научной и научно – методической литературы, научно – исследовательских работ, касающихся темы исследования. Составлена модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

2. Опытно-экспериментальный. В рамках данного этапа проводятся констатирующий эксперимент, диагностические методики: методика диагностики агрессивности А. Ассингера, Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука», разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера. Далее была определена выборка испытуемых для участия в программе психолого-педагогической коррекции. Затем разработка и реализация программы психолого-педагогической коррекции.

3. Контрольно-обобщающий. На данном этапе проводится анализ, обобщения полученные в ходе экспериментальной работы, систематизация результатов, проверка гипотезы, формулирование соответствующих выводов, составление психолого-педагогических

рекомендаций педагогам и родителям по профилактике агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Для проверки гипотезы о том, что уровень агрессивного поведения может измениться в результате разработки модели и реализации психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет были использованы следующие методы:

Методы и методики исследования:

1. Теоретические методы: анализ психолого-педагогической литературы, синтез, сравнение, систематизация, обобщение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, проективные методики: методика диагностики агрессивности методика диагностики агрессивности А. Ассингера, Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики Пиотровского, Э. Вагнера).

3. Методы математической статистики т-критерий Вилкоксона.

Далее дадим характеристику методам и методикам исследования.

Анализ психолого-педагогической литературы – это метод научного исследования, при котором целое мысленно разбивается на составляющие в контексте познавательного процесса или предметно-практической деятельности. Работа с литературой включает в себя составление библиографического списка источников, выбранных для работы, связанной с изучаемой проблемой, аннотация резюме основного содержания одной или нескольких работ на общую тему, подчеркивание основной идеи и положений работы [22, с. 51].

Синтез – соединение различных элементов, сторон объекта в единое целое (систему), которое осуществляется как в практической деятельности, так и в процессе познания [33, с.388].

Сравнение – это сопоставление предметов и явлений с целью нахождения сходства и различия между ними [7, с.281].

Систематизация - мыслительная деятельность, в процессе которой изучаемые объекты организуются в определенную систему на основе выбранного принципа [71, с.400].

Обобщение – это логическая операция, заключающаяся в том, что для данной группы явлений обнаруживается новая более широкая концепция, отражающая сходство свойств этих явлений на уровне новых знаний о них. Каждое обобщение должно иметь основу, то есть свойство или набор свойств, которые позволяют группировать явления и обозначать эту группу с помощью некоторого понятия [34, с. 47].

Целеполагание – процесс выбора и реального определения цели, которая представляет собой идеальный образ будущего результата деятельности[10, с.218].

Моделирование – исследование каких-либо явлений, процессов или объектов путем построения и изучения их моделей для определения или уточнения их характеристик, а также для рационализации способ построения вновь конструируемых объектов [12, с.511].

Тестирование – это метод психологической диагностики, который использует стандартизированные вопросы и задачи - тесты, которые имеют определенную шкалу значений. Тесты позволяют оценить человека в соответствии с целью исследования; предоставить возможность получить количественную оценку на основе количественной оценки качественных параметров личности и удобство математической обработки. Это сравнительно быстрый способ оценить большое количество неизвестных; они способствуют объективности оценок, которые не зависят от субъективных взглядов человека, проводящего исследование, обеспечивают сопоставимость информации, получаемой различными исследователями по различным предметам. Основные преимущества этого метода: стандартизация условий и результатов, эффективность и

рентабельность, количественный концептуальный характер оценки, оптимальная сложность задач и достоверность результатов [15, с. 152].

Тестирование – это метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи (тесты), имеющие определенную шкалу значений. Применяется для стандартизированного измерения индивидуальных различий. Метод тестирования был реализован в исследовании с помощью методик [21].

Эксперимент – это метод изучения конкретного явления в контролируемых условиях. Отличается от наблюдения активным взаимодействием с тестируемым объектом. Как правило, эксперимент проводится в рамках научных исследований и используется для проверки гипотезы, установления причинно-следственных связей между явлениями. Основным преимуществом психологического эксперимента является то, что он дает возможность специфического запуска определенных процессов и психических явлений, влияния на их характеристики, определения зависимости психологических явлений от изменения внешних условий [58, с. 37].

Констатирующий эксперимент – это один из основных типов экспериментов, целью которого является изменение одной или нескольких независимых переменных и определение их влияния на зависимые переменные. Констатирующий эксперимент отличается от эксперимента, который в первую очередь является целью проведения. Цель эксперимента по проверке состоит в том, чтобы исправить изменения, которые происходят с зависимыми переменными, а не влиять на них, как в формирующем эксперименте. Констатирующий эксперимент может быть лабораторным и естественным [31, с. 73].

Формирующий эксперимент – особый метод психологического исследования, состоящий в том, что исследователь определенным образом строит обучение (воспитание) испытуемого с целью получить заданное изменение его психики. В отличие от метода констатации (срезов),

направленного на изучение фактов, и лонгитюдного исследования, направленного на описание процессов в естественных условиях, формирующий эксперимент направлен, прежде всего, на выявление причин и условий протекания процессов [29, с. 166].

Опросник – это инструментарий, где материал представлен в виде вопросов, на которые надлежит ответить респонденту, или же утверждения, с которыми он должен согласиться или не согласиться, в широком смысле – любой набор вопросов, касающихся любой темы или группы тем, разработанных для того, чтобы на них отвечал респондент [21].

В исследовании агрессивности у старших школьников были использованы следующие методики:

1. Тест А. Ассингера (Приложение 1).

Цель: диагностика склонности к агрессивному поведению.

Эта диагностика позволяет определить, достаточно ли корректен человек по отношению к другим и легко ли с ним общаться. Для большей объективности вы можете проводить коллегиальные обзоры, когда коллеги отвечают на вопросы. Это поможет вам понять, насколько верна их самооценка.

В соответствии с выделенными критериями и показателями был подобран диагностический инструментарий, что представлено ниже.

В начале показатели ранжируются отдельно по каждому из признаков. Как правило, меньшему значению признака начисляется меньший ранг. Затем вычисляется по формуле коэффициент Спирмена, по таблице определяются критические значения и строится ось значимости.

2. Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки (Приложение 1).

Цель: выявить у старших подростков признаки агрессивного поведения.

А. Басс, изучивший ряд положений своих предшественников, разделил понятия «агрессия» и «враждебность» и определил последнюю как «реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и событий». Разрабатывая данный опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

- физическая агрессия - использование физической силы против другого лица;
- косвенная - агрессия, непрямым путём направленная на другое лицо или ни на кого не направленная;
- раздражение - готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость);
- негативизм - оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов;
- обида - зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия;
- подозрительность - в промежутке от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и хотят причинить вред;
- вербальная агрессия - выражение негативных чувств как через звуковую форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (грубость, угрозы);
- чувство вины - выражает возможное убеждение субъекта, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

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

Применяя данную методику, необходимо учитывать, что агрессивность как свойство личности и агрессия как акт поведения могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности.

3. Тест «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера) (Приложение 1).

Цель: выявить признаки агрессивного поведения подростка с помощью особенностей его индивидуального восприятия предложенного ему стимульного материала.

Шкалы: агрессия, указание, страх, эмоциональность, коммуникация, зависимость, демонстративность, увечность, активная безличность, пассивная безличность, описание.

В теоретическом обосновании авторы исходят из положения о том, что развитие функции человеческой руки связано с развитием головного мозга. Большое значение руки в восприятии пространства, ориентации в нем, необходимых для любого действия. Рука непосредственно вовлечена во внешнюю активность. Как следствие, предлагая респондентам в качестве визуальных стимулов изображения руки, выполняющей разные действия можно сделать выводы о направлениях активности обследуемых.

Методический прием, на котором основывается тест руки, заключается в том, что испытуемого просят проинтерпретировать содержание действия, представленного в виде «стоп-кадра» «изображения кисти руки, социально нейтрального и не несущего какой-то определенной смысловой нагрузки. Предполагается, что включение элемента в контекст более широкого вида активности и в сам выбор этого вида активности происходит по механизму проекции и в значительной степени определяется наличным состоянием респондента и, в частности, его активными мотивами.

Для исследования был выбран Т - критерий Вилкоксона.

Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом [22, с. 263].

Этот критерий применим в тех случаях, когда признаки измерены, по крайней мере по шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым замерах тоже могут быть упорядочены. Для этого они должны варьировать в достаточно широком диапазоне.

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях. Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Таким образом, психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков 14-15 лет осуществлялась в три этапа (поисково – подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий), дана характеристика методам и методикам исследования.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов

Экспериментальная база исследования: Муниципальное общеобразовательное учреждение Гимназия № 1 г. Челябинска. В

исследовании принимали участие подростки в возрасте 14-15 лет 9-го класса в количестве 21 человек.

В классе можно наблюдать эмоциональное напряжение. У учеников редко возникают конфликты, приводящие к физическому насилию, но в то же время в их диалогах проявляется скрытая завуалированная враждебность. К учебному процессу подростки относятся достаточно серьезно и можно наблюдать успехи на этом поприще у большинства ребят, помимо этого ученики занимаются в различных секциях. Возможно, плотный график способствует повышенной утомляемости и тревожности. В классе у многих детей можно наблюдать лидерские задатки. Ребята проявляют активность, и в классе чувствуется дух соперничества.

Учителя проводят с подростками различные мероприятия. Временами между ними происходят конфликты, которые порой приходится решать через директора. Чаше других можно наблюдать разногласие между данным классом и учителем английского языка. С классным руководителем отношения теплые. Он часто организует поездки и экскурсии для учеников. Данные мероприятия помогают подросткам сплотиться и найти общие интересы.

Данный класс преуспевает не только в сфере учебы, но и спорта. Особенно большие успехи в волейболе, ребята практически каждый год они занимают первые места на соревнованиях по данному виду спорта. Они очень гордятся своими успехами и на данном поприще часто объединяются.

Рассмотрим полученные результаты по тесту А. Ассингера, представленные на рисунке 3 (Приложение 2, Таблица 1).

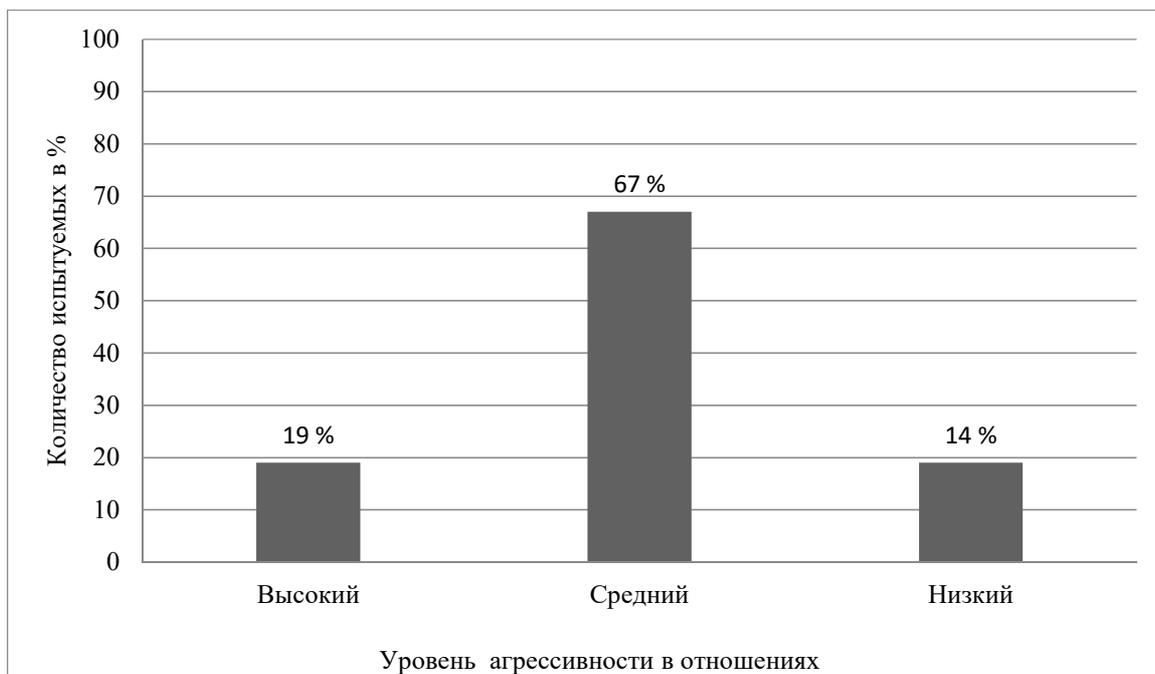


Рисунок 3–Результаты исследования уровня агрессивности в отношениях подростков 14-15 лет по тесту А. Ассингера

Как видно из рисунка 3, высокая агрессия соответствует поведению 19% (4) учащихся. Такие подростки слишком агрессивны и часто неуравновешенны, и жестоки по отношению к другим. Дети хотят достичь управленческих «лидеров», полагаясь на свои собственные методы для достижения успеха, жертвуя интересами других.

Средний уровень проявления агрессии наблюдается у 67% (14) человек. Испытуемые умеренно агрессивны, но они успешно идут по жизни, потому что у вас достаточно здоровых амбиций и уверенности.

Низкий уровень агрессивности выявлен у 14% (3) человек. Испытуемые слишком миролюбивы из-за неуверенности в своих силах и способностях.

Далее испытуемым была предложена методика «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, полученные результаты доминирующим индексам агрессии и враждебности отражены в виде гистограммы на рисунке 4 (Приложение 2, Таблица 2).



Рисунок 4 - Результаты исследования агрессивного поведения подростков 14-15 лет по методике «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки

Изучим результаты по индексу враждебности. На рисунке 4 представлено, что у 43% (9) испытуемых индекс враждебности находится в норме допустимых значений, то есть эти испытуемые могут справляться со своим состоянием. У 53% (11) испытуемых индекс враждебности выражен выше нормы, что может интерпретироваться как стойкая враждебность по отношению к окружающим людям, проявляться в недоверии к взрослым и трудностями в установлении контакта со сверстниками. У 4% (1) испытуемых индекс враждебности находится ниже нормы, что может интерпретироваться как проявление внешней агрессии в адрес окружающих.

Проанализируем результаты по индексу агрессивности. Из 100% опрошенных, только у 38% (8) испытуемых уровень индекса агрессивности находится в пределах нормы, что может проявляться в адекватном и уместном проявлении агрессивности. У 43% (9) испытуемых индекса агрессивности находится ниже нормы, что может свидетельствовать об их пассивности и ведомости. У остальных 19% (4)

испытуемых индекс агрессивности выше нормы, о них можно сказать, что они конфликтны.

Следующим предложенным инструментарием был тест «Рука» (разработчиком является Научно - практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера), полученные результаты отображены в рисунке 5.

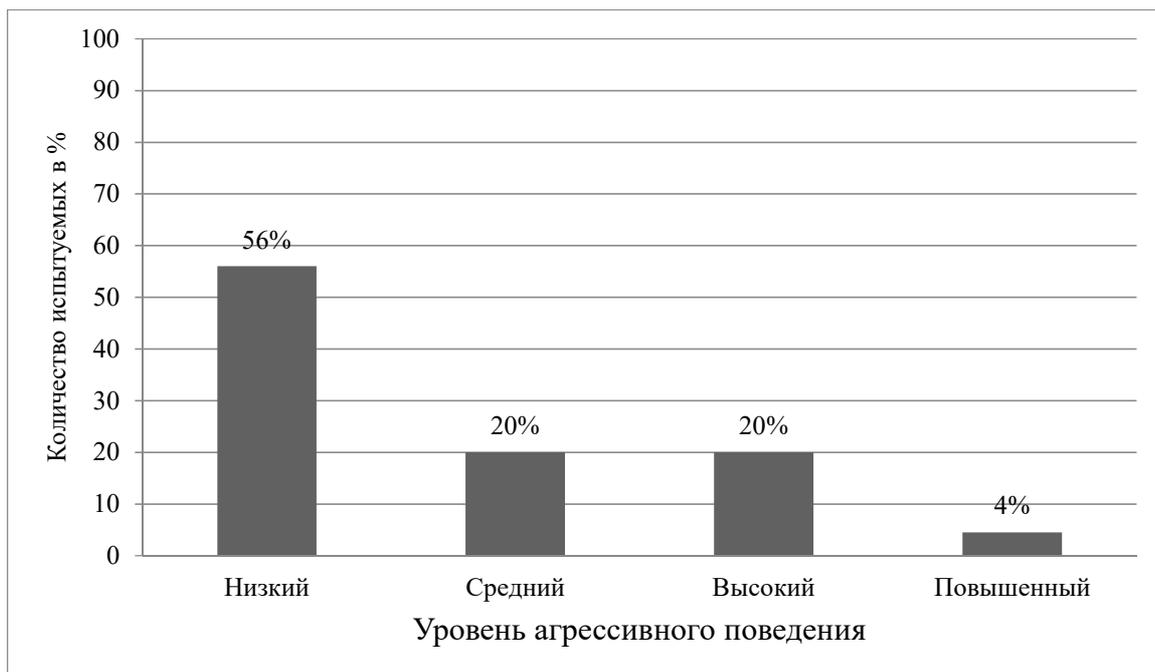


Рисунок 5 – Результаты исследования уровня агрессивного поведения подростков 14-15 лет по проективному тесту «Рука» (разработчиком является Научно - практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера)

Результаты по тесту «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера) показали, что у 56% (12) испытуемых низкий уровень агрессивного поведения, то есть проявление агрессии возможно лишь в особенно значимых ситуациях, что является нормой.

Средний уровень агрессивного поведения у 20% (4) испытуемых, то есть у отдельно взятой личности, какие бы ни были акцентуации или

нарушения поведения, они не являются агрессивно устремленным. Агрессивность может существовать лишь потенциально - в виде страха или зависимости, в виде самоагрессии, но только в особо значимых ситуациях.

Высокий уровень агрессивного поведения у 20% (4) испытуемых, то есть агрессивность ярко выражается как тенденция или реальность поведенческой реакции.

Повышенный уровень агрессивного поведения у 4% (1) испытуемых, характеризуется готовностью к высшему проявлению агрессивности, нежеланием приспособиться к окружению.

Констатирующий эксперимент и последующий анализ его результатов позволил сформировать выборку испытуемых для реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. В программе психолого-педагогической коррекции примет участие, вся выборка исследуемых, показавших высокие результаты по уровню агрессивного поведения для его коррекции, а также испытуемые с низким и средним уровнем агрессивного поведения для профилактики агрессивного поведения.

Таким образом, было проведено исследование агрессивного поведения подростков 14-15 лет и сформирована выборка испытуемых для участия в следующем этапе экспериментальной работы.

#### Вывод по 2 главе

Психолого-педагогическое исследование агрессивного поведения подростков 14-15 лет проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В работе был использован комплекс методов:

Теоретические методы: анализ психолого-педагогической литературы, синтез, сравнение, систематизация, обобщение, моделирование, целеполагание.

Эмпирические: констатирующий эксперимент, проективные методики: методика диагностики агрессивности методика диагностики агрессивности А. Ассингера, Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера).

Результаты методики диагностики агрессивности А. Ассингера показали, что у 19% (4) учащихся высокая агрессия, у 67% (14) человек умеренная агрессивность, у 14% (3) человек выявлен низкий уровень агрессивности.

Результаты опросника «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки показали, что у 43% (9) испытуемых индекс враждебности находится в норме допустимых значений; у 53% (11) испытуемых индекс враждебности выражен выше нормы; у 4% (1) испытуемых индекс враждебности находится ниже нормы; у 38% (8) испытуемых уровень индекса агрессивности находится в пределах нормы; у 43% (9) испытуемых индекс агрессивности находится ниже нормы; у 19% (4) испытуемых индекс агрессивности выше нормы.

Результаты теста «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера) показали, что у 56% (12) испытуемых низкий уровень агрессивного поведения; у 20% (4) испытуемых средний уровень агрессивного поведения; у 20% (4) испытуемых высокий уровень агрессивного поведения; у 4% (1) испытуемых повышенный уровень агрессивного поведения.

### **ГЛАВА 3. ОПЫТНО – ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ**

#### **3.1 Психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет**

Агрессия идет рука об руку с нестабильным состоянием в обществе. Лакмусовой бумажкой становятся молодые люди, и мы можем наблюдать всплески агрессивного поведения, именно в периоды общей нестабильности в стране. Причинение ущерба, другим объектам заведомо осознавая в этом потребность, и есть суть агрессии. Разумеется, стихийным агрессивное детское поведение не назовешь, тем не менее, игнорировать такие обстоятельства недопустимо [44, с.318].

Дихотомия в уровне жизни людей, отсутствие понимание своих и чужих переживаний, неумение выстраивать конструктивную коммуникацию, экзистенциальные кризисы все это и много другое приводит наше общество к усилению напряжения и как следствие к конфликтам. Тем более данные особенности общества, отражаются на людях подросткового возраста. Не многие из них могут контролировать свое поведение. Соприкосновение подростка с миром других детей, а также миром взрослых и самыми различными жизненными обстоятельствами могут проходить болезненно и приносить деструкции в его внутренний мир. У подростка неудачное соприкосновение с окружением переживается остро и разрушение его представлений о тех или иных представлений о жизни формирует дисфункциональные установки [53, с. 56]. Такие установки могут впоследствии принести много негативных последствий. Зачастую они распространяются на несколько сфер жизни. Скажем подросток, после неудачного опыта взаимодействия, стал считать, что все люди злые, такое восприятие уже впоследствии усложнит поиск друзей, партнера и взаимодействие в рабочем коллективе.

Именно поэтому психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет предназначена для тренировки базовых социальных навыков детей с агрессивным поведением.

Поэтому целью нашей программы стала психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Задачи:

1. Расширить у подростков информацию о своей личности и проблеме агрессивного поведения.
2. Обучение подростков приемлемым способам выражения гнева.
3. Развить навыки эффективного межличностного взаимодействия.
4. Развить чувство эмпатии.
5. Научить конструктивно действовать в конфликтных ситуациях.
6. Сформировать самоконтроль.
7. Закрепить положительные модели поведения.

Психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения строится на следующих принципах:

1. Принцип единства диагностики и коррекции отражает целостность процесса оказания психологической помощи как особого вида практической деятельности психолога. Этот принцип является основополагающим для всех психокорректирующих работ, поскольку эффективность психокорректирующих работ зависит от сложности, тщательности и глубины проделанной диагностической работы [14, с.100].

2. Под принципом нормативного развития следует понимать последовательность возрастных этапов. Помимо понятия «возрастная норма», психолог должен иметь дело с понятием «индивидуальная норма», что позволит наметить ему программу оптимизации развития каждого отдельного клиента в рамках возрастной нормы развития с учетом его индивидуальности и самостоятельный путь развития [45].

3. Принцип коррекции «сверху вниз». Основное содержание корректирующей деятельности - создание «зоны ближайшего развития» для клиента, а в центре внимания психолога - развитие завтрашнего дня. Коррекция по принципу «сверху вниз» носит перспективный характер и строится как психологическая деятельность, направленная на своевременное формирование психологических новообразований.

4. При реализации принципа коррекции «снизу-вверх» основным содержанием коррекционной работы считается развитие уже имеющихся психологических способностей. Согласно этому принципу коррекция поведения должна быть структурирована как усиление существующих поведенческих паттернов, для закрепления социально желаемого поведения. В центре коррекции - текущий уровень психического развития, понимаемый как процесс усложнения, изменения поведения, совокупность реакций из уже существующего репертуара поведения [29].

5. Принцип постоянства в развитии умственной указывает на задачи политики развития в корректирующей работе. Системность этих задач отражает взаимосвязь различных сторон личности и гетерохронизм (то есть неравенство) их развития. Реализация принципа планомерного развития в коррекционной работе предусматривает ориентацию на устранение источников отклонений и причин в психическом развитии [10].

6. Согласно принципу коррекции, основным направлением коррекционной работы является целенаправленное формирование обобщенных методов управления клиентом в различных сферах деятельности субъекта, в межличностных взаимодействиях и, в конечном итоге, в социальной ситуации развития.

Организация занятий – подростки, 14-15 лет, количество участников – 10-12 человек, количество занятий - 10, продолжительность занятий – 40 минут.

Программа психолого-педагогической коррекции состоит из 4 блоков: первый (установочный), второй (коррекционный), третий (закрепляющий), четвертый (контрольный).

Первый (установочный) блок включает в себя 1 занятие, состоящее из 7 упражнений. Данное занятие направлено на формирование желания взаимодействовать, создание благоприятного психологического климата среди подростков, расширение информации о личности подростка и проблеме агрессивного поведения [24].

Структура занятия установочного блока:

1. Разминка – средство воздействия на эмоциональное состояние подростков, их активность, настрой на продуктивную совместную деятельность, снятие психоэмоционального напряжения.

2. Основная часть – состоит из совокупности психотехнических упражнений и приемов, направленного на решение задач данного психокоррекционного комплекса. Приоритет отдается техникам и приемам, направленным на формирование социально важных навыков, снижающих уровень агрессии [42].

3. Рефлексия – предполагает ретроспективную оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, для чего мы это делали).

Следует отметить, что в каждом блоке коррекционно – развивающей программы структура занятий одинакова.

Второй (коррекционный) блок включает в себя 7 занятий и направлен на коррекцию агрессивного поведения у подростков, овладение приемлемыми способами выражения гнева, развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия, обучение навыкам конструктивно действовать в конфликтной ситуации, формирование эмпатии, развитие самоконтроля.

Третий (закрепляющий блок) включает в себя 1 занятие, целью данного блока является закрепление положительной модели поведения.

Четвертый (контрольный блок) состоит из 1 занятия и направлен на определение динамики агрессивного поведения у подростков.

Структура психолого-педагогической программы коррекции, направленной на коррекцию агрессивного поведения у подростков, представлена в приложении 3. Представим структуру занятий.

Занятие №1.

Цель: сформировать желание сотрудничества и работы по нивелированию агрессивного поведения.

Упражнение №1. «Таинственный незнакомец»

Цель: получение первостепенных знаний друг о друге.

Упражнение № 2. «Здравствуйтесь»

Цель: приветствие, создание благоприятного психологического климата.

Упражнение №3 «Правила и порядок»

Цель: установление принципов работы в коллективе для поддержания порядка.

Упражнение №4. Мозговой штурм на тему «Агрессивное поведение». (10 минут).

Цель: установить информированность подростков о феномене агрессивного поведения.

Упражнение № 5 «Изобрази свой внутренний пыл»

Цель: создание условий для адекватного проявления негативных эмоций.

Упражнение № 6 “А я – соображалка” (5 минут)

Цель: формирование позитивных проявлений поведения, снижение уровня негативизма.

Упражнение №7. «Аплодисменты»

Цель: завершение занятия на позитивном настрое.

## Занятие №2

Цель: осознание своей агрессивности и неконструктивности поведения.

### Упражнение №1 «Здравствуйте товарищи-друзья»

Цель: формирование дружеского отношения между людьми, осознание принадлежности друг к другу.

### Упражнение №2 «Помоги справиться со злостью»

Цель: создание условий для сформированности позитивных установок общения между подростками.

### Упражнение № 3. «Что такое эмоции?»

Цель: открыть особенности эмоциональных проявлений для подростков и показать конструктивное разрешение проблемных ситуаций.

### Упражнение №4 «Посмотри агрессии в глаза»

Цель: формирование знаний о последствиях деструктивных способов поведения.

### Упражнение №5. «Умей контролировать свои эмоции»

Цель: формирование знаний, умений и навыков, способствующих регуляции своих негативных факторов поведения.

### Упражнение №6. «Любезное слово»

Цель: поднятие уровня самоонения участников программы.

## Занятие № 3

Цель: сформировать умения подростков контролировать себя.

### Упражнение №1. "Сказочные джунгли"

Цель: сформировать навыки самоконтроля эмоциональных всплесков.

### Упражнение №2. «Радостный - суровый»

Цель: научить коллектив подростков играть своими эмоциями

### Упражнение №3. «Сдержи себя»

Цель: контроль своих эмоций.

### Упражнение №4. "Возьми себя в руки"

Цель: научить сдерживать себя.

Упражнение №5. «Мотылек - льдинка»

Цель: умение воображать, готовность к телесно-ориентированному контакту.

Упражнение №6. «Будем ссориться?»

Цель: сформировать умение в игровой форме проиграть конфликт и решить его.

Упражнение №7. «Скульптор злости»

Цели: посредством разнообразных видов деятельности, направлять негативные проявления в нужное русло.

Упражнение №8. «Я благодарю тебя»

Цель: формирование благоприятного климата в коллективе подростков.

Занятие № 4.

Цель: снижение негативных переживаний.

Упражнение № 1. Приветствие.

Упражнение №2 «Сейф огорчений»

Цель: заменить негативные проявления на позитивные.

Упражнение №3. «Крикните погромче»

Цель: избавление от негативных эмоций.

Упражнение №4 «Я идеальная версия себя».

Цель: формирование адекватной Я-концепции.

Упражнение № 5. «Автомойка»

Задача: снятие напряжения в группе.

Занятие № 4.

Цель: Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия.

Упражнение № 2. «Плохое и хорошее»

Цель: формирование самоконтроля.

Упражнение № 3. «Отрицательные фигуры»

Цель: выработать умение вербализировать негативные чувства.

Упражнение № 4. «Волшебный магазин»

Цель упражнения: обучение навыкам взаимодействия.

Упражнение № 5. «Хлопки по кругу»

Цель: эмоциональная стабилизация группы.

Занятие № 6.

Цель: развитие навыков конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

Упражнение № 1. «Адресат»

Цель: взаимоприветствие товарищей по коррекционной программе.

Упражнение № 2. Брейнсторминг взаимодействия в коллективе.

Упражнение № 3. «Крушение в самолете»

Цель: определить эффективные модели поведения, быть настойчивым в своих словах и действиях.

Занятие № 7.

Цель: развитие невербальных навыков эффективного межличностного взаимодействия.

Упражнение № 1. Приветствие «Как здороваются олени»

Упражнение № 2. «Напористый осьминог»

Цель: формирование взаимодействия партнеров, сплоченность коллектива, конструктивная договоренность членов программы.

Упражнение № 3. «Вереница фраз»

Цель: научение принципу эмпатийного общения, формирование навыков слушания и слышания.

Упражнение № 4. «Зеркало»

Занятие № 8.

Цель: расширение способов

Упражнение № 1. «Здравствуй, мне очень нравится...»

Упражнение № 2. Анкета «Важность эмпатии»

Упражнение № 3. «Поделись чувством по очереди»

Упражнение № 4. «Атомы и молекулы»

Упражнение № 5. «Скажи мне»

Цель: способность говорить о своей личности.

Занятие №9

Цель: познакомить участников программы со способами отстаивания своих личностных границ и интересов.

Упражнение №1. "Скажи мне здравствуй"

Цель: создание благоприятного климата в группе.

Упражнение № 2. «Я стремлюсь к...»

Цель: содействие в принятии решений, связанных с достижением поставленных жизненных задач.

Упражнение № 3. «Добро и зло»

Цель: формирование навыков взаимодействия.

Упражнение № 4. «Моя критика»

Цель: расширение способов коммуникации.

Упражнение №5. «Желание»

Цель: содействие формированию личностных границ каждого участника.

Занятие №10

Цель: закрепление способов конструктивного поведения.

Упражнение-разминка №1. «Дракон ловит свой хвост»

Цель: разминка.

Упражнение № 2. «Что я смог и еще смогу»

Цель: рефлексия проделанной работы.

Упражнение № 3. «Сюрприз обществу»

Цель: позитивное отношение к окружающим людям и самому себе.

Упражнение № 4. «Я благодарю эту жизнь за...»

Цель: нахождение внутренних личностных ресурсов к жизненному пути, самоанализ проведенной работы.

Упражнение № 5. «Чемодан».

Таким образом, нами была составлена психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет, целью, которой является коррекция агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Предполагаемый результат программы психолого-педагогической коррекции: снижение уровня агрессивного поведения подростков, развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия подростков, развитие чувства эмпатии у подростков, умение подростков конструктивно действовать в конфликтных ситуациях, формирование самоконтроля, закрепление у подростков знаний о положительных моделях поведения. Психолого-педагогическая программа была построена с помощью следующих принципов: принцип единства диагностики и коррекции, принцип нормативного развития, принцип коррекции «сверху вниз», принцип коррекции «снизу вверх», принцип постоянства. Программа психолого-педагогической коррекции состоит из 4 блоков: первый (установочный), второй (коррекционный), третий (закрепляющий), четвертый (контрольный). В программе психолого-педагогической коррекции принимали участие подростки 14-15 лет в количестве 10-12 человек, количество занятий психолого-педагогической программы составило 10, продолжительностью 40 минут.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

В программе психолого-педагогической коррекции приняла участие вся выборка исследуемых, показавших высокие результаты по уровню агрессивного поведения для его коррекции, а также испытуемые с низким и средним уровнем агрессивного поведения для профилактики агрессивного поведения.

Участники программы коррекции сформировали навыки ненасильственного общения; стали распознавать негативные эмоции; поработали с неудовлетворёнными эмоциональными потребностями и на основе этого смогли более осознанно подойти к построению жизненного

пути; натренировали способность противостоять внешнему социальному психологическому давлению.

Для проверки эффективности проведенной программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет была проведена повторная диагностика по методикам «Оценка агрессивности в отношениях» (А. Ассингер), Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука», разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики Пиотровского, Э. Вагнера.

Результаты повторного проведения по методике «Оценка агрессивности в отношениях» (А. Ассингер) представлены на рисунке 6 (Приложение 2, Таблица 1)

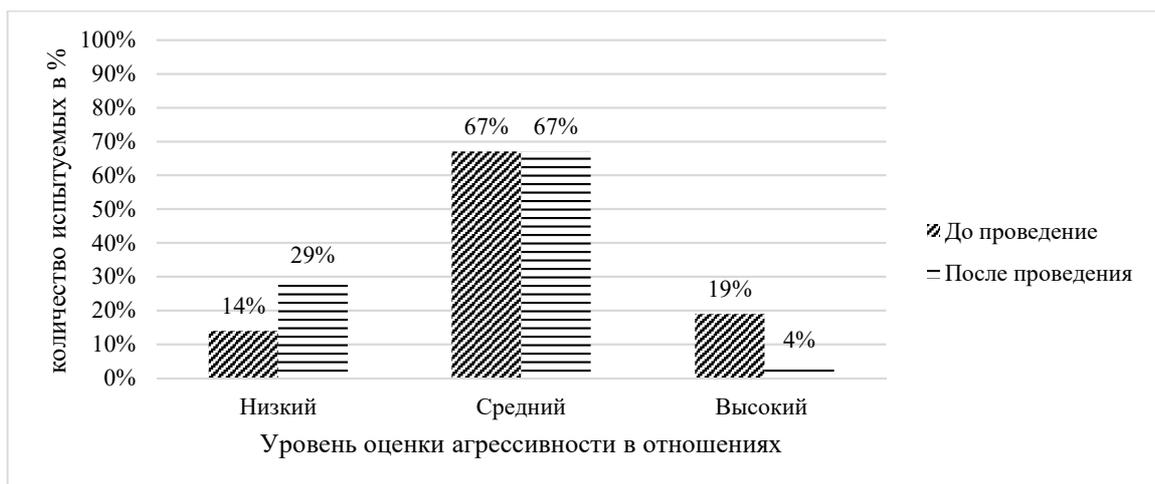


Рисунок 6–Распределение уровня агрессивности в отношениях подростков 14-15 лет по методике «Оценка агрессивности в отношениях» (А. Ассингер) до и после экспериментального взаимодействия

На рисунке 6 представлены изменения в уровне агрессивности в отношениях подростков 14-15 лет после проведения программы коррекции. Как мы видим, испытуемых с низким уровнем агрессивности в отношениях увеличилось на 15% (с 3 до 6 чел.), это означает, что стало больше подростков с низким уровнем агрессивности в отношениях после психолого-педагогической программы коррекции. С высоким уровнем агрессивности в отношениях уменьшилось с 19% до 4% (с 4 до 1 чел.) испытуемых, что может говорить о снижении уровня агрессии в

отношении других людей. Испытуемых со средним уровнем агрессивности в отношении осталось на прежнем уровне и составляет 67% (14 чел.), по этим результатам мы можем судить о том, что агрессивное отношение к другим нормализовалось, а это говорит о качественном результате проведенной психолого-педагогической программы коррекции.

Результаты повторного проведения по методике «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки также представлены по доминирующим индексам агрессии и враждебности на рисунках 7-8, количественные результаты отображены в приложении 4 таблица 2.

Анализируя результаты шкалы индекса агрессии подростков по методике «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки до и после экспериментального взаимодействия на рисунке 7, мы видим позитивную тенденцию к уменьшению уровня выраженности агрессивности.



Рисунок 7 - Результаты исследования агрессивного поведения подростков 14-15 лет по методике «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки до и после экспериментального взаимодействия

Испытуемых с уровнем выше нормы уменьшилось на 15% и составило 4% (с 4 до 1 чел.) испытуемых в сравнении с результатами до проведения программы. В ходе формирующего эксперимента, испытуемые обучились конструктивным способам выражения агрессии в межличностных отношениях. Испытуемых с уровнем агрессии ниже нормы увеличилось на 4% и составило 47% (10) по сравнению с констатирующим этапом эксперимента. Испытуемых, с уровнем агрессии в норме также увеличилось и составило 52% (11), что говорит о хорошем результате проведенной программы коррекции. Агрессия в норме необходима для отстаивания своих границ и интересов, и мы обучили подростков как это делать без потерь для себя и окружающих.

Проанализируем результаты по индексу враждебности на рисунке 8.

Как мы видим, уровень враждебности претерпел значительные изменения в сторону уменьшения выраженности по уровню выше нормы – уменьшился до 29% (6) испытуемых в сравнении с результатами констатирующего этапа эксперимента. Уровень нормы увеличился на 33% и стал 76% (15) испытуемых. По данным результатам можно говорить о том, что испытуемые научились адекватно реагировать на негативную оценку окружающих, стали лучше распознавать свои чувства и эмоции и, тем самым, конструктивно их выражать. Испытуемых с уровнем ниже нормы до проведения психолого-педагогической программы было 4%, а после проведения психолого-педагогической программы выявлено не было.



Рисунок 8 - Результаты исследования агрессивного поведения (индекс враждебности) подростков 14-15 лет по методике «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Даркидо и после экспериментального взаимодействия

Проанализируем результаты по тесту «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера) полученные после проведения формирующего этапа, представленные для наглядности в виде диаграммы на рисунке 9.

Низкий уровень агрессивного поведения увеличился на 12% и составил 68% испытуемых. Средний уровень агрессивного поведения также увеличился на 4%. Высокий уровень, наоборот, показал уменьшение на 12% и составил 8% испытуемых. С повышенным уровнем агрессивного поведения испытуемых выявлено не было. Таким образом, мы можем видеть тенденцию к снижению агрессии до оптимального, приемлемого уровня.

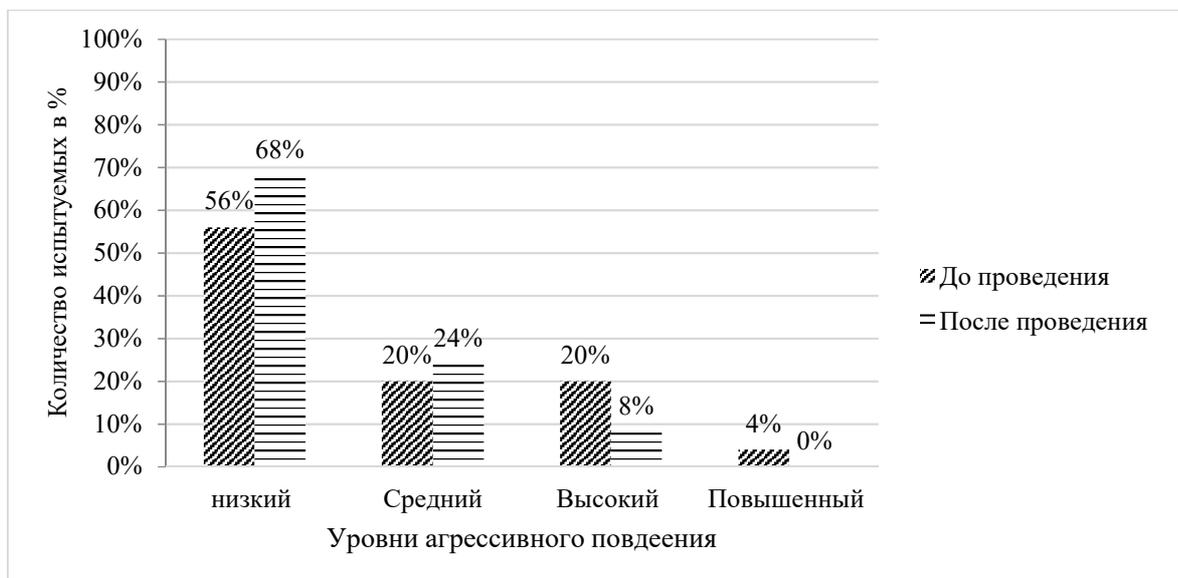


Рисунок 9 - Результаты исследования агрессивного поведения подростков 14-15 лет по тесту «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики Пиотровского, Э. Вагнера) до и после экспериментального взаимодействия

Для проверки гипотезы исследования о том, что уровень агрессивного поведения может измениться в результате разработки модели и реализации психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет, была выполнена математическая обработка экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Сопоставлены показатели до и после диагностики уровня агрессивного поведения подростков 14-15 лет по методике опросник А. Басса – А. Дарки для проверки агрессивности по индексу агрессивности.

Гипотезы Т-критерия Вилкоксона:

$H_0$ : Интенсивность сдвигов показателей агрессивного поведения подростков 14-15 лет в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов показателей агрессивного поведения подростков 14-15 лет в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

За нетипичный сдвиг было принято увеличение значения.

Найдем значение T-критерия Вилкоксона по формуле (1).

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

где  $Rr$  – ранговое значение сдвигов с более редким знаком.

$$T_{\text{эмп}} = 8$$

Критические значения T при  $n=21$ :

$$0.01 = 15$$

$$0.05 = 25$$

Нарисуем ось значимости.

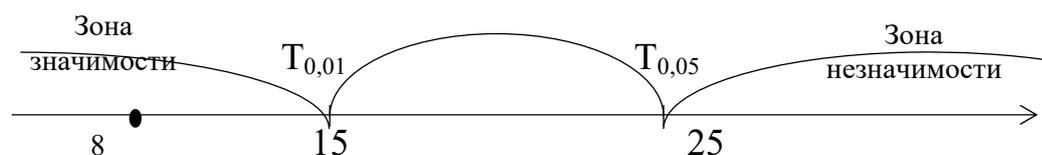


Рисунок 10 – Ось значимости

Полученное эмпирическое значение  $T_{\text{эмп}}$  находится в зоне значимости. Следовательно, интенсивность сдвигов показателей агрессивного поведения подростков 14-15 лет в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении. Гипотеза  $H_0$  отвергается, принимается гипотеза  $H_1$ . Это значит, что уровень агрессивного поведения подростков 14-15 лет изменился после проведения психолого-педагогической коррекционной программы. Таким образом, в ходе реализации программы психолого-педагогической коррекции были достигнуты сдвиги уровней показателей агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Проверка статистической значимости с применением T-критерия Вилкоксона подтвердила значимость показателей.

По итогам проведения формирующего эксперимента были составлены рекомендации педагогам и родителям по коррекции самооценки подростков 14-15 лет.

3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет

На основе результатов формирующего эксперимента мы составили психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Данные рекомендации будут полезны не только в направлении коррекционной работы, но и направлены на профилактику агрессивного поведения у подростков.

Цель коррекционной работы с агрессивным поведением подростков – перевод на социально приемлемые способы проявления. На начальном этапе коррекционной работы считается наиболее эффективной индивидуальная форма работы.

Принципом коррекционной работы служит учет индивидуально-личностных особенностей подростка и его способностей, планирование деятельности работы в соответствии с ними. Также важно структурировать свободное время подростка, необходимо занимать его деятельностью, которая способствует разностороннему развитию его личности. Это может быть внеурочная деятельность, которая включает в себя: спортивные секции, рисование, музыка, тематические кружки, хобби и т.д.[23, с.88].

Исходя из особенностей подросткового возраста, таких как стремление к самоутверждению, проявление себя как взрослого человека, требование к признанию своей личности в значимой группе, и того, что развитие осуществляется в деятельности, родителям важно включить подростка в такую деятельность, которая позволит ему реализоваться в приемлемых рамках и утвердить себя во взрослом мире [45, с.118].

Психологическим значением этой деятельности является возможность для подростка проявиться в группе сверстников и взрослых, обозначить свой социальный статус и роль в обществе. Эта деятельность позволяет подростку перейти на новую стадию взросления и стать равноправным членом общества. В данных условиях оптимально реализуются его потребности. Также эта деятельность позволяет

подростку сформировать собственную Я-концепцию и усвоить общественные нормы.

При наличии защитной агрессии подростку необходимо развить коммуникативные навыки. Также нужно проводить работу для снижения уровня тревожности, этому может способствовать благоприятный климат в семье и эмоциональное стабильное состояние, так как ощущение угрозы из внешней среды провоцирует проявление защитной агрессии подростка.

Наиболее эффективной будет комплексная коррекционная работа с ребенком, родителями и педагогами. В работе с родителями и педагогами необходимо акцентировать воздействие на некоторых моментах: позитивное принятие ребенка с его личностными особенностями; выбор конструктивного способа взаимодействия; развитие коммуникативных навыков и расширение поведенческого репертуара родителей и педагогов [6, с.39].

Основной задачей является демонстрация позитивных взаимоотношений между членами семьи и отсутствие проявлений агрессии. Важным моментом может послужить взаимодействие по принципу сотрудничества, что способствует предотвращению проявлений агрессивного поведения подростка [1, с.379].

На поведение подростка и его способность к самообладанию в большой мере влияет способность родителей к самоконтролю.

Ниже мы представили общие рекомендации, которые помогут родителям в общении с их детьми. Следующие особенности реагирования обеспечат конструктивное взаимодействие с подростками, которые проявляют агрессию.

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

Если подросток проявляет «безопасную» агрессию, которая не может повредить физическому и психическому здоровью, можно использовать такие стратегии как:

- игнорирование нежелательного поведения подростка как способ

его прекращения;

- контейнирование чувств и эмоций ребенка (выражение понимания испытываемых чувств подростка);

- акцентирование внимания подростка на смену деятельности («Помоги мне, пожалуйста, приготовить обед, у тебя хорошо это получается»);

- рационализация поведения («Ты раздражен потому, что ты утомился»).

Агрессия является естественной реакцией на фрустрацию и ее безопасное проявление не требует коррекции. Также одним из способов привлечения внимания ребенка является агрессивное поведение. Если проявление агрессии подростка находится в пределах допустимой нормы и является закономерной реакцией на события, то необходимо помочь ему отреагировать, принять его чувства и помочь с ними справиться [22, с.65].

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Способом определения границ личности и поступком является техника объективного описания поведения. После приступа агрессии у подростка, родителю нужно проговорить вместе с ним особенности его поведения: его действия, слова и мысли во время проявления агрессии, а также свои эмоции в это время. Во время обсуждения этой проблемы не следует говорить о качествах личности подростка, а опираться только на то, что произошло. Критика поведения может вызвать реакцию протеста и приведет к обратному действию [29, с.421].

При анализе конкретной ситуации, необходимо обсуждать с подростком только то, что произошло в данный момент, руководствуясь принципом «здесь и сейчас». Важно не вспоминать при этом прошлые проступки, в ином случае подросток будет испытывать чувство обиды и разочарования, будет не способен объективно оценить свои действия.

Эффективным будет акцентирование внимания на негативных

последствиях проступка и информирование о том, кто может от этого пострадать и как повлияет это на него самого. После этого родителю следует объяснить, как можно было конструктивно решить сложившийся конфликт.

Путь для снижения агрессии подростка – это установление с них контакта. В психологии выделяют следующие приемы:

- констатация факта («Ты кричишь на меня»);
- констатирующий вопрос («Ты раздражен?»);
- раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты делаешь это, чтобы привлечь внимание?», «Ты хочешь завоевать уважение к себе?»);
- выражение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению («Мне неприятно, что ты говоришь со мной в таком тоне», «Я обижаюсь, когда меня не слышат»);
- обращение к правилам («Мы устанавливали правила об этом!»)[35, с.14].

Когда взрослый человек дает обратную связь на агрессивное поведение подростка он проявляет свои качества: заинтересованность, твердость и доброжелательность. Твердость должна относиться только к конкретному проступку. Родители против поведения в данный момент, но любят несмотря ни на что.

### 3. Контроль собственных негативных эмоций.

При взаимодействии с детьми, проявляющими агрессию, взрослым важно уметь контролировать собственные негативные эмоции. При явной демонстрации агрессивного поведения подростка естественной реакцией взрослого является – возмущение, гнев, беспомощность, страх. При этом взрослому необходимо воспринимать эти эмоции как нормальные, понять их происхождение, силу и длительность [36, с.7].

Человек, умеющий управлять негативными эмоциями, способен не поддерживать агрессивное поведение подростка, он демонстрирует конструктивное взаимодействие с человеком, проявляющим агрессию,

сохраняет с ним хорошие отношения.

#### 4. Обсуждение проступка.

Бесполезно пытаться анализировать конфликтную ситуацию в момент проявления агрессии. Этим нужно заниматься после разрешения конфликта, когда все стороны придут к эмоциональному равновесию. Тем не менее, обсудить конфликтную ситуацию желательно сразу после. Сделать это необходимо индивидуально, без посторонних, и только потом в группе. Беспристрастие и уравниловка неотъемлемая часть разговора [16, с.677].

#### 5. Сохранение положительной репутации ребенка.

Подростку сложно дается принять себя неправым. Он боится негативных оценочных суждений к своей личности. Подростки, изо всех сил, пытаются обойти этого и применяют защитные механизмы личности. На самом деле, негативная популярность и навешивание ярлыков являются опасными, так как побуждают подростка к проявлению агрессивных воздействий [5, с.233].

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- исключить прилюдное осуждение подростка («Ты чувствуешь себя уставшим», «Ты не хотел задеть чувства этого человека»), но при индивидуальной встрече объяснить истину;

- дать возможность подростку самостоятельно интерпретировать ваше правило;

- договориться с подростком о сотрудничестве, основанном на взаимной удовлетворенности.

Требую от подростка безусловного согласия (действия, методы и способы решения, навязанные вами), можно повлечь за собой новые агрессивные проявления.

#### 6. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Для того, чтобы воспитать у подростка способность контролировать агрессию, важно соблюдать модель неагрессивного поведения. При

выражении явных агрессивных тенденций каждая из сторон утрачивает способность к обладанию собой, это создает проблемные вопросы – способствовать мирному соглашению или оказывать сопротивление в собственных интересах. Взрослым необходимо быть более сдержанными и доброжелательными, и чем ребенок младше, тем взрослый должен вести себя дружелюбнее на агрессивные проявления детей [22, с.63].

Приём нерелексивного слушания является неотъемлемой частью в поведении взрослого, которое способствует примеру конструктивного поведения и позволяет снизить напряженную ситуацию в конфликте. Это слушание без оценки, дающее возможность человеку выговориться. Оно состоит в умении внимательно и беспристрастно молчать. Здесь главными являются оба слова. Молчать – так как собеседнику хочется, чтобы его выслушали, и менее всего его волнуют наши замечания; внимательно – иначе человеку будет неприятно, и общение прервется или превратится в конфликтную ситуацию. Главное, что необходимо сделать – поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился; пауза, дающая ребенку возможность успокоиться; внушение спокойствия невербальными средствами; прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов; использование юмористических средств; признание чувств ребенка; проявление эмпатии [8, с.154].

Дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

#### 7. Снижение напряжения ситуации.

Если не использовать догматизм и не игнорировать эмоциональное состояние подростка, у родителя не будет ситуации эскалации конфликта с подростком. Если взрослый реагирует на агрессию еще большей агрессией или вовсе сам является провоцирующим элементом, то отношения будут только усугубляться [18, с.200].

В краткосрочной перспективе такое поведение может подавить

нежелательное поведение ребенка. Но это будет усугублять взаимоотношения и стрессоустойчивость подростка. Он будет чувствовать себя не в безопасности, его внутреннее напряжение будет расти, а также сформируются нервные пути или другими словами установки, которые впоследствии будут подразумевать в большинстве жизненных обстоятельств агрессивные реакции.

### Вывод по 3 главе

Нами была составлена психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет, целью которой является коррекция агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Задачами программы являются: 1. Способствовать познанию собственной личности подростка и проблемы агрессивных реакций. 2. Научить приемам конструктивного выражения гнева. 3. Сформировать умение эффективных коммуникаций. 4. Развить способность к сопереживанию. 5. Научить способам конструктивного выхода из конфликтных ситуаций. 6. Сформировать навыки контроля над собой. 7. Способствовать закреплению эффективных приемлемых паттернов поведения.

В программе психолого-педагогической коррекции приняла участие вся выборка исследуемых, показавших высокие результаты по уровню агрессивного поведения для его коррекции, а также испытуемые с низким и средним уровнем агрессивного поведения для профилактики агрессивного поведения.

Участники программы коррекции приобрели коммуникативные навыки, которые позволяют эффективно справляться с обидой и чувством вины; ими были отработаны приобретенные модели поведения; смогли осознать собственные перспективы жизни и необходимые для этого возможности и способности; обрели способности к противостоянию внешнего давления; смогли развить терпимость и толерантность,

способности к проявлению эмпатии, осознали ценность окружающих и самих себя.

Результаты повторного проведения по методике «Оценка агрессивности в отношениях» (А. Ассингер) выявили уменьшение высокого уровня агрессивности в отношениях до 4% (1) испытуемых; испытуемых со средним уровнем агрессивности в отношениях увеличилось на 25% и составило 67% (14),

Результаты повторного проведения по методике «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки выявили уменьшение количества испытуемых с уровнем выше нормы на 25% и составило 4% испытуемых; испытуемых с уровнем агрессии ниже нормы увеличилось и составило 47% по сравнению с констатирующим этапом эксперимента; испытуемых, с уровнем агрессии в норме также увеличилось и составило 52%. По индексу враждебности количество испытуемых с уровнем выше нормы уменьшился до 24%; уровень нормы увеличился на 33% и стал 76% испытуемых.

Результаты по тесту «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики Пиотровского, Э. Вагнера) также показали изменения в уровне агрессивности после проведения программы коррекции следующие результаты: низкий уровень агрессивного поведения 68% испытуемых; средний уровень агрессивного поведения 24%; высокий уровень составил 8% испытуемых.

Для проверки гипотезы исследования о том, что уровень агрессивного поведения может измениться в результате разработки модели и реализации психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет, была выполнена математическая обработка экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона. в результате проведения Т-критерия Вилкоксона мы подтвердили гипотезу исследования, тем самым доказав эффективность

проведенной программы коррекции.

На основе результатов формирующего эксперимента мы составили рекомендации педагогам и родителям по коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Данные рекомендации будут полезны не только в направлении коррекционной работы, но и направлены на профилактику агрессивного поведения у подростков.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В современной литературе наблюдается тенденция различать понятия «агрессия», «агрессивность», «агрессивное поведение». В то же время агрессия и агрессивное поведение рассматриваются как специфические формы деятельности, а агрессивность - как свойство личности. В нашем исследовании мы будем придерживаться определению В.П. Зинченко: «Агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносит ущерб объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), причиной физического вред людям или вызывает у них психологический дискомфорт (негативные чувства, напряжение, страх, депрессия)».

Учащиеся старшего школьного возраста отличаются повышенной эмоциональностью. Это проявляется, во-первых, в том, что любая их деятельность сопровождается эмоциями. Всё, что подростков окружает и с чем они сталкиваются, вызывает у них эмоциональный отклик. Во-вторых, отличительной особенностью старших школьников является их непосредственная эмоциональная реакция, которая может проявляться в гневе, раздражении, грусти, отчаянии и пр. В-третьих, аффективная сфера обладает такими свойствами как неустойчивость, склонность к крайним проявлениям эмоций, их краткосрочность и выраженность.

Агрессивное поведение старших подростков обладает рядом особенностей, такими как импульсивность, возбудимость, тревожность, повышенный эмоциональный стресс. Ведущими формами проявления являются физическая и словесная агрессия.

Было составлено «дерево целей» и теоретически обоснована, и разработана психолого-педагогическая модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. «Дерево целей» подчиняется генеральной цели: теоретически обосновать и

экспериментально проверить эффективность реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Психолого-педагогическая модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет состоит из следующих блоков: теоретический, диагностический, коррекционный и аналитический. Таким образом, составлено «дерево целей» и теоретически обоснована, и разработана психолого-педагогическая модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Психолого-педагогическое исследование агрессивного поведения подростков 14-15 лет проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В работе был использован комплекс методов:

1. Теоретические методы: анализ психолого-педагогической литературы, синтез, сравнение, систематизация, обобщение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, проективные методики: методика диагностики агрессивности методика диагностики агрессивности А. Ассингера, Опросник «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки, Тест «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики Пиотровского, Э. Вагнера).

Результаты методики диагностики агрессивности методика диагностики агрессивности А. Ассингера показали, что у 19% учащихся высокая агрессия, у 67% человек умеренная агрессивность, у 19% человек выявлен низкий уровень агрессивности.

Результаты опросника «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки показали, что у 43% испытуемых индекс враждебности находится в норме допустимых значений; у 53% испытуемых индекс враждебности выражен выше нормы; у 4% испытуемых индекс враждебности находится ниже нормы; у 33% испытуемых уровень индекса

агрессивности находится в пределах нормы; у 38% испытуемых индекса агрессивности находится ниже нормы; у 29% испытуемых индекса агрессивности выше нормы.

Результаты теста «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики Пиотровского, Э. Вагнера) показали, что у 56% испытуемых низкий уровень агрессивного поведения; у 20% испытуемых средний уровень агрессивного поведения; у 20% испытуемых высокий уровень агрессивного поведения; у 4% испытуемых повышенный уровень агрессивного поведения.

Нами была составлена психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет, целью которой является коррекция агрессивного поведения подростков 14-15 лет.

Задачами психолого-педагогической программы коррекции являются: 1. Способствовать самопознанию подростков и информировать их о проблеме агрессивного поведения. 2. Сформировать у подростков представление о конструктивных способах выражения гнева. 3. Усовершенствовать умения эффективного диалога в социальной среде. 4. Культивировать у учеников способность к сопереживанию. 5. Закрепить у учеников умение адекватного выхода из конфликта во время эмоционального перенапряжения. 6. Способствовать развитию самоконтроля у учащихся. 7. Научить использовать конструктивные паттерны поведения.

В программе психолого-педагогической коррекции приняли участие вся выборка исследуемых, показавшие высокие результаты по уровню агрессивного поведения для его коррекции, а также испытуемых с низким и средним уровнем агрессивного поведения для профилактики агрессивного поведения.

У участников коррекционной психолого-педагогической программы сформировались коммуникативные навыки межличностного общения,

которые способствуют избеганию негативных высказываний и проявлению чувства вины. Участниками, на собственном примере, были проверены различные модели поведения. У них сформировалось осознание временной перспективы жизни, индивидуальные возможности, личностные специальные способности, потребность в самообразовании и самовоспитании. Усовершенствовали навыки адекватно реагировать в условиях социального и психологического давления. Сформировали уважения к окружающим, проявляли толерантность, терпимость, осознали ценность каждой личности.

Результаты повторного проведения по методике «Оценка агрессивности в отношениях» (А. Ассингер) выявили уменьшение высокого уровня агрессивности в отношениях с 19% до 4% испытуемых; испытуемых со средним уровнем агрессивности в отношениях осталось на прежнем уровне и составило 67%, с низким уровнем агрессивности составило 29% испытуемых.

Результаты повторного проведения по методике «Диагностика состояния агрессии» А. Басса - А. Дарки выявили уменьшение количества испытуемых с уровнем выше нормы на 15% и составило 4% испытуемых; испытуемых с уровнем агрессии ниже нормы увеличилось на 4% и составило 47% по сравнению с констатирующим этапом эксперимента; испытуемых, с уровнем агрессии в норме также увеличилось и составило 52%. По индексу враждебности количество испытуемых с уровнем выше нормы уменьшился до 29%; уровень нормы увеличился на 33% и стал 76% испытуемых. Испытуемых с уровнем ниже нормы было 4%, а после проведения программы психолого-педагогической коррекции выявлено не было.

Результаты по тесту «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики З. Пиотровского, Э. Вагнера) также показали изменения в уровне агрессивности после проведения программы

коррекции следующие результаты: низкий уровень агрессивного поведения 68% испытуемых; средний уровень агрессивного поведения 24%; высокий уровень составил 8% испытуемых.

Для проверки гипотезы исследования о том, что уровень агрессивного поведения может измениться в результате разработки модели и реализации психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет, была выполнена математическая обработка экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона. в результате проведения Т-критерия Вилкоксона мы подтвердили гипотезу исследования, тем самым доказав эффективность проведенной программы коррекции.

На основе результатов формирующего эксперимента мы составили психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет. Данные психолого-педагогические рекомендации будут полезны не только в направлении коррекционной работы, но и направлены на профилактику агрессивного поведения у подростков.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Белобрыкина, О.А. Влияние социального окружения на развитие самооценки [Текст] /Ольга Белобрыкина // Вопросы психологии. –2011. – №4. – С. 162-174.
2. Берковиц, Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. [Текст]: учебник для студентов высших учебных заведений /ЛеонардБерковиц. –СПб.: Прайм– ЕВРОЗНАК, 2002. – 570 с.
3. Бернс, Р. Развитие Я–концепции и воспитание [Текст] / Роберт Бернс. – М.: Прогресс, 2004. – 485 с.
4. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности [Текст]: избранный псих. труды / под ред. Д.И. Фельдштейна. –Москва: Воронеж, 2005. – 455 с.
5. Бордовская,Н.В. Психология и педагогика [Текст]: учебное пособие / НинаБордовская,С.И. Розум. – СПб.: Питер, 2011. – 620 с.
6. Бороздина, Л.В. Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых [Текст]: монография / Лидия Бороздина. – Москва: Сфера, 2012. – 204 с.
7. Бранден, Н. Мощь самооценки [Текст] / НатаниэльБранден. – Москва: Омега-Л, 2006. – 215 с.
8. Бэррон, Р. Агрессия [Текст]: учебное пособие для студентов психологического факультета /Р. Бэррон, Д. Ричардсон. – СПб.: Речь, 2007. – 350 с.
9. Витушкина, Э.В. В помощь хорошим родителям для воспитания умных и добрых детей [Текст]: методическое пособие / Эмма Витушкина. – Магнитогорск: МаГУ, 2012. – 80 с.
10. Возрастная и педагогическая психология[Текст]: хрестоматия/ сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. –Москва: Просвещение, 2006. – 570 с.

11. Возрастная психология: детство, отрочество, юность [Текст]: хрестоматия / сост. и ред. В.С. Мухина, А.А. Хвостов. – Москва: Просвещение, 2004. – 375с.
12. Волков, Б.С. Психология подростка [Текст]: учебное пособие / Борис Волков. – Москва: Академический проект, 2017. – 240 с.
13. Выготский, Л.С. Педагогическая психология [Текст]: учебное пособие для студентов высш. уч. заведений / под ред. В.В. Давыдова. – Москва: Педагогика, 2006. – 388 с.
14. Выготский, Л.С. Психология развития человека [Текст] : учебное пособие / Лев Выготский. – Москва: Смысл; Эксмо, 2016. – 1135 с.
15. Галкина, Т.В. Самооценка как процесс решения задач. Системный подход [Текст]: монография / Татьяна Галкина. – Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. – 399 с.
16. Головин, С.Ю. Словарь практического психолога [Текст]: словарь для студентов псих. факультетов / С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 2013. – 800 с.
17. Гольева, Г.Ю. Исследование уровня самооценки младших подростков [Электронный ресурс] / Г.Ю. Гольева, К.А. Михайлусова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т.7. – С. 76-80. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2016/24121.htm>. – Загл. с экрана.
18. Гройсман, А.Л. Личность, творчество, регуляция состояний. [Текст] : учебное пособие / Алексей Гройсман. – М.: Бек, 2012. – 434 с.
19. Дерябина, Е.А. Возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е.А. Дерябина, В.И. Фадеев, М.В. Фадеева. – Электрон. дан. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. – 158 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/69317.html>. – Загл. с экрана.
20. Долгова, В.И.  
Проблемы определения уровня эмоциональной устойчивости подростков

[Текст] / Валентина Ивановна Долгова // Сборнике: Peer-reviewed materials digest (collective monograph) published following the results of the СIII International Research and Practice Conference and II stage of the Championship in Psychology and Educational sciences. - 2015. - С. 91-95.

21. Долгова, В.И. Психологические особенности агрессивного поведения подростков [Электронный ресурс] / В.И. Долгова, Л.В. Иванова, А.И. Банщикова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т.31. – С. 11-15. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2015/56981.htm>. – Загл. с экрана.

22. Долгова, В.И. Влияние детско-родительских отношений на проявления агрессивности у старших подростков [Электронный ресурс] / В.И. Долгова, Н.И. Аркаева, Н.А. Зыкова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т.31. – С. 51-55. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2015/54971.htm>. – Загл. с экрана.

23. Долгова, В.И. Исследование агрессивного поведения старших подростков [Электронный ресурс] / В.И. Долгова, Н.И. Аркаева, А.В. Смолин // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т.31. – С. 121-125. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2015/53974.htm>. – Загл. с экрана.

24. Долгова, В.И. Формирование конструктивной психологической защиты личности [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.И. Долгова, О.А. Кондратьева. – Электрон.дан. – Москва: Издательство «Перо», 2019. – 84 с. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/41674701.html>. – Загл. с экрана.

25. Дубровина, И.В. Практическая психология образования [Текст]: учебное пособие для студентов высш. уч. заведений / Ирина Дубровина. – СПб.: Питер, 2012. – 592 с.

26. Казанская, В.Г. Подросток. Трудности взросления [Текст] / Валентина Казанская. – СПб.: Нева, 2012. – 806 с.

27. Капитанец, Е.Г. Влияние тревожности на агрессивное поведение подростков [Электронный ресурс] / Е.Г. Капитанец, К.М.

Девятова// Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т.7. – С. 61-65. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2016/25730.htm>. – Загл. с экрана.

28. Коджаспирова, Г.М. Педагогический словарь [Текст]: словарь для студентов высш. уч. заведений / ГалинаКоджаспирова. –Москва: Академия, 2012. – 176 с.

29. Колесникова, Г.И. Психологическое консультирование [Текст]: учебное пособие /Галина Колесникова. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 283 с.

30. Краткий психологический словарь [Текст]: словарь для студентов псих.факультета / авт.–сост. С.Я.Подопригора, А. С. Подопригора. – Ростов–на–Дону: Феникс, 2010. – 318 с.

31. Крутецкий, В.А. Психология подростка [Текст] : учебник для учащихся пед. училищ / В. А. Крутецкий, Н.С. Лукин. –Москва: Инфра–М, 2012. – 314 с.

32. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. [Текст]: учебное пособие / Алексей Леонтьев. –Москва: Академия, 2014. – 352 с.

33. Масагутов, Р.М. Детская и подростковая агрессия: От нормы до патологии [Текст]: учебник для студентов высш. уч. заведений / Р.М. Масагутов. – М.: Изд–во Омега–Л, 2006. – 159 с.

34. Можгинский, Ю.Б. Агрессивность детей и подростков. Распознавание, лечение, профилактика [Текст]: учебник для студентов псих.факультетов / ЮрийМожгинский. –Москва: Издательство: Когито–Центр, 2006. – 115 с.

35. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития,детство, отрочество [Текст]: учебное пособие / Валерия Мухина. – Москва: Академия, 2010. – 453 с.

36. Неймарк, М.С. Некоторые проблемы личности школьника [Текст] / МайяНеймарк. –Москва: Знание, 2015. – 213 с.

37. Немов, Р.С. Психология[Текст]: В 3 кн.Кн.1. Общие основы психологии / РобертНемов. – 4–е изд. –Москва: ВЛАДОС, 2011.– 688 с.
38. Основы социальной работы [Текст]: учебник / отв. ред. П.Д. Павленок. –Москва: ИНФРА–М, 2007. – 560 с.
39. Першина, Л.А. Возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Людмила Першина. – Электрон. текстовые данные. – М.: Академический Проект, Альма Матер, 2016. – 256 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/60021.html>. – Загл. с экрана
40. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов[Текст]: учебник для студентов высш. уч. заведений / Катерина Поливанова. – Москва: Академия, 2005. – 450 с.
41. Практикум по возрастной психологии [Текст]: учебное пособие / под ред. Л. А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. – СПб.: Речь, 2006.– 688 с.
42. Психология развития[Текст]: учебник для студентов высш. пед. и психол. учеб.заведений / Г.М. Марютина, Т.Г. Стефаненко, К. Н. Поливанова, под ред. Т.Д. Марцинковской. –Москва: Издательский центр «Академия», 2011. – 352 с.
43. Психология человека от рождения до смерти [Текст]: учебное пособие / под ред. А.А. Реана. – СПб: Питер, 2012. – 544 с.
44. Психология[Текст] :словарь / под общ.ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2–е изд., испр. и доп. –Москва: Политиздат, 2014. – 494 с.
45. Раттер, М. Помощь трудным детям [Текст]/ Майкл Раттер–Москва: Просвещение, 2013. – 325 с.
46. Реан, А.А. Агрессия в структуре поведения возбудимой и демонстративной личности [Текст]/ Артур Реан// Ананьевские чтения – СПб.: Питер, 2004. – С. 13–16.
47. Реан, А.А. Агрессия и агрессивность личности [Текст]/ Артур Реан// Психологический журнал. – 2006. – № 5. – С.3–18.

48. Реан, А.А. Социальная педагогическая психология[Текст]: учебник для студентов педагогических вузов / А. А.Реан, Я.Л. Коломинский. – СПб.: Питер, 2012. – 228 с.
49. Римская, Р. Практическая психология в тестах или как научиться понимать себя и других [Текст]: учебник для студентов псих.факультетов / Р.Римская, С. Римский. –Москва: АСТ–ПРЕСС КНИГА. – 400 с., ил. – (Практическая психология).
50. Роббер, М.А. Психология индивида и группы [Текст]: учебное пособие / М. А. Роббер. –Москва: Прогресс, 2011. – 374с.
51. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога[Текст]: практическое пособие / Евгений Рогов. – Москва: Юрайт, 2012. – 412 с.
52. Родители и дети: Психология взаимоотношений [Текст]: учебное пособие / под ред. Е.А. Савиной, Е.О. Смирновой. – М.: Когито–Центр, 2003. – 230 с.
53. Рокицкая, Ю.А. Психолого-педагогические условия формирования оптимизма у подростков[Текст]: монография / Ю. А. Рокицкая. – Челябинск: Издательство Цицеро, 2017. – 185 с.
54. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст] : учебное пособие / Сергей Рубинштейн. – СПб.: Питер, Ком, 2014. – 720 с.
55. Рыбалко, Е.Ф. Возрастная и дифференциальная психология[Текст]: учеб.пособие / Елена Рыбалко. –Спб.: Издательство Ленинградского ун–та; 2015. 295 с.
56. Сапогова, Е.Е. Психология развития человека [Текст] : учебник для студентов псих.факультетов / Елена Сапогова. –Москва: Аспект–Пресс, 2006. – 460 с.
57. Семенюк, Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции [Текст] : учебное пособие / под ред. Д. И. Фельдштейн. –Москва: НПО МОДЭК, 2006. – 318 с.

58. Скотарева, Е.М. Психолого–педагогическая коррекция: теоретико–методологический аспект [Текст]: учеб.пособие для студ. психол. спец. / ЕкатеринаСкотарева. — Саратов: «Наука», 2007 — 72 с.
59. Степанов, В.Г. Психология трудных школьников [Текст] :учеб.пособие для студ. психол. спец / Владимир Степанов. –Москва: «Академия», 2006. – 336 с.
60. Столин, В.В. Самосознание личности [Текст]: учебное пособие/ ВладимирСтолин. – М.: Бек, 2013. – 184с.
61. Столяренко, Л.Д. Основы психологии[Текст]: учеб.пособие для студентов высш. пед. заведений. / Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д.: «Феникс», 2012. – 736 с.
62. Столяренко, Л.Д. Педагогическая психология [Текст] : учебник для студентов педагогических вузов / Людмила Столяренко.– Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 671 с.
63. Тарабакина, Л.В. Эмоциональное развитие подростков [Текст]: учебноепособие для студентов педагогических вузов / ЛюдмилаТарабакина — Москва: Прометей, 2011. – 208с.
64. Тест руки (HandTest) [Текст]:практикум по психологии личности / Елисеев О.П. – СПб.:Иматон, 2003. – С.310-327
65. Фельдштейн, Д.И. Особенности личностного развития подростка в условиях социально–экономического кризиса [Текст]/ Мир психологии и психология в мире. –2014. –№ 2. –С. 107.
66. Чаморро-Премузик, Т. Уверенность в себе. Как повысить самооценку, преодолеть страхи и сомнения [Электронный ресурс] / Томас Чаморро-Премузик– Электрон. дан. – Москва: Альпина Паблишер, 2016. – 266 с. – Режим доступа:<http://www.iprbookshop.ru/41468.html>– Загл. с экрана
67. Чеховских, М.И. Психология [Текст]: учеб.пособие / Михаил Чеховских. – М.: Новое знание, 2013. – 380 с.

68. Шаяхметова, В.К. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков в условиях общеобразовательной школы [Электронный ресурс] / В.К. Шаяхметова, С. А. Брынских// Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т.31. – С. 116-120. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2015/74489.htm>. – Загл. с экрана.

69. Шибутани, Т. Социальная психология [Текст]: учебник для студентов высших учебных заведений /ТамотсуШибутани. –Москва: АСТ; Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 539 с.

70. Эриксон, Э. Детство и общество [Текст]: учебное пособие / Эрик Эриксон. – СПб.: Летний сад, 2010. – 416 с.

71. Юрчук, В.В. Современный словарь по психологии [Текст]: словарь для студентов псих.факультетов / ВикторЮрчук. – Москва: Элайда, 2012. – 438 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики агрессивного поведения подростков 14-15 лет

Оценка агрессивности в отношениях» 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.

Инструкция к тесту. Подчеркните наиболее подходящий ответ.

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

1. Всегда.

2. Иногда.

3. Никогда.

2. Как Вы ведете себя в критической ситуации?

1. Внутренне кипите.

2. Сохраняете полное спокойствие.

3. Теряете самообладание.

3. Каким считают Вас коллеги?

1. Самоуверенным и завистливым.

2. Дружелюбным.

3. Спокойным и независтливым.

4. Как Вы отреагируете, если Вам предложат ответственную должность?

1. Примете ее с некоторыми опасениями.

2. Согласитесь без колебаний.

3. Откажетесь от нее ради собственного спокойствия.

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

1. Выдадите ему “по первое число”.

2. Заставите вернуть.

3. Спросите, не нужно ли ему еще что-нибудь.

6. Какими словами Вы встретите мужа (жену), если он (она) вернулся с работы позже обычного?

1. “Что это тебя так задержало?”

2. “Где ты торчишь допоздна?”
3. “Я уже начал(а) волноваться”.
7. Как Вы ведете себя за рулем автомобиля?
  1. Стараетесь ли обогнать машину, которая “показала вам хвост”?
  2. Вам все равно, сколько машин Вас обошло.
  3. Помчитесь с такой скоростью, чтобы никто не догнал Вас.
8. Какими Вы считаете свои взгляды на жизнь?
  1. Сбалансированными.
  2. Легкомысленными.
  3. Крайне жесткими.
9. Что Вы предпринимаете, если не все удастся?
  1. Пытаетесь свалить вину на другого.
  2. Смиряетесь.
  3. Становитесь впредь осторожнее.
10. Как Вы отреагируете на фельетон о случаях распущенности среди современной молодежи?
  1. “Пора бы уже запретить им такие развлечения”.
  2. “Надо создать им возможность организованно и культурно отдыхать”.
  3. “И чего мы столько с ними возимся?”
11. Что Вы ощущаете, если место, которое Вы хотели занять, досталось другому?
  1. “И зачем я только на это нервы тратил?”
  2. “Видно, его физиономия шефу приятнее”.
  3. “Может быть, мне это удастся в другой раз”.
12. Как Вы смотрите страшный фильм?
  1. Бойтесь.
  2. Скучаете.
  3. Получаете искреннее удовольствие.
13. Если из-за дорожной пробки вы опаздываете на важное совещание?
  1. Будете нервничать во время заседания.
  2. Попытаетесь вызвать снисходительность партнеров.
  3. Огорчитесь.
14. Как Вы относитесь к своим спортивным успехам?
  1. Обязательно стараетесь выиграть.
  2. Цените удовольствие почувствовать себя вновь молодым.
  3. Очень сердитесь, если не везет.

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

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

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

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

17. Какой, по-вашему, Вы человек?

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

18. Что Вы ответите 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?!”

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

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

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

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

Обработка и интерпретация результатов теста

За ответ а начисляется 1 балл, за ответ б – 2 балла, за ответ с – 3 балла.

Подсчитайте сумму ваших ответов.

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

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

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

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

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

#### Методика Басса-Дарки для диагностики агрессивности.

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

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

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

Басс и А. Дарки выделили следующие типы реакций:

физическая агрессия - использование физической силы против другого лица;

косвенная - агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

раздражение - готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

негативизм - оппозиционна манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

обида - зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

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

вербальная агрессия - выражение негативных чувств, как через форму, так и через содержание словесных ответов.

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

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

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

Физическая агрессия:

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

"нет" = 1, "да" = 0: 9, 7

Косвенная агрессия:

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

"нет" = 1, "да" = 0: 26, 49

Раздражение:

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

"нет" = 1, "да" = 0: 11, 35, 69

Негативизм:

"да" = 1, "нет" = 0: 4, 12, 20, 28

"нет" = 1, "да" = 0: 36

Обида:

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

Подозрительность:

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

"нет" =1, "да" = 0: 33, 66, 74, 75

Вербальная агрессия:

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

"нет" =1, "да" = 0: 33, 66, 74, 75

Чувство вины:

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

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

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

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

Стимульный материал:

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим	да	нет
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю	да	нет
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь	да	нет
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполняю	да	нет
5. Я не всегда получаю то, что мне положено	да	нет
6. Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной	да	нет
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать	да	нет
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести	да	нет
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека	да	нет
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами	да	нет
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам	да	нет
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его	да	нет
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами	да	нет
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружественно, чем я ожидал	да	нет
15. Я часто бываю несогласен с людьми	да	нет

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

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

Тест «Рука» (разработчиком является Научно-практический центр «Психодиагностика», С.И. Ерина, Н. Колесниченко, адаптация методики Пиотровского, Э. Вагнера).

#### Назначение теста

Тест руки Вагнера предназначен для диагностики агрессивности. Методика может использоваться для обследования как взрослых, так и детей.

#### Описание теста

Тест опубликован Б.Брайклином, З.Пиотровским и Э.Вагнером в 1962 году. Идея теста принадлежит Э.Вагнеру.

В теоретическом обосновании авторы исходят из положения о том, что развитие функции руки связано с развитием головного мозга. Велико значение руки в восприятии пространства, ориентации в нем, необходимых для любого действия. Рука непосредственно вовлечена во внешнюю активность. Следовательно, предлагая обследуемым в качестве визуальных стимулов изображения руки, выполняющей разные действия можно сделать выводы о тенденциях активности обследуемых.

Методический прием, положенный в основу теста руки, заключается в том, что испытуемого просят проинтерпретировать содержание действия, представленного в виде «стоп-кадра» изображения кисти руки, социально нейтрального и не несущего какой-либо смысловой нагрузки. Предполагается, что включение элемента в контекст более широкого вида активности и в сам выбор этого вида активности происходит по механизму проекции и в значительной степени определяется наличным состоянием испытуемого и, в частности, его активными мотивами.

#### Инструкция к тесту

«Внимательно рассмотрите предлагаемые Вам изображения и скажите, что, по Вашему мнению, делает эта рука?»

Если испытуемый затрудняется с ответом, ему предлагается вопрос: «Как Вы думаете, что делает человек, которому принадлежит эта рука? На что способен человек с такой рукой? Назовите все варианты, которые можете себе представить».

#### *Примечание*

Стимульный материал - стандартные 9 изображений кисти руки и одна без изображения (подобно пустой карточке в Тематическом Тесте Апперцепции), при показе которой просят представить кисть руки и описать ее воображаемые действия.

Изображения предъявляются в определенной последовательности и положении.

При нечетком и недвусмысленном ответе просят пояснения, спрашивают: «Хорошо, а что еще?», но не навязывают никаких специфических ответов. Если экспериментатор чувствует, что его действия встречают сопротивление, рекомендуется перейти к другой карточке.

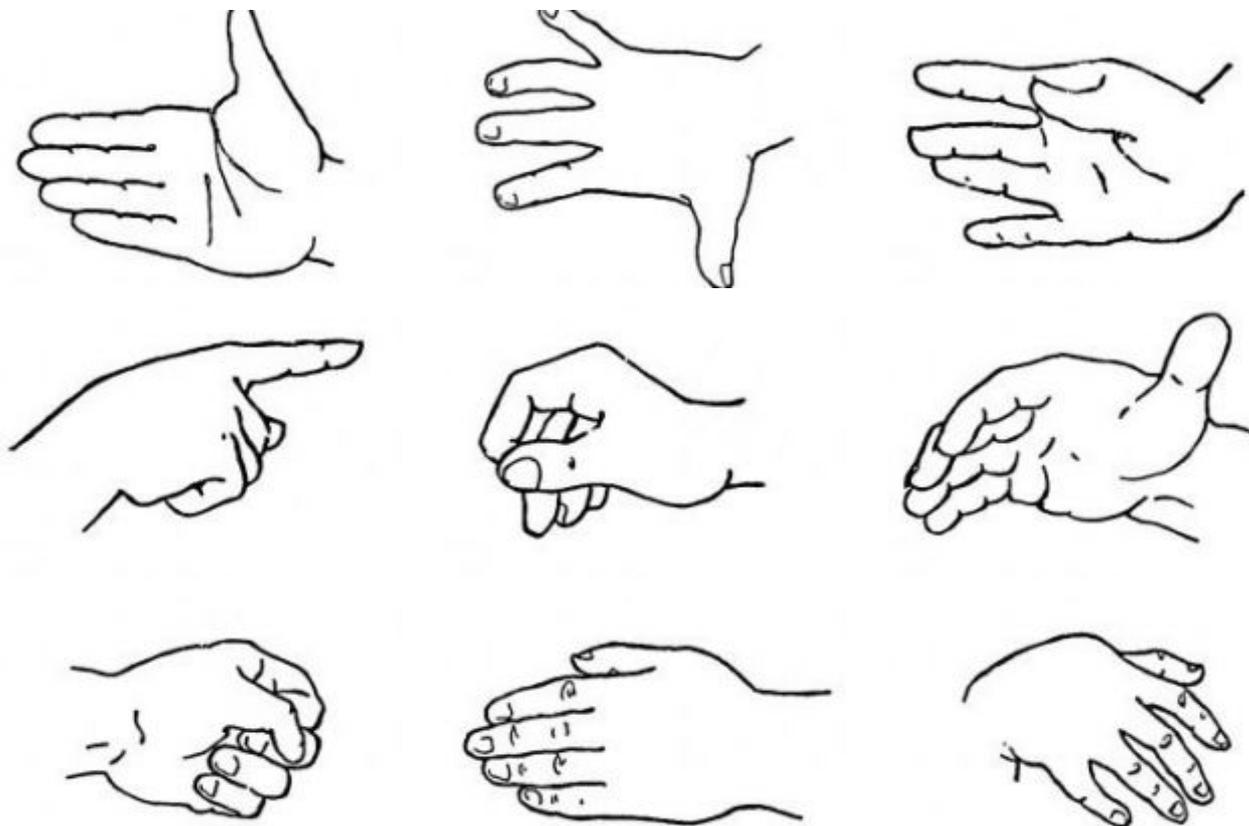
Держать рисунок-карточку можно в любом положении.

Число вариантов ответов по карточке не ограничивается и не стимулируется так, чтобы вызвать сопротивление испытуемого. Желательно получить *четыре варианта ответов*. Если число ответов меньше, уточняете, нет ли желания еще что-либо сказать по данному изображению руки, а в протоколе, например, при единственном варианте ответа проставляется его обозначение со знаком \*4, т.е. этот единственный безальтернативный ответ оценивается в четыре балла вместо одного.

Важно во всех возможных случаях (если испытуемый не выражает протеста) максимально *снижать неопределенность ответа*, наполнять смыслом высказывания типа «кто-то, что-то, кому-то» и т.п.

Все ответы фиксируются в протоколе. Помимо записи ответов регистрируется *положение*, в котором обследуемый держит карточку, а также *время* с момента предъявления стимула до начала ответа.

Тестовый материал



## Обработка и интерпретация результатов теста

При обработке полученных результатов каждый ответ испытуемого относят к одной из 11 категорий.

**Агрессия (а).** Рука воспринимается как доминирующая, наносящая повреждение, активно захватывающая какой-либо предмет, совершающая агрессивное действие (щиплющая, дающая пощечину, давящая насекомое, готовая нанести удар и т.п.).

**Указание (у).** Рука участвует в действии императивного характера: ведет, направляет, препятствует, господствует над другими людьми (дирижирует оркестром, дает указание, читает лекцию, учитель говорит ученику: «выйди вон», милиционер останавливает машину и т.п.).

**Страх (с).** Рука выступает в ответах как жертва агрессивных проявлений другого лица или стремится оградить кого-либо от физических воздействий; может восприниматься в качестве наносящей повреждение самой себе. В эту категорию также включаются ответы, содержащие тенденции к отрицанию агрессии (не злая рука; кулак сжат, но не для удара; поднятая в страхе рука; рука, отвращающая удар и т.п.).

**Эмоциональность (э).** Рука выражает любовь, позитивные эмоциональные установки к другим людям; участвует в действии, выражающем привязанность, положительное отношение, благожелательность (дружеское рукопожатие; похлопывание по плечу; рука, глядящая животное, дарящая цветы; обнимающая рука и т.п.).

**Коммуникация (к).** Рука участвует в коммуникативном действии: обращается к кому-либо, контактирует или стремится установить контакты. Общающиеся партнеры находятся в положении равенства (жестикуляция в разговоре, язык жестов, показывает дорогу и т.п.).

**Зависимость (з).** Рука выражает подчинение другим лицам: участвует в коммуникативном действии в позиции "снизу", успех которого зависит от благожелательного отношения другой стороны (просьба; солдат отдает честь офицеру; ученик поднял руку для вопроса; рука, протянутая за милостыней; человек останавливает попутную машину и т.п.).

**Демонстративность (д).** Рука разными способами выставляет себя на показ, участвует в явно демонстративном действии (показывает кольцо, любителю маникюром, показывает тени на стене, танцует, играет на музыкальном инструменте и т.п.).

**Увечность** (*ув*). Рука повреждена, деформирована, больна, неспособна к каким-либо действиям (раненая рука, рука больного или умирающего, сломанный палец и т.п.).

**Активная безличность** (*аб*). Рука участвует в действии, не связанном с коммуникацией; однако рука должна изменить свое физическое местоположение, приложить усилие (вдевает нитку в иглолку, пишет, шьет, ведет машину, плавает и т.п.).

**Пассивная безличность** (*пб*). Рука в покое, либо наблюдается появление тенденции к действию, завершение которого не требует присутствия другого человека, но при этом рука все же не изменяет своего физического положения (лежит, отдыхая; спокойно вытянута; человек облокотился на стол; свесилась во время сна; и т.п.).

**Описание** (*о*). В эту категорию входят описания руки без указания на совершаемые ею действия (пухлая рука, красивая рука, рука ребенка, рука больного человека т.п.).

При категоризации возможна определенная однозначность, однако предполагается, что она не очень существенно влияет на окончательную интерпретацию. Ниже для иллюстрации приводится примерная форма протокола.

В *первой* колонке указывают номер карточки. Во *второй* - дается время первой реакции на карточку в секундах. В *третьей* - приводятся все ответы испытуемого. В *четвертой* - результаты категоризации ответов. Если экспериментатору приходится обращаться к испытуемому с уточнениями - это обозначается (*об*).

Максимальное число баллов, которое может набрать испытуемый, учитывая, что он дает по четыре ответа на каждую карточку - 40. Однако испытуемый может давать больше ответов по одним категориям и меньше по другим. В приведенном примере мы имеем больше четырех высказываний по категориям «Агрессия», «Указание», «Коммуникация» и не имеем высказываний по категориям «Демонстративность» и «Увечность».

Ответы, относящиеся к категориям «Агрессия» и «Указание», рассматриваются: как связанные с готовностью обследуемого к высшему проявлению агрессивности, нежеланием приспособиться к окружению.

Категории ответов: «Страх», «Эмоциональность», «Коммуникация» и «Зависимость» отражают тенденцию к действию, направленную на приспособление к социальной среде; при этом вероятность агрессивного поведения незначительна.

Ответы, относящиеся к категориям «Демонстративность» и «Увечность», при оценке вероятности агрессивных проявлений не учитываются, т.к. их роль в данной

области поведения непостоянна. Эти ответы могут лишь уточнять мотивы агрессивного поведения.

Категории «*Активная безличность*» и «*Пассивная безличность*» в анализе также не участвуют, так как их влияние на агрессивность поведения не однозначно.

Суммарный балл агрессивности вычисляется, по формуле:

**$A = (\text{Агрессия} + \text{Указание}) - (\text{Страх} + \text{Эмоциональность} + \text{Коммуникация} + \text{Зависимость}),$**

То есть количественный показатель открытого агрессивного поведения рассчитывается путем вычитания суммы «адаптивных» ответов из суммы ответов по первым двум категориям.

Первый член формулы характеризует *агрессивные* тенденции, второй - тенденции, *сдерживающие* агрессивное поведение.

*Сокращенная интерпретация результатов теста* основывается на сравнении суммарного балла с тестовыми нормами и принятии решения об уровне агрессивности и актуальном состоянии испытуемого. Однако более содержательную информацию можно получить при анализе удельного веса и места агрессивных тенденций в общей системе диспозиций. Информационной в плане прогноза агрессивного поведения является доля ответов в категории «*Агрессия*» по отношению к суммарному количеству ответов в категориях, учитываемых при подсчете суммарного балла.

Таким образом, 2-3 агрессивных ответа при полном отсутствии ответов типа социальной кооперации говорят о большой степени враждебности, чем множество таких ответов на фоне еще большего количества установок на доброжелательное межличностное взаимодействие. В рассматриваемом примере

$$A = (6+9) - (3+2+11+2) = -3.$$

То есть установки на социальное сотрудничество и зависимость преобладают над агрессивными, доминантными тенденциями.

Важно, что значение имеет не только соотношение установок на социальную кооперацию и агрессию, но и то, какие именно тенденции противопоставляются конфронтации, что побуждает человека к сотрудничеству: страх перед ответной агрессией, чувство собственной неполноценности, зависимости или потребность в теплых, дружеских контактах с окружающими. Внешне сходное поведение в этих случаях имеет принципиально различные внутренние детерминанты. Данные об их природе можно получить при анализе удельного веса установок, которые противостоят агрессии (категории «*Страх*», «*Коммуникация*», «*Эмоциональность*», «*Зависимость*»).

## Средние значения агрессивности и ее среднеквадратические отклонения по группам подростков и взрослых

№ группы	Экспериментальные	Среднее значение	Среднеквадратическое отклонение	Число испытуемых
1 Взрослые		-0,93	7,79	30
2 Подростки		-0,56	10,44	30
3 Хулиганы		1,84	1,8	19
4 Психопаты		2,87	2,38	15

Кроме данных об уровне агрессивности, с помощью теста руки можно получить много дополнительной информации, характеризующей текущее психическое состояние обследуемого. Для этого проводится анализ по всем категориям теста и определяется процентное соотношение ответов по отдельным категориям.

Интересная информация может быть получена при анализе ответов по тем категориям, которые не входят в подсчет суммарного балла агрессивности.

Высокий процент ответов по категории «*Демонстративность*» свидетельствует о проявлениях истероидности, демонстративности (особенно у испытуемых мужского пола).

Повышенный удельный вес ответов по категориям «*Зависимость*», «*Увечность*» и «*Пассивность*» характерен для больных с органической патологией мозга.

Увеличение процента ответов по категории «*Увечность*» (если для этого нет объективных предпосылок) свидетельствует о наличии у испытуемого ипохондрических переживаний.

Снижение числа ответов по категориям «*Активная безличность*» и «*Пассивная безличность*» интерпретируется как проявление гиперсензитивности испытуемого, т.е. лишь немногие внешние стимулы являются для него нейтральными и безличными.

В том случае когда большую часть занимают ответы по категориям «*Описание*», «*Пассивная безличность*», можно сделать вывод о значительном снижении общего уровня активности испытуемого. Такое состояние может быть следствием астении, либо проявлением более глубоких изменений энергетики.

Снижение числа ответов по категориям «*Эмоциональность*» и «*Коммуникация*», связанных с процессом обучения, говорит о необходимости обратить внимание психолога на сферу социальных контактов испытуемого, позволяет предположить наличие сложностей в этой области, отгороженности от окружающих, либо аутизации.

Анализ данных по выделенным параметрам имеет качественный характер и должен производиться с большой осторожностью при достаточном опыте работы с методикой.

Области применения теста

Использование **теста руки Вагнера** может быть продуктивным не только при диагностике агрессивности, но и в некоторых других случаях.

*Для диагностики межличностных отношений.* В этом случае инструкция видоизменяется. Испытуемого просят ответить на вопрос о том, что делает рука, изображенная на карточках, но при этом психолог говорит: «Представьте себе, что это рука Вашего друга (ребенка, мужа, жены, руководителя и т.п.)». Данный вариант дает возможность увидеть, какие тенденции и какой знак социальной направленности (положительный или отрицательный) приписываются партнеру и, таким образом, можно проанализировать актуальное отношение к нему испытуемого.

*Для диагностики кандидатов, выдвигаемых на руководящие должности.* Если в процессе тестирования выявляется повышенный удельный вес ответов по категории «Указание» и одновременно незначительный процент установок на социальную кооперацию, то можно с большой вероятностью прогнозировать жесткую, авторитарную позицию будущего руководителя. При отсутствии ответов по категориям «Указание» и «Агрессия» и одновременном увеличении ответов по категориям «Зависимость» и «Страх» кандидат, скорее всего, проявляет себя как ведомый, зависимый, не способный отстаивать свою позицию.

*Для диагностики агрессивности различных групп преступников,* прогноза открытого агрессивного поведения в криминальной психологии при проведении судебно-психологической экспертизы.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования агрессивного поведения подростков 14-15 лет

Таблица 1 – Результаты агрессивного отношения по тесту А. Ассингера

Учащихся	Баллы	Уровень агрессивности
1	30	Низкий
2	35	Средний
3	40	Средний
4	38	Средний
5	45	Высокий
6	40	Средний
7	42	Средний
8	42	Средний
9	43	Средний
10	48	Высокий
11	35	Средний
12	44	Средний
13	34	Средний
14	30	Низкий
15	30	Средний
16	44	Высокий
17	34	Средний
18	37	Средний
19	30	Низкий
20	37	Средний
21	44	Высокий
Итого		
Высокий уровень - 4 (19%)		
Средний уровень - 14 (67%)		
Низкий уровень - 3 (14%)		

Таблица 2– Результаты уровней показателей доминирующих индексов агрессивности и враждебности («Методика диагностики состояний агрессии» А.Басса-А.Дарки)

№	Индекс агрессивности	Уровень	Индекс враждебности	Уровень
1	20	Норма	18	Выше нормы
2	21	Норма	8	Норма
3	20	Норма	6	Норма
4	18	Норма	10	Норма
5	14	Ниже нормы	10	Норма
6	15	Ниже нормы	12	Выше нормы
7	16	Ниже нормы	11	Выше нормы

Продолжение таблицы 2

№	Индекс агрессивности	Уровень	Индекс враждебности	Уровень
8	14	Ниже нормы	12	Выше нормы
9	9	Ниже нормы	3	Ниже нормы
10	16	Ниже нормы	8	Норма
11	13	Ниже нормы	10	Норма
12	15	Ниже нормы	5	Норма
13	12	Ниже нормы	10	Норма
14	23	Выше нормы	15	Выше нормы
15	23	Выше нормы	13	Выше нормы
16	27	Выше нормы	10	Норма
17	21	Норма	15	Выше нормы
18	18	Норма	12	Выше нормы
19	21	Норма	17	Выше нормы
20	25	Выше нормы	12	Выше нормы
21	21	Норма	11	Выше нормы

Итого:

1. Индекс агрессивности:
  - Уровень выше нормы- 19% (4 человека).
  - Уровень нормы – 38% (8 человек).
  - Уровень ниже нормы – 43% (9 человек).
2. Индекс враждебности:
  - Уровень выше нормы – 53% (11 человек).
  - Уровень нормы – 43% (9 человек).
  - Уровень ниже нормы – 4% (1 человек)

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Психолого-педагогическая программа коррекции агрессивного поведения подростков 14-15 лет

### **Занятие №1.**

**Цель:** сформировать желание сотрудничества и работы по нивелированию агрессивного поведения.

**Задачи:**

Создание благоприятного психологического климата.

Знакомство с участниками.

Расширение информации о личности подростка и проблеме агрессивного поведения.

### **Упражнение №1. «Тайны имени»**

**Цель:** знакомство с группой подростков, получение первичной информации.

**Ведущий:**

Давайте познакомимся. Я предлагаю рассказать вам о своем имени. Как известно, имя для человека оказывает большое значение. Взрослеет человек и его имя тоже изменяется. Давайте поразмышляем над скрытым значением вашего имени. Для начала откроем тайну первого звука вашего имени. Что вас ведет по жизни? А на что нужно обратить внимание?

Например: «Я — Михаил, и мне приходят на помощь Мудрость и Мужество. А помнить я должен о том, что частенько бываю Мелочным и Мягкотелым».

Или: «Я — Игорь. Мне помогают такие силы, как Искренность и Ироничность. Мешают зачастую Инертность и Импульсивность».

Подумайте 3 минуты, после этого можете представиться и рассказать значение своего имени.

**Ведущий:** спасибо вам, сейчас давайте назовем качества, начинающиеся на каждую букву вашего имени и присутствующие у вас. Например: «Мое имя — Михаил. И, как мне кажется, я мудрый и мыслящий; ищущий, искрящийся и исполнительный; храбрый и хитрый; азартный и артистичный; искренний; ласковый!» Или: «Мое имя Игорь. Возможно, я исполнительно-ироничный; гордый и громогласный; опрометчив и отважен; решителен и разумен. А мягкий знак в моем имени указывает на мою мягкость».

Если кто-то из участников говорит о том, что ему не нравится свое имя, то можно спросить, какие качества ему не нравятся в человеке с таким именем, каким бы именем он хотел обладать и какие достоинства у этого имени.

### **Упражнение № 2. «Здравствуйте»**

**Цель:** приветствие, создание благоприятного психологического климата.

Участники игры становятся в круг. Ведущий предлагает ребятам поздороваться со своими соседями справа и слева определенным способом. Например, как принято в некоторых странах, при этом он называет страну и принятый способ приветствия.

**Варианты приветствий:**

в России принято пожимать друг другу руку;

в Италии – горячо обниматься;

в Бразилии – хлопать друг друга по плечу;

в Зимбабве – трутся спинами;

в Македонии – здороваются локтями;

в Никарагуа – приветствуют друг друга плечами;

у австралийских аборигенов принято тройное приветствие: а) хлопнуть по ладоням; б) подпрыгнуть; с) толкнуть бедром.

### **Упражнение №3 «Правила в группе» (7 минут) (Морева)**

Цель: установление и закрепление правил работы в группе

Ведущий рассказывает о цели занятий, об их особенностях и предлагает принять определённые правила поведения на занятиях. Каждое правило обсуждается.

Добровольность участия: не хочешь говорить или выполнять задание - не делай этого, но сообщи с помощью условного запрещающего знака.

Не существует правильных и неправильных ответов. Правильный ответ тот, который выражает твоё мнение.

Не выносить информацию за пределы круга. Не обсуждать после занятий.

Не лгать. Лучше промолчать.

Нельзя оценивать высказывания другого человека, если он сам не просит.

**Упражнение №4. Мозговой штурм на тему «Агрессивное поведение». (10 минут).** Как вы думаете, что такое агрессивное поведение? Агрессия (от латинского «agressio» — нападение, приступ) - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящее физический ущерб людям (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и т. д.)

Обсуждение:

Какие ассоциации возникают при слове агрессия?

Зачем она нужна человеку?

Чем она может помешать?

**Упражнение № 5 «Нарисовать свой гнев»**

Цель: содействие формированию адаптивного поведения.

Ведущий предлагает изобразить на листе бумаги, на что похож его гнев.

Обсуждение:

Что изображено на рисунке?

Что чувствовал, когда рисовал?

Изменилось ли состояние?

Что хочется сделать с этим рисунком?

**Упражнение № 6 “А я – не тормоз” (5 минут)**

**Цель:** выплеск негативных эмоций, снятие агрессии.

Участники стоят в кругу, рассчитываются на 1,2,3,4,5,6,7,8,9...по порядку. Запоминают свой номер. Затем в круг встает один из участников и называет два числа, например, 3 и 15. Те, подростки, чьи это номера меняются местами, и тот, кто стоит в кругу пытается тоже встать на место одного из номеров 3 или 15. Кто не успел, остается в кругу и говорит: А я – не тормоз! Все участники: А мы – заметили! Затем он называет два номера и так продолжается игра.

Рефлексия: Как чувствовали себя во время игры? Как ощущения тех, кто стоял в кругу?

Рефлексия:

Что нового вы узнали на занятие?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

**Упражнение №7. «Аплодисменты»**

Цель: завершение занятия на позитивном настрое.

Время выполнения: 5 минут

Участникам предлагается встать в круг, один из желающих выходит в центр круга, а остальные ему бурно аплодируют. Они продолжают это делать ровно столько, сколько он захочет. Он благодарит группу (говорит «спасибо», кланяется и т. п.) и возвращается в круг. После этого выходит следующий участник.

Упражнение поднимает настроение участников порой до уровня восторга и хорошо завершает занятие на эмоциональном уровне.

## **Занятие №2**

Цель: осознание своей агрессивности и неконструктивности поведения.

Задачи:

Показать возможность несоответствия испытываемых отрицательных эмоций впечатлению, которое они могут производить на окружающих, опасность гневных, агрессивных реакций

Сформировать необходимость умения контролировать себя,

Познакомить с элементами самоконтроля внешнего проявления эмоций.

### **Упражнение №1 «Приветствие»**

**Цель:** Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

**Ход упражнения:** Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть, и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты, как всегда, энергичен и весел». Можно вспомнить ту индивидуальную черту человека, которую он сам выделил при первом знакомстве. Можно обращаться не только к конкретному человеку, но и ко всем сразу

### **Упражнение №2 «Что делать с агрессией и гневом»**

Цель: обучение конструктивным способам выражения гнева

На листе бумаге, разделенном вертикальной линией по середине, слева дети записывают, как окружающие в течение учебного дня проявляют агрессию по отношению к ребенку и все возможные последствия подобных действий, справа – как сам ребенок проявляет агрессию по отношению к другим детям и все возможные последствия его поведения. Обсуждение: Что побуждает людей проявлять насилие и жестокость по отношению к другим? Всегда ли это оправдано и необходимо? Возможно, ли избежать подобных действий? Что испытываешь лично ты, проявляя агрессию по отношению к другим, каково тебе, когда окружающие агрессивны по отношению к тебе? Почему многие взрослые и дети часто пытаются почувствовать свое превосходство, унижая других. Возможно, ли проявлять свою агрессию не кулаками, а какими-то другими способами? Как ведет себя жертва агрессии? Кто становится жертвой агрессии, как этого избежать. В чем проявляется равноправие между людьми. Как избавиться от насилия и жестокости в современном обществе. Предложите свой рецепт “неагрессивного мира”. Что для этого необходимо.

### **Упражнение № 3. «Вспоминаем эмоции»**

**Цель:** Показать возможность несоответствия испытываемых отрицательных эмоций впечатлению, которое они могут производить на окружающих, опасность гневных, агрессивных реакций.

Учащимся предлагается вспомнить, что такое эмоции, какие они бывают, как выражаются, невербально изобразить называемые ведущим эмоции.

Далее выполняется в два этапа упражнение «Шла Саша по шоссе». Каждый из участников получает карточку с какой-либо скороговоркой («Палку толкал лапкой Полкан», «Все бобры добры до своих бобрят», «Сеня вез воз сена», «Дарья дарит Дине дыни» и т. д.), после чего имитирует ситуацию, в которой чувствовал себя раздраженным. Участники, насупив брови и сжав кулаки, ходят по комнате и «ворчат» себе под нос свои скороговорки, время от времени как бы обращаясь, друг к другу. Во время второго этапа участники гневно кричат друг на друга текстами скороговорок. Обсуждение:

1. Какие реальные эмоции отображали игровые ситуации;
2. Как можно управлять подобными эмоциями;
3. Что такое гнев (отрицательная эмоция);
4. К каким опасным последствиям он может привести.

### **Упражнение №4 «Мир глазами агрессивного человека»**

Цель: осознание негативных последствий агрессивного поведения.

Один из участников выполняет любое неагрессивное действие (встает, кладет ногу на ногу, улыбается, подмигивает). Второй комментирует это с позиции агрессивного человека: «Ты встал, потому что хочешь толкнуть ногой мой стул», «Ты улыбаешься, потому что хочешь сказать про меня какую-нибудь гадость» и т. д. Остальные участники могут предлагать свои комментарии. Обсуждение:

1. Каким представляется агрессивный человек?
2. Улучшается ли его самочувствие после гневных нападок?
3. Как к нему будут относиться близкие?
4. Как к нему могут относиться посторонние?

Обращается внимание на негативные последствия именно агрессивных реакций, чаще всего неконструктивных, а также на то, что внешние проявления гнева, злости и вообще чрезмерные проявления эмоций неблагоприятно представляют человека в глазах окружающих. Кроме того, следует подчеркнуть, что агрессивный человек приписывает другим свои собственные агрессивные намерения и негативные чувства.

#### **Упражнение №5. «Самоконтроль внешнего выражения эмоций»**

Цель: освоить способ самоконтроля и саморегуляции эмоций.

Подростки вспоминают конкретную ситуацию, в которой они испытывали сильное эмоциональное напряжение, свое состояние (позу, мимику, жесты) и мысленно воспроизводят его.

Вопросы самоконтроля:

Как выглядит мое лицо?

Не скован (а) ли я? Не сжаты ли мои зубы?

Как я сижу?

Как я дышу?

Если эти признаки выявлены, необходимо:

1. произвольно расслабить мимические мышцы, для чего используются следующие формулы:

- . Мышцы лица расслаблены.
- . Брови свободно разведены.
- . Лоб разглажен.
- . Расслаблены мышцы челюстей.
- . Расслаблены мышцы рта.
- . Расслаблен язык, расслаблены крылья носа.
- . Все лицо спокойно и расслаблено.
- . Удобно сесть, встать.

2. сделать 2-3 глубоких вдоха и выдоха, чтобы восстановить учащенное дыхание.

3. установить спокойный ритм дыхания.

Обсуждение:

1. Какое было ваше состояние в начале упражнения;
2. Как оно изменилось;
3. Какие еще известны способы произвольно регулировать свое состояние?
4. Закончите предложение «В напряженной ситуации я сделаю..., так как это поможет...».

#### **Упражнение №6. «Комплимент»**

Цель: повышение самооценки участников, актуализация их личностных ресурсов.

Участникам предлагается поблагодарить друг друга за проведенное вместе время. И сказать друг другу комплименты.

Рефлексия:

Что нового вы узнали на занятие?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

### **Занятие № 3**

**Цель:** формирование внутреннего самоконтроля и умения сдерживать негативные импульсы.

#### **Задачи:**

1. развивать навыки контроля эмоций;
2. развивать навыки контроля негативного поведения;
3. развитие отражения своих чувств и эмоций в позитивной форме.

#### **Упражнение №1. "Волшебные заросли"**

**Цель:** научить подростков контролировать свои эмоции, речь и негативные импульсы.

**Время выполнения:** 5 минут

Каждый участник пытается проникнуть в центр круга, образованными тесно прижатыми "волшебными водорослями" - всеми остальными участниками. "Водоросли" понимают человеческую речь и чувствуют прикосновения. Водящий должен самыми добрыми словами и нежными движениями уговорить "водорослей" пропустить его в центр круга. Остальные участники не должны пропускать водящего ни при каких обстоятельствах. Затем, по окончании игры, обсуждается, когда и при каких условиях водоросли расступились, а при каких нет.

#### **Упражнение №2. «Довольный – сердитый»**

**Цель:** дать подросткам возможность понять, что они в состоянии играть свои эмоции, а значит и контролировать их.

**Время выполнения:** 10 минут.

Участники сидят в общем кругу. Ведущий дает инструкцию: «Закрой глаза и задумайся о том, что ты делаешь, когда ты доволен, и что ты делаешь, когда ты сердит. Сначала представь себе, что ты доволен. Что ты тогда делаешь? Где ты находишься при этом? Кто находится рядом с тобой? Как ты чувствуешь себя в таких случаях? Где в своем теле ты ощущаешь, что ты доволен?

Теперь представь себе, что ты рассержен. Что ты делаешь? Где ты находишься? Кто рядом с тобой? Где в своем теле ты ощущаешь, что ты рассержен?

Теперь подумай, в каком состоянии ты бываешь чаще. Выбери сейчас одно из чувств - то, которое ты испытываешь чаще. Теперь закрой глаза. Начни ходить по комнате и выражай то чувство, в котором ты пребываешь всеми возможными способами. Дыши гневно или довольно, двигайся в соответствии с этим настроением, издавай какие-либо звуки, соответствуй этому чувству. А сейчас, пожалуйста, замри в тишине и медленно превращайся в противоположное чувство. Если ты был сердитым, то стань довольным. Теперь веди себя подобно новому чувству. Обрати внимание на то, что меняется в твоём теле при перемене чувства. Может, это дыхание, может, что-то происходит с глазами.

Снова остановись и замри в тишине. Теперь веди себя так, как тебе захочется, подумай, как бы ты назвал это чувство. Теперь медленно останавливайся, открывай глаза и садись в круг».

**Обсуждение:**

Какое чувство тебе было выразить сложнее?

Как происходила смена одного чувства другим?

Какое из чувств тебе понравилось больше и что тебе понравилось в нем?

Тебе удалось изменить свои чувства?

#### **Упражнение №3. «Сдержи себя»**

**Цель:** контроль своих эмоций.

**Время выполнения:** 10 минут.

Участникам предлагаются на карточках варианты различных ситуаций, которые следует проиграть, но при этом необходимо сдерживать свои негативные эмоции или поведение. Ситуации могут быть разными, например мальчик так торопился в школу, что когда готовил себе завтрак, то пролил на себя кружку с горячим чаем. Участнику нужно изобразить эту ситуацию.

#### **Упражнение №4. "Возьми себя в руки"**

Цель: научить сдерживать себя.

Время выполнения: 5 минут.

Объяснить детям, что когда они испытывают неприятные эмоции: злость, раздражение, желание ударить кого-либо, то можно себя "взять в руки", т.е. остановить себя. Для этого нужно несколько раз глубоко вздохнуть и выдохнуть. Выпрямиться, прикрыть глаза, посчитать до 10, улыбнуться, открыть глаза.

#### **Упражнение №5. «Бабочка-ледышка»**

Цель: формирование внутреннего самоконтроля, внимание к тактильным ощущениям, развитие воображения.

Время выполнения: 5 минут.

Материалы: мячик.

Процедура: по кругу из рук в руки передается мячик, который в зависимости от инструкции то ледышка, то горячая картошка, то бабочка.

#### **Упражнение №6. «Давай поругаемся!»**

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, трансформация негативных эмоций в конструктивные.

Время выполнения: 5 минут.

Психолог предлагает ребенку «поругаться», при этом обзывать друг друга можно только овощами и фруктами. Потом психолог предлагает «хвалить» друг друга, называя разными цветами.

#### **Упражнение №7. «Лепим гнев»**

Цели: научить направлять энергию в определенный вид деятельности, расслаблять руки.

Время выполнения: 15 минут

Материалы: глина или пластилин.

Попросите подростка подумать о той ситуации (человеке), который вызывает максимальное чувство агрессии с их стороны.

Попросите подумать, на каких частях (части) тела он максимально ощущает гнев. Обсудите это.

Когда подросток будет рассказывать о своих ощущениях, спросите его: «На что похож твой гнев?», «Можешь ли ты изобразить его, вылепив из пластилина?»

Важно обсудить работу каждого из детей, и отметить: что изобразил подросток; что он чувствовал, когда лепил свой гнев; может ли он поговорить от лица своей фигурки (для выявления скрытых мотивов и переживания); изменилось ли состояние, когда он полностью слепил фигурку. Далее стоит спросить подростков, что им хочется сделать со своими фигурками (многие мнут, рвут фигурки на части, другие - хотят изменить их, исправить какие - то части или вылепить что - то новое). что он чувствует, когда лепит новый вариант; попросить поговорить от лица новой фигурки; что он чувствует теперь.

Рефлексия:

Что нового вы узнали на занятие?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

#### **Упражнение №8. «Я хочу сказать спасибо»**

Цель: завершение занятия на позитивном настрое.

Время выполнения: 5 минут.

Инструкция: Мы часто, а может быть и не очень часто, говорим "спасибо". Так принято. Принято благодарить за подарки, за вкусный обед, за оказанную услугу и за многое другое. Слово "спасибо" приятно не только тому, кто его слышит, но и тому, кто произносит. Не верите? Давайте проверим. Часто мы забываем или просто не успеваем поблагодарить человека за что-то важное, что он для нас сделал или делает. Сейчас в течение двух минут мы посидим молча. В это время постарайтесь вспомнить человека, которому вы хотели бы сказать "спасибо", и за что именно вы благодарны ему. Когда вы будете готовы, я попрошу вас сказать, кого вы хотели бы поблагодарить и за что. Начните со слов: "Я хочу сказать "спасибо"..."

#### **Занятие № 4.**

Цель: снижение негативных переживаний.

Задачи:

1. Снятие эмоционального напряжения.
2. Использование активности для выплескивания эмоций.

#### **Упражнение № 1. Приветствие.**

Подросткам предлагается поздороваться друг с другом необычными способами. Все становятся в круг, каждый по очереди показывает свой способ приветствия, все остальные повторяют за ним.

#### **Упражнение №2 «Ящик с обидами»**

Цель: посредством активных действий выплеснуть негативные переживания.

Материалы: картонный ящик и газета.

Участник комкает куски газеты в шары и кидает их в стену. Они падают, оставаясь на полу, а он продолжает комкать всё новые куски газеты и кидать в стену до тех пор, пока не устанет. Если участника обидели, то ему можно посоветовать сопровождать каждый бросок словами, адресованными обидчику. Когда подросток устанет и немного успокоится, можно вместе с ним собрать бумажные комки и сложить их до следующего раза, объясняя ему, что он всегда может ими воспользоваться наедине в своей комнате, когда снова почувствует сильное напряжение и желание злиться.

#### **Упражнение №3. «Крикните погромче»**

Цель: избавление от негативных эмоций.

Ребятам предлагается прокричать те слова, которые возникают у них при агрессии.

#### **Упражнение №4 «Я такой какой я есть, я такой - каким бы я хотел быть».**

Цель: формирование образа «идеального - я».

На листах бумаги написать с одной стороны «Я ТАКОЙ КАКОЙ ЕСТЬ», с другой стороны - «Я ТАКОЙ, КАКИМ ХОТЕЛ БЫ БЫТЬ» и ответить на вопрос «ЧТО МНЕ НУЖНО СДЕЛАТЬ, ЧТО-БЫ СТАТЬ ТАКИМ, КАКИМ ХОТЕЛ БЫ Я БЫТЬ».

#### **Упражнение № 5. «Автомойка»**

Задача: снятие напряжения в группе.

Инструкция:

Группа делится на две части и встают в шеренги лицом друг к другу. Первый человек становится «машиной», последний – «сушилкой». «Машина» проходит между шеренгами, все ее моют, поглаживают, бережно и аккуратно потирают. «Сушиллка» должна ее высушить, т.е. обнять. Прощедший мойку становится «сушилкой», с начала шеренги идет новая «машина». Так до тех пор, пока все не побывают «машиной».

Рефлексия:

Что нового вы узнали на занятие?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

#### **Занятие № 4.**

Цель: Развитие навыков эффективного межличностного взаимодействия.

1. Снятие эмоционального напряжения;
2. Выражение негативных эмоций через вербализацию чувств;
3. Обучение навыкам эффективного взаимодействия.

#### Упражнение №1. «Пожалуйста»

Цель: установление контактов между участниками, снятие эмоционального напряжения.

Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять лишь в том случае, если он к показу добавит слово «пожалуйста». Кто ошибется, выбывает из игры, выходит на середину и выполняет какое-нибудь задание, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т.д.

#### Упражнение № 2. «Плохое и хорошее»

Цель: формирование самоконтроля.

Участники оценивают свои основные черты характера, называя, например, 5 хороших своих черт и 5- плохих. Нужно определить, какие из черт зависят от самого человека и могут управляться изменяться самим человеком.

Обсуждение: Какими чертами, эмоциями человек может управлять сам.

#### Упражнение № 3. «Негативные образы»

Цель: изучение мотивов собственного агрессивного поведения, выражение негативных эмоций через вербализацию чувств.

Психолог: «Каждый из вас часто видит последствия своей агрессии, но не всегда понимает, т.е. не может объяснить причины, ее вызвавшие. Наши истинные мотивы или намерения часто скрываются от нас. Когда вы найдете причину вашей агрессии, определите цель, которой она служит, вы, наконец, научитесь понимать ее природу. Сейчас мы попытаемся разобраться в этой проблеме.

Разбейтесь на пары и сядьте друг напротив друга.

Попытайтесь мысленно вернуться к галерее «негативных» образов. Вы можете обращаться к любому персонажу. Определите, что не нравится в этом человеке, и проговорите вслух вашему партнеру напротив, будто он и есть тот самый человек.

Итак, перед вами человек, который вас раздражает, на которого вы злы и обижены. Начиная фразу со слов «В этом человеке мне не нравится ...» то-то и то-то и заканчивайте на свое усмотрение, словами «и потому я злюсь на него», «и потому мне хочется обругать его», «и потому мне хочется ударить его» и т. д. После того, как произнесете фразу, передайте слово партнеру, затем он вам, и так произносим фразы поочередно».

После завершения упражнения обсуждаются трудности в его выполнении: свои чувства, легко ли было найти то, что вызывает гнев и агрессию. Затем группа делится чувствами, возникшими в процессе упражнения.

#### Упражнение № 4. «Волшебный магазин» Златогорская О.

Цель упражнения: обучение навыкам взаимодействия.

Во время "торговли" участник начинает активно размышлять о настоящих целях и смыслах жизни. Один из участников группы приходит в "волшебный магазин", продавец в котором - ведущий группы. Продавец-волшебник может предложить участнику все, что только можно пожелать: здоровье, карьеру, успех, счастье, любовь..., но требует чтобы покупатель тоже заплатил за это тем, что ценит в жизни: здоровьем, любовью и т.д.

#### Упражнение № 5. «Хлопки по кругу»

Цель: эмоциональная стабилизация группы.

Ход игры: Ведущий дает следующую инструкцию: "Сейчас мы будем хлопать в ладоши 1 раз, двигаясь по часовой стрелке. Как только я внезапно хлопаю в ладоши 2 раза, то движение хлопка начинается в противоположную сторону". По ходу игры многие участники будут допускать ошибки, на которые следует обращать внимание,

например, с помощью следующих вопросов: Почему ты ошибся? Почему пропустил? Кто тебе помешал?

Рефлексия.

### **Занятие № 6.**

Цель: развитие навыков конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

1. Познакомить со способами эффективного разрешения конфликтных ситуаций.
2. Отработать навыки поведения в дискуссии.

#### **Упражнение № 1. Упражнение «Приветствие»**

Цель упражнения: разминка, приветствие участников друг друга. Участникам предлагается образовать круг и разделить на три равные части: "европейцев", "японцев" и "африканцев". Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми "своим способом": "европейцы" пожимают руку, "японцы" кланяются, "африканцы" трутся носами.

**Упражнение № 2. Метод мозгового штурма «Способы эффективного межличностного общения»**

#### **Упражнение № 3. «Катастрофа в пустыне»**

Задачи: отработать навыки поведения в дискуссии, умения вести диспут, быть убедительным, изучить на конкретном материале динамику группового спора, открыть для себя традиционные ошибки, совершаемые людьми в полемике, потренировать способности выделять главное и отсеивать «шелуху», видеть существенные признаки предметов, научиться осознавать стратегические цели и именно им подчинять тактические шаги и т.д.

Ведущему следует акцентировать внимание при обсуждении результатов на таких аспектах, как получение обратной связи участниками друг о друге (в силу своей эмоциональной насыщенности игра позволяет хотя бы на какое-то время «отключить» механизм психологической защиты и стать самим собой – именно поэтому она эффективна на первых этапах групповой работы).

Время: не менее полутора часов.

Каждый участник получает специальный бланк (или чертит его по указаниям ведущего).

Ведущий дает группе следующую инструкцию:

— С этого момента все вы – пассажиры авиалайнера, совершавшего перелет из Европы в Центральную Африку. При полете над пустыней Сахара на борту самолета внезапно вспыхнул пожар, двигатели отказали, и авиалайнер рухнул на землю. Вы чудом спаслись, но ваше местоположение неясно. Известно только, что ближайший населенный пункт находится от вас на расстоянии примерно 300 километров. Под обломками самолета вам удалось обнаружить пятнадцать предметов, которые остались неповрежденными после катастрофы.

Ваша задача – проранжировать эти предметы в соответствии с их значимостью для вашего спасения. Для этого нужно поставить цифру 1 у самого важного предмета, цифру 2 – у второго по значимости и так далее до пятнадцатого, наименее важного для вас. Заполняйте номерами первую колонку бланка. Каждый работает самостоятельно в течение пятнадцати минут.

Список предметов:

Охотничий нож.

Карманный фонарь.

Летная карта окрестностей.

Полиэтиленовый плащ.

Магнитный компас.

Переносная газовая плита с баллоном.

Охотничье ружье с боеприпасами.

Парашют красно-белого цвета.

Пачка соли.  
Полтора литра воды на каждого.  
Определитель съедобных животных и растений.  
Солнечные очки на каждого.  
Литр водки на всех.  
Легкое полупальто на каждого.  
Карманное зеркало.

После завершения индивидуального ранжирования ведущий предлагает группе разбиться на пары и проранжировать эти же предметы снова в течение десяти минут уже совместно с партнером (при этом номерами заполняется второй столбик в бланке со списком предметов). Следующий этап игры – общегрупповое обсуждение с целью прийти к общему мнению относительно порядка расположения предметов, на которое выделяется не менее тридцати минут.

Из наблюдения за работой участников хорошо видна степень сформированности умений организовывать дискуссию, планировать свою деятельность, идти на компромиссы, слушать друг друга, аргументировано доказывать свою точку зрения, владеть собой. Часто разворачивающиеся жаркие споры-баталии, когда никто не желает прислушаться к мнению других, наглядно демонстрируют самим участникам их некомпетентность в сфере общения и необходимость изменения своего поведения.

По окончании дискуссии ведущий объявляет, что игра завершена, поздравляет всех участников с благополучным спасением и предлагает обсудить итоги игры. Первым вопросом, на который ведущий просит ответить всех участников по кругу, является следующий: «Удовлетворен ли ты лично результатами прошедшего обсуждения? Объясни почему».

Ответы участников с необходимостью сопровождаются рефлексией, цель которой – в осмыслении процессов, способов и результатов индивидуальной и совместной деятельности. Возникшая в результате дискуссия подогревается ведущим, задающим уточняющие вопросы примерно такого типа:

Что вызвало твою удовлетворенность (неудовлетворенность)? Как, по-твоему, в верном направлении продвигалась ваша дискуссия или нет?

Была ли выработана общая стратегия спасения? Что тебе помешало принять активное участие в обсуждении? Ты не согласен с принятым решением? Почему тебе не удалось отстоять свое мнение?

Кто в наибольшей степени повлиял на исход группового решения, то есть по сути дела оказался лидером, сумевшим повести за собой группу?

Что именно в поведении лидера позволило ему заставить прислушаться к себе? На какой стадии появился лидер?

Какими способами другие участники добивались согласия с их мнениями?

Какие способы поведения оказались наименее результативными?

Какие только мешали общей работе?

Как следовало бы построить дискуссию, чтобы наиболее быстрым способом достигнуть общего мнения и не ущемить права всех участников?

Обсуждение итогов игры должно подвести группу к тому, чтобы самостоятельно разобраться в вопросе, как наилучшим способом организовывать дискуссии, как избежать грубых столкновений в споре и расположить других к принятию своего мнения. Как правило, в процессе обсуждения затрагивается очень широкий спектр проблем: фазы, через которые проходит практически любая дискуссия, лидер и его качества, навыки эффективного общения, умения самопрезентации и т.д.

При необходимости ведущий только помогает более четко сформулировать найденные участниками закономерности. Очень большое значение имеет самоанализ участниками собственного поведения, который обогащается обратной связью от других членов группы. От ведущего зависит, чтобы эта обратная связь не превратилась в

серию взаимных обвинений, а носила бы конструктивный характер и была принята участниками.

Практически всегда возникает вопрос о «правильном» ответе на проблему дискуссии. Такой ответ дается ведущим, но с оговоркой, что это мнение зарубежных экспертов, с которым мы вправе не соглашаться, но вынуждены учесть важность выбора стратегии спасения для ранжирования предметов: либо двигаться по пустыне к людям, либо ждать помощи от спасателей. Если в группе при обсуждении практически не поднимался вопрос о стратегии, то на этом этапе обнаруживается, что часть участников молчаливо подразумевала первый вариант, в то время как другая часть имела в виду второй. Этим выявляется еще одна причина взаимного непонимания.

Итак, ответы:

Вариант «Ждать спасателей» (кстати, по мнению экспертов, предпочтительный).

Полтора литра воды на каждого. В пустыне необходима для утоления жажды.

Карманное зеркало. Важно для сигнализации воздушным спасателям.

Легкое полупальто на каждого. Прикроет от палящего солнца днем и от ночной прохлады.

Карманный фонарь. Также средство сигнализации летчикам ночью.

Парашют красно-белого цвета. И средство прикрытия от солнца, и сигнал спасателям.

Охотничий нож. Оружие для добычи пропитания.

Полиэтиленовый плащ. Средство для сбора дождевой воды и росы.

Охотничье ружье с боеприпасами. Может использоваться для охоты и для подачи звукового сигнала.

Солнечные очки на каждого. Помогут защитить глаза от блеска песка и солнечных лучей.

Переносная газовая плита с баллоном. Поскольку двигаться не придется, может пригодиться для приготовления пищи.

Магнитный компас. Большого значения не имеет, так как нет необходимости определять направление движения.

Летная карта окрестностей. Не нужна, так как куда важнее знать, где находятся спасатели, чем определять свое местонахождение.

Определитель съедобных животных и растений. В пустыне нет большого разнообразия животного и растительного мира.

Литр водки на всех. Допустимо использовать в качестве антисептика для обеззараживания при любых травмах. В других случаях имеет малую ценность, поскольку при употреблении внутрь может вызвать обезвоживание организма.

Пачка соли. Значимости практически не имеет.

Вариант «Двигаться к людям». Распределение по значимости будет иметь несколько иной вид:

Полтора литра воды на каждого.

Пачка соли.

Магнитный компас.

Летная карта окрестностей.

Легкое полупальто на каждого.

Солнечные очки на каждого.

Литр водки на всех.

Карманный фонарь.

Полиэтиленовый плащ.

Охотничий нож.

Охотничье ружье с боеприпасами.

Карманное зеркало.

Определитель съедобных животных и растений.

Парашют красно-белого цвета.

Переносная газовая плита с баллоном.

Иногда прояснение взаимных впечатлений и открытый обмен обратной связью на первых этапах тренинга затруднены, и хотя эта игра остается полезной и эффективной, она не способна полностью снять психологические защиты участников. Для ослабления напряжения на этой стадии используются психогимнастические игры с релаксационной направленностью.

Рефлексия.

### **Занятие № 7.**

Цель: развитие невербальных навыков эффективного межличностного взаимодействия.

1. Развивать умения понимать эмоции других людей.

2. Сформировать умение слушать.

#### **Упражнение № 1. Приветствие «Как здороваются олени»**

Вы знаете, как здороваются олени? Давайте поздороваемся: ушками, носиком, глазками, плечиками и. т.д. А теперь как люди - пожмем друг другу руки.

#### **Упражнение № 2. «Упрямая сороконожка»**

Цели:

- а) проверить на опыте эффективность партнерства в условиях коммуникации;
- б) пробудить командные эмоции взаимоподдержки, ответственности, сплоченности;
- в) практически отработать способы мирного, без насилия, решения актуальных проблем в группе представителей противоположных интересов и задач.

**Размер группы:** 8-20 участников.

**Время:** в зависимости от размеров игрового поля и количества игроков, в среднем - 3-7 минут для каждого из двух этапов игры.  
Ход упражнения:

Все участники собираются в центре игровой площадки, создав круг спинами внутрь, а лицами - наружу круга. Беремся за руки, образуя живое кольцо.  
Правила игры:

- Основное правило, действующее на протяжении всей игры: нельзя расцеплять руки и разрывать круг! На протяжении первого этапа игры нельзя общаться - разговаривать, обмениваться информацией.

Каждый из игроков определяет для себя любое место в пределах игровой площадки, куда бы он хотел добраться. По команде каждый должен попытаться как можно скорее достичь намеченного им места и оставаться там не менее трех секунд. После того как все игроки команды побывали на облюбованных местах, можно сообщить тренеру о выполнении группового задания. Чем быстрее команда справится с заданием, тем лучший результат будет зафиксирован в итоге игры. Завершая объяснение правил, необходимо напомнить о том, что общение между участниками в любой форме категорически запрещено. Кроме того, всякий раз, когда игроки расцепят руки, останавливается продвижение группы до полного "восстановления" живого кольца. Если не возникает вопросов, то командой "Старт!" можно начинать игру. Когда каждый из участников добрался до намеченной цели, он объявляет результат - сколько времени заняло выполнение групповой задачи.

Переходим ко второму этапу. У него те же правила, за исключением одного существенного изменения: игрокам разрешено разговаривать, они могут выработать какую-то групповую стратегию.

#### **Упражнение № 3. «Цепочка речи»**

Цель: тренировка умения слышать и слушать, концентрироваться на партнере; развитие памяти и аудиальных возможностей восприятия.

Группа сидит в кругу. Первый участник предлагает первое предложение на заданную тренером тему. Второй повторяет его и добавляет следующее и т.д. по цепочке, чтобы получился связный рассказ. Игра будет идти «с накоплением».

#### **Упражнение № 4. «Зеркало»**

Сейчас мы предлагаем выполнить несколько несложных заданий, точнее — симитировать их выполнение. Внимательно прослушайте задания. Их всего четыре. Задания следующие:

- 1) пришиваем пуговицу;
- 2) собираемся в дорогу;
- 3) печем пирог;
- 4) выступаем в цирке.

Особенность этих заданий в том, что каждое из них вы будете выполнять попарно, причем напарники встанут друг против друга, и один из них станет на время зеркалом, т.е. будет копировать все движения своего партнера. Затем партнеры меняются ролями. Но сначала давайте разобьемся на пары. Пожалуйста. Пары готовы, приступаем к заданиям. Итак, все пары по очереди выполняют задания по своему выбору. Один из них — исполнитель, а другой — его зеркальное отражение, подражающее всем движениям исполнителя. Остальные участники группы — зрители, они наблюдают за игрой пары и выставляют партнеру, играющему роль зеркала, оценку за артистизм. Затем партнеры в паре меняются ролями. Пары по очереди меняются, таким образом перед группой выступают все ее участники. Каждый выступает в двух ролях: в роли исполнителя и в роли зеркала. Группа оценивает актеров, играющих роль зеркала, по пятибалльной системе. Затем оценки всех участников будут суммироваться и каждый сможет узнать об успешности своей работы в роли зеркала. Итак, начинаем представление. Пожалуйста. Спасибо. Подведем итоги. Каждый участник вычисляет для себя суммарную групповую оценку, полученную им в роли зеркала. Итак, подводим итоги. Спасибо. Наш зеркальный тест завершен.

Рефлексия.

#### **Занятие №8.**

**Цель:** расширение способов взаимопонимания, развитие умений распознавать эмоции.

Задачи:

1. Развивать умения понимать эмоции.
2. Сформировать значимость понимания эмоций других людей.

#### **Упражнение № 1. «Здравствуй, мне очень нравится...»**

Участники вправе сами закончить беседу по своему усмотрению, но начало диалога должно быть именно таким.

**Упражнение № 2.** Опрос «Почему важно понимать чувства и эмоции других людей?»),

#### **Упражнение № 3.** Упражнение «Передача чувств по кругу»

Все члены группы очень плотно друг к другу садятся на стульях в круг. Все закрывают глаза. Задача в том, чтобы передать по кругу какое-нибудь чувство без слов, только используя прикосновения к рядом сидящему члену группы, в соответствии с передаваемым чувством. Тренер назначает того, кто делает это первым. После этого участник может открыть глаза, а член группы, воспринявший переданное чувство, должен передать его следующему члену группы. При этом совсем не обязательно в точности повторять движения предыдущего члена группы, главное — передать то же самое чувство, состояние, при этом можно использовать другие движения, прикосновения.

После того как чувство передано по кругу, оно возвращается тому, кто его отправил. К этому моменту все сидят с открытыми глазами. Каждого, начиная с

первого участника, спрашивают, какое чувство получил, какое отправил. В результате находят того или тех людей, из-за которых произошло искажение.

#### **Упражнение № 4. «Атомы и молекулы»**

Необходима небольшая первичная настройка: группу просят закрыть глаза и представить, что каждый человек – маленький атом, а атомы, как известно, способны соединяться и образовывать молекулы, которые представляют собой достаточно устойчивые соединения. Далее следуют слова ведущего: «Сейчас вы откроете глаза и начнете беспорядочное движение в пространстве. По моему сигналу (сигнал оговаривается) вы объединитесь в молекулы, число атомов в которых я также назову. Когда будете готовы, откройте глаза». Участники начинают свободное перемещение в пространстве и, услышав сигнал ведущего, объединяются в молекулы. Подвигавшись, некоторое время цельным соединением, молекулы вновь распадаются на отдельные атомы. Затем ведущий снова дает сигнал, участники снова объединяются и т.п.

Если последним числом атомов в молекуле будет два, то упражнение служит хорошим способом деления группы на пары для последующей работы.

#### **Упражнение № 5. «Поделись со мной»**

Цель упражнения: эмпатийная диагностика личностных качеств; расширение репертуара способов взаимопонимания.

Участникам тренинга предлагается записать на карточке 10 качеств: нежность, умение сочувствовать, умение создавать хорошее настроение, эмоциональность, доброжелательность, интеллект, организаторские способности, твердость характера, решительность, креативность. Список может быть изменен в зависимости от состава группы и целей занятия. При необходимости ведущий дает пояснение значений этих качеств. Затем каждый участник должен решить, какое качество присутствует у кого-либо из группы в большей степени, чем у него и подходит к этому человеку с фразой: "Пожалуйста, поделись со мной, например, твоим умением сочувствовать" Тот участник, к которому обратились с просьбой, отмечает у себя на карточке это качество. Таким образом, нужно обойти всю группу, попросив у каждого какое-либо качество (или несколько). На карточке каждого участника будут отметки о том, какие качества были у него востребованы другими, и какие качества он запрашивал сам.

После выполнения задания участники садятся в круг для обсуждения. Обсуждение результатов может происходить как по количественному, так и по качественному составу признаков.

Рефлексия.

#### **Занятие №9**

Цель: научить подростков конструктивно отстаивать свою точку зрения.

Задачи:

1. Сформировать умение отстаивать свою точку зрения;
2. Расширить способы коммуникации.

#### **Упражнение №1. "Давайте поздороваемся"**

Цель: приветствие и настрой на дальнейшую работу.

Время выполнения: 5 минут.

Вначале упражнения педагог и подростки говорят о разных формах приветствия реально существующих и шуточных. Затем подросткам предлагается поздороваться плечом, рукой, спиной и т.д. и выдумать свои необычные способы приветствия и поздороваться ими. Будет намного лучше, если движения и способы приветствия не будут повторяться.

#### **Упражнение № 2. «Мои цели»**

Цель: поиск способов эффективного достижения целей.

Каждый участник кратко рассказывает о своих важных целях, о том, как он их собирается реализовывать, что для этого уже сделано и делается, отвечая на возможные вопросы группы.

### **Упражнение № 3. «Кот Леопольд»**

**Цель:** повышение уровня коммуникации, обучение способам убеждения.

Из группы выбирается одна «мышь», все остальные становятся «котами». Каждый «кот» получает бумажку со своим именем, одного из них зовут Леопольдом, а всех остальных – прочими кошачьими именами, например, Василием, Муркой и т.д. При этом Леопольдом может стать участник любого пола, и тренер подчеркивает это группе. Психолог напоминает группе сюжет мультфильма про Леопольда. В этом мультфильме дружелюбный и безобидный кот Леопольд пытается подружиться с мышами, которые постоянно устраивают ему постоянные пакости.

В данном упражнении котам тоже нужно будет убедить мышь, что они безобидны и с ними можно иметь дело. Фокус состоит в том, что у нас из всех котов только одного зовут Леопольд и именно он хочет подружиться с мышами. Все остальные коты – опасные хищники, которые только притворяются дружелюбными. Задача каждого кота – убедить мышь, что именно он – безобидный Леопольд. Задача мыши – определить настоящего Леопольда.

Котам дается 5 минут на подготовку, после чего они выступают, объясняя «мышам», почему они безобидны. «Мышь» оценивает выступления и говорит, кому из котов она поверила.

### **Упражнение № 4. «Моя критика»**

**Цель:** расширение способов коммуникации.

Каждый вспоминает ситуацию своей неудачной критики и по очереди разыгрывает ее, пользуясь алгоритмом конструктивной критики и обращаясь к одному из партнеров. Партнер соглашается с критикой, когда будет к этому расположен.

### **Упражнение №5. «Просьба»**

**Цель:** формирование умения отстаивать свою точку зрения

Каждый вспоминает ситуацию, в которой вы хотели получить, что то и рассказать об этой вещи.

Рефлексия.

### **Занятие №10**

**Цель:** закрепление способов конструктивного поведения.

**Задачи:**

1. формирование доброжелательного отношения друг к другу;
2. повторение способов преодоления агрессии;
3. повышение уровня жизненного оптимизма.

### **Упражнение-разминка №1. «Дракон ловит свой хвост»**

**Цель:** разминка.

**Время выполнения:** 5 минут.

**Описание упражнения.** Группа встает в колонну, каждый участник держит за пояс стоящего впереди. Начало колонны – это «голова», а конец – «хвост» дракона. «Голова» пытается ухватить «хвост», а тот, естественно, пытается увернуться. При выполнении этого упражнения двигается вся колонна, но руки участники не размыкают. Можно повторить игру несколько раз, при этом желательно менять порядок построения участников в колонне.

**Опрос:**

Какие способы борьбы с агрессией вы помните?

Назовите их?

А какие используете?

### **Упражнение № 2. «Чего я достиг»**

**Цель:** выявить динамику изменения поведения подростков.

Участники рисуют рисунок «Мои достижения», круг «Что мне нравится, что я люблю в самом себе?». Участники отвечают на вопрос. Важно следить за тем, чтобы участники говорили уверенным и радостным тоном, не преуменьшая своих достоинства, а преувеличивая их (я невероятно умная). Группа поддерживает каждого участника.

Обсуждение:

1. Мои достижения

2. Что мне нравится, что я люблю в самом себе?

### **Упражнение № 3. «Подарок человечеству»**

Цель: повышение самооценки в достижении позитивных жизненных целей.

Время выполнения: 20 минут.

Я подарок человечеству.

Ведущий: «Каждый человек — это уникальное существо. И верить в свою исключительность необходимо каждому из нас. Подумайте, в чем состоит ваша исключительность, уникальность. Поразмышляйте над тем, что вы действительно являетесь подарком для человечества. Аргументируйте свое утверждение, например: «Я — подарок для человечества, потому что я могу принести пользу миру в...»

После 5 минут раздумий ребята по кругу высказывают свои соображения. Группа поддерживает своего товарища аплодисментами и заявлениями: «Это действительно так!»

Замечания: не останавливайте подростков, даже если для ведущих вам кажется, что их аргументы не убедительны.

### **Упражнение № 4. «В чем мне повезло в этой жизни»**

Цель: повышение уровня жизненного оптимизма, завершение занятия.

Время выполнения: 5 минут.

Участники сидят в кругу, им необходимо рассказать о том, в чем им повезло в жизни. Упражнение начинается с ведущего. Если участник затрудняется высказаться, остальные участники могут ему помочь в этом.

### **Упражнение № 5. «Чемодан».**

Один их участников выходит. А остальные начинают в дорогу ему собирать чемодан, в который он набирается то, что, по мнению группы, пригодится ему для общения с людьми. Все пожелания записываются и вручаются на память.

Рефлексия.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования агрессивного поведения  
подростков 14-15 лет

Таблица 3 – Результаты исследования агрессивного поведения подростков 14-15 лет по методике «Оценка агрессивности в отношениях» (А.Ассингер)

Учащихся	Баллы	Уровень агрессивности
1	36	Умеренная агрессия
2	38	Умеренная агрессия
3	46	Излишняя агрессия
4	39	Умеренная агрессия
5	42	Умеренная агрессия
6	41	Умеренная агрессия
7	34	Подавленная агрессия
8	38	Умеренная агрессия
9	37	Умеренная агрессия
10	32	Подавленная агрессия
11	33	Подавленная агрессия
12	40	Умеренная агрессия
13	35	Подавленная агрессия
14	35	Умеренная агрессия
15	37	Умеренная агрессия
16	43	Умеренная агрессия
17	41	Умеренная агрессия
18	31	Подавленная агрессия
19	36	Умеренная агрессия
20	37	Умеренная агрессия
21	34	Подавленная агрессия
Итого Высокий уровень - 1 (4%) Средний уровень - 14 (67%) Низкий уровень - 6 (29%)		

Таблица 4– Результаты уровней показателей доминирующих индексов агрессивности и враждебности («Методика диагностики состояний агрессии» А. Басса-А.Дарки

№	Индекс агрессивности	Уровень	Индекс враждебности	Уровень
1	19	Норма	6	Норма
2	18	Норма	9	Норма
3	16	Норма	8	Норма
4	15	Ниже нормы	10	Норма
5	17	Ниже нормы	11	Выше нормы
6	14	Ниже нормы	10	Норма

Продолжение таблицы 4

№	Индекс агрессивности	Уровень	Индекс враждебности	Уровень
7	12	Ниже нормы	5	Норма
8	16	Ниже нормы	8	Норма
9	17	Норма	9	Норма
10	16	Ниже нормы	5	Норма
11	14	Ниже нормы	9	Норма
12	20	Норма	13	Выше нормы
13	19	Норма	10	Норма
14	25	Выше нормы	10	Норма
15	21	Норма	12	Выше нормы
16	17	Норма	11	Выше нормы
17	21	Норма	17	Выше нормы
18	20	Норма	9	Норма
19	21	Норма	10	Норма
20	12	Ниже нормы	8	Норма
21	14	Ниже нормы	5	Норма
Индекс агрессивности: Уровень выше нормы- 4% (1 человек). Уровень нормы – 52% (11 человек). Уровень ниже нормы – 47% (9 человек).				
Индекс враждебности: Уровень выше нормы – 24% (5 человек). Уровень нормы – 76% (16 человек). Уровень ниже нормы – % (0 человек)				

Таблица 5–Таблица расчета Т- критерия Вилкоксона

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	18	14	-4	4	14
2	8	8	0	0	0
3	6	6	0	0	0
4	10	9	-1	1	3
5	10	8	-2	2	8
6	12	10	-2	2	8
7	11	11	0	0	0
8	12	10	-2	2	8
9	3	5	2	2	8
10	8	8	0	0	0
11	10	9	-1	1	3
12	5	5	0	0	0
13	10	9	-1	1	3

N	«До»	«После»	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
14	15	13	-2	2	8
15	13	10	-3	3	12
16	10	10	0	0	0
17	15	12	-3	3	12
18	12	11	-1	1	3
19	17	17	0	0	0
20	12	9	-3	3	12
21	11	10	-1	1	3
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					8