



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения у
подростков**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология образования»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

41,65 % авторского текста
Работа рекомендуется к защите
рекомендована/не рекомендована

«17» 06 2021 г.

зав. кафедрой ТиПП

[подпись] Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-510/099-5-1

Савран Анастасия Рашидовна

Научный руководитель:

Кандидат психологических наук, доцент

Шаяхметова Валерия Каусаровна

Челябинск
2021

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	
1.1 Понятие «агрессивное поведение» в психолого-педагогической литературе.....	7
1.2 Особенности агрессивного поведения у подростков.....	14
1.3 Модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.....	21
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	30
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	36
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ	
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.....	42
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования агрессивного поведения у подростков.....	53
3.3 Психолого-педагогические рекомендации для педагогов, родителей и подростков по коррекции агрессивного поведения.....	60
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	68
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	73
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Методики диагностики агрессивного поведения у подростков.....	82
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Результаты исследования агрессивного поведения у подростков.....	90

ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков	93
ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.....	114

ВВЕДЕНИЕ

Агрессивное поведение подростков в наше время остается одной из самых острых проблем, как в нашей стране, так и за рубежом. Актуальность данной проблемы связана с тем, что в подростковом возрасте начинают формироваться вредные привычки, среди сверстников чаще происходят конфликты, учащаются случаи проявления агрессии.

Проблеме нашего исследования посвящено большое количество научных работ различных авторов как наших соотечественников, так и зарубежных психологов. Самые известные среди них, это работ таких авторов, как К. Бютнер Ю. Б. Можгинский, А. А. Реан, Л. М. Семенюк, И. А. Фурманов и др.

Вспышки агрессии у подростков достаточно часто имеют негативные последствия, такие как жестокое обращение со сверстниками, совершение преступлений различной тяжести. Данная категория подростков склонна к девиантному поведению, это сказывается на их отношении к жизни, обществу и нравственным нормам. Все вышеперечисленное приводит к центральным социальным проблемам в обществе.

Агрессивное поведение формируется как правило в раннем, детском возрасте. В этом возрасте дети открыты и проявляют интерес к окружающему миру. Но негативное поведение со стороны взрослого или несовпадение желаний ребенка с действительностью ведет к бурной агрессивной реакции, а потому данный возраст является наиболее подходящим для проведения коррекционных мероприятий. С помощью проявлений агрессии подростки утверждаются в коллективе, достигают желаемого. Таким образом, проявление агрессии является неким механизмом адаптации. Этим объясняется актуальность нашей темы.

Следовательно, существует острая необходимость в разработке и реализации психолого-педагогической программы коррекции агрессивного поведения у подростков. На основании вышеизложенного определена тема

выпускной квалификационной работы «Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения у подростков».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию агрессивного поведения у подростков.

Объект исследования: агрессивное поведение у подростков.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения у подростков.

Гипотеза: уровень агрессивного поведения у подростков, возможно изменится, если составить и реализовать программу психолого-педагогической коррекции.

Задачи:

1. Проанализировать понятие «агрессивное поведение» в психолого-педагогической литературе.

2. Изучить особенности проявления агрессивного поведения у подростков.

3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

4. Изучить этапы, методы и методики исследования.

5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты исследования.

6. Составить и реализовать программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у старших подростков.

7. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования.

8. Составить психолого-педагогические рекомендации для педагогов, родителей и подростков по коррекции агрессивного поведения у подростков.

Для решения поставленных задач нами были применены следующие методы:

1. Теоретические: анализ, синтез, сравнение и обобщение психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические:

- констатирующий и формирующий эксперимент;
- тестирование по методикам: «Опросник агрессивности личности» (А. Басса-А. Дарки), «Тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут), методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку).

3. Метод математико-статистической обработки экспериментальных данных Т-Критерий Вилкоксона.

База исследования – подростки, ученики 7 «Б» класса МБОУ «СОШ № 70 г. Челябинска» в возрасте 13-14 лет. Количество испытуемых – 20 человек.

ГЛАВА 1. КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1 Понятие «агрессивное поведение» в психолого-педагогической литературе

В психолого-педагогической литературе отечественных и зарубежных авторов представлены различные определения понятия агрессии.

Майерс Д. дает определение агрессии – это «физическое или вербальное поведение, направленное на нанесение кому-либо вреда». Э. Фромм под агрессией, понимает, «те или иные действия, которые причиняют или задаются целью причинить вред другому человеку, группе людей или животному, а также причинение вреда любому неживому объекту» [Цит. по: 26, с. 75].

Бендер Л. (1963) говорит об агрессии как «тенденции приближения к объекту или удаления от него», а Ф. Аллан описывает ее как «внутреннюю силу (не объясняя ее происхождения), дающую человеку возможность противостоять внешним силам» [Цит. по: 47, с. 16].

Психологи Р. Бэрон и Д. Ричардсон предлагают следующее определение данному термину – «это любая форма поведения, нацеленного на причинение вреда или оскорбление другого живого существа, который не желает подобного обращения» [Цит. по: 5, с. 306]. При помощи данного определения мы можем выделить характерные для агрессивного поведения особенности: это всегда целенаправленное, умышленное действие, конкретно нацеленное на причинение вреда. Агрессивное поведение, направленное на живые объекты, чаще всего причиняет вред этим объектам.

Басс А. определяет агрессию как «поведение, вызывающее раздражение и наносящее ущерб другим организмам» [Цит. по: 67, с. 68].

Под агрессией А. А. Реан понимает «некие действия, причиняющие ущерб иному человеку, группе человеческих индивидов или животным», а Л. Хьюсмен и Л. Ирон считают, что агрессия – это «поведение, имеющее целью нанесение повреждений или раздражение другого субъекта» [Цит. по: 56, с. 205].

По словам Н. Д. Левитова, под агрессией понимается «вредоносное поведение». В данном термине, автор объединяет различные по результатам и форме акты поведения (от девиантных форм поведения, злых шуток, конфликтов на различной почве и враждебных фантазий, до бандитизма и убийств) [Цит. по: 11, с. 76].

Различные психологические словари приводят свои определения термина «агрессия».

«Агрессия – индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического вреда, ущерба, либо на уничтожение другого человека или группы людей» [Цит. по: 43, с. 96].

«Агрессия – целенаправленное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, причиняющее физический вред людям или вызывающее у них отрицательные переживания, состояние напряженности, страха, подавленности» [Цит. по: 7, с. 102].

Термины агрессивность, агрессивные действия и агрессивное поведение имеют различные определения.

Агрессивное действие – это проявление агрессивности, как ситуативной реакции. В том случае если агрессивные действия циклично повторяются, то следует говорить об агрессивном поведении. Сама же агрессивность подразумевает ситуативное, социальное, психологическое состояние непосредственно перед агрессивным действием или во время него [13, с. 111].

Соловьева С. Л. дала свое определение агрессивности, она описала ее, как социально-психологическое свойство, которое формируется в процессе социализации личности и приобретает характер в зависимости от воздействующих психологических, биологических и социальных факторов либо социализированный, либо при нарушении социализации, деструктивный характер. Также Соловьева считает, что агрессивное поведение носит строго индивидуальный характер и рассматривается как определенная структурно-функциональная организация, которая определяет свойства каждого агрессивного субъекта [Цит. по: 12, с. 78].

Румянцева Т. Г. дает следующее определение понятию агрессивное поведение – это демонстративное поведение личности, в котором она проявляет свое превосходство в силе по отношению к другим лицам [Цит. по: 25, с. 136].

Юрчук В. С. описывает агрессивное поведение, как совершение действий, наносящих вред другим людям и живым объектам, которые при этом испытывают страх, напряженность, дискомфорт и депрессию [Цит. по: 19, с. 80].

Таким образом, агрессивность является свойством психики, а агрессивное поведение, соответственно определяется как форма поведения.

Первые исследования агрессии принадлежат З. Фрейду. В психоанализе З. Фрейд обосновывает агрессию как проявление врождённого саморазрушительного влечения человека к смерти [Цит. по: 64, с. 41]. Согласно гидравлической модели агрессивности, чувство враждебности, желание разрушать и причинять боль постепенно накапливаются в человеке. Для того чтобы предотвратить неконтролируемое насилие, необходимо, чтобы агрессивная энергия регулярно разряжалась.

Некоторые ученые придерживаются мнения, что агрессия не является инстинктивным образованием, а является реакцией личности на раздражители извне. А. Адлер считал, что агрессия, которую он изначально

называл «волей к власти», а затем – «стремление к совершенству», имеет в человеческой жизни фундаментальное значение. А. Адлер пришел к выводу, что поведение индивида может регулироваться чувством неполноценности и его стремлением компенсировать этот дефект – стремлением к привязанности. По его мнению, асоциальное поведение является следствием недоразвития социального чувства [Цит. по: 46, с. 99].

Лоренц К. рассматривал агрессию, как возможность борьбы за выживание любого живого объекта, в том числе человека, проявившегося в результате эволюции. Он считал, что агрессивное поведение является способом сбросить накопившуюся в личности агрессивную энергию путем способствующих этому стимулов, находящихся в окружающей среде. Также он был уверен, что любой психически здоровый индивид способен в той или иной мере контролировать процессы накопления и выхода агрессивной энергии. Переориентирование агрессии – это самый надежный способ обезвредить ее [Цит. по: 20, с. 322].

Социальную детерминированность агрессии признавал Э. Фромм. Он понимал агрессию как причинение ущерба. Э. Фромм различал два принципиально различных вида агрессии – доброкачественную и злокачественную. Оборонительная или доброкачественная агрессия направлена на поддержание жизни и является адаптивной. Злокачественная агрессия – это деструктивность и жестокость, не связанная с сохранением жизни [Цит. по: 66, с. 9].

В большинстве зарубежных и отечественных исследований выделяют следующие методологические подходы к изучению агрессивного поведения [22, с. 137]:

1. Психоаналитический, трактует агрессию как защитный механизм, защищающий психику посредством выведения отрицательной энергии из организма, направляя ее в окружающую среду (З. Фрейд).

2. Этологический, агрессивное поведение человека и животного рассматривается как биологическая, врожденная реакция на окружающую среду (К. Лоренц).

3. Бихевиористский подход понимает агрессивность как личностную черту, формирующуюся под воздействием социальных факторов (А. Бандура, А. Басе).

4. Фрустрационный подход рассматривает агрессию как ситуативное поведение личности при столкновении с непреодолимыми барьерами на пути к достижению цели, итогом является состояние фрустрации (Дж. Доллард, Л. Берковиц).

Немецкий психотерапевт Г. Альмон считает, что у каждого человека при рождении уже заложен потенциал конструктивной агрессии, она проявляется в желании творческой реализации и стремлении изменить мир в лучшую сторону. В случае неправильного воспитания ребенка, его агрессивность из конструктивной трансформируется в деструктивную, так как выход нужен любой агрессии для сохранения психического здоровья [Цит. по: 2, с. 13].

По мнению В. В. Лебединского, подростки склонны к проявлению агрессии, которые могут наблюдаться даже в процессе нормального развития и нарушать его гармоничные отношения с окружающими, в ситуациях переживания возрастных личностных и аффективных кризисов. Когда такие кризисы становятся регулярными в жизни подростка, то и агрессивное поведение становится нормой [Цит. по: 62, с. 77].

Авторы широко известного теста на выявление уровня агрессии А. Басс и А. Дарки определяют границы понятий враждебность и агрессивность. Враждебность – реакция отношения, которой сопутствуют негативные чувства и отрицательная оценка людей и событий. Если враждебные намерения вербализуются, то приобретают форму негативных и презрительных высказываний. Агрессия – ответ, который содержит стимулы, способные причинить вред другому объекту. Враждебность

делится на подозрение и обиду, а агрессия, в свою очередь, имеет пять видов: вербальная, косвенная, физическая, раздражение и негативизм [Цит. по: 4, с. 219].

По причине проявления агрессии людьми различными способами, необходимо установить границы исследования данного поведения. А. Басс выделил классификацию видов агрессии. Он определил три основных параметра, которые характеризуют формы агрессивного поведения:

- физическая – вербальная агрессия;
- прямая – косвенная агрессия;
- активная – пассивная агрессия.

Таким образом, сочетание данных форм дало ему возможность выделить восемь видов агрессивного поведения.

Фешбах С. ввел дополнительную переменную и выделил три типа агрессии [Цит. по: 8, с. 53]:

- враждебная,
- экспрессивная,
- инструментальная агрессия.

Основным критерием построения классификации Д. Зильмана является положение агрессора по отношению к жертве и их взаимоотношения по схеме «стимул-реакция». Д. Зильман выделяет следующие восемь видов агрессии [Цит. по: 29, с. 168]:

- наступательная,
- спровоцированная,
- неспровоцированная,
- защитная,
- ответная,
- агрессия, вызванная раздражением,
- побудительная,
- санкционированная.

Можгинский Ю. Б. составил свою классификацию проявления агрессии, в которую входят [36, с. 50]:

1. Ситуационная агрессия, совокупность действий и высказываний в конкретной ситуации конфликта. Основными ее признаками являются склонность к конфликтам и раздражительность.

2. Социальная агрессия, проявляется в антиобщественных действиях, таких как кражи, хулиганство и т.д.

3. Импульсивно-садистическая агрессия, психопатологический способ проявления агрессии, в котором имеют место автоматизированные действия и садистический комплекс. Чаще всего сопровождается злобой и чувством гнева по отношению к объекту агрессии.

Таким образом, факторами, влияющими на возникновение агрессивного поведения, являются, возрастные и индивидуальные особенности личности, а также влияние социума и другие внешние физические условия. Такими факторами могут выступать в том числе метеоусловия не комфортные для индивида, раздражающие звуки. Основным фактором, который способствует формированию агрессивного поведения индивида, является социальное окружение.

Возникновение и проявление агрессивного поведения обусловлено возрастными особенностями личности. Каждый возрастной период характеризуется различными ситуациями развития и предъявляет свои требования к личности. Приспособление к таким требованиям нередко сопровождается различными проявлениями агрессивного поведения. Далее рассмотрим специфику проявления агрессивного поведения и тревожности у младших подростков.

1.2 Особенности агрессивного поведения у подростков

Прежде чем начать рассматривать особенности агрессивного поведения у подростков необходимо дать небольшую характеристику психического развития в подростковом возрасте.

Возрастные границы подросткового периода многие психологи определяют по-разному: С. Холл (от 12-13 до 22-23 лет), Ж. Пиаже (от 11-12 лет до 14-15 лет), З. Фрейд (от 12 до 19 лет), Д. И. Фельдштейн (от 10 до 17 лет), Э. Эриксон (от 11 до 20 лет), Л. С. Выготский (от 14 до 18 лет), Д. Б. Эльконин (от 10 до 15 лет), Л. И. Божович (от 12 до 17 лет) и др.

В подростковом возрасте происходит возрастание познавательной активности: осуществляется развитие способностей, процессов мышления, приводящее к росту сознания, воображения, суждений и интуиции. Происходит активное накопление знаний [28, с. 77].

В пубертатном периоде продолжает развиваться теоретическое рефлексивное мышление. В соответствии с теорией интеллекта Ж. Пиаже, происходит переход к формально-логическим операциям [Цит. по: 69, с. 159].

У подростков происходит дальнейшее развитие таких познавательных процессов, как восприятие, внимание и память. Восприятие становится избирательной, целенаправленной, аналитико-синтетической деятельностью. Оно становится более планомерным, содержательным и последовательным. В подростковом возрасте формируется произвольное внимание. Подростки уже хорошо умеют концентрировать внимание и распределять его в деятельности. Внимание становится более устойчивым, преднамеренным и произвольным. В пубертатный период происходит активное развитие памяти. Подросток уже в состоянии управлять своим произвольным запоминанием, причем механическое запоминание становится смысловым. В подростковом возрасте активно развивается логическая память и приобретает избирательный характер [71, с. 158-159].

В подростковом возрасте происходит изменение не только в когнитивной, но и в аффективной сфере подростка. Меняется социальная ситуация развития. По мнению Л. С. Выготского, важнейшим новообразованием этого возраста является чувство взрослости – это новый уровень притязаний, предвосхищающий новое положение, которого подросток еще не достиг. Подросток начинает чувствовать себя взрослым и стремится им быть, что выражается во взглядах, оценках, поведении, а также в отношениях со сверстниками и взрослыми. Т. В. Драгунова выделяет такие проявления взрослости у подростков: подражание внешним проявлениям взрослых, ориентация на качества взрослого, взрослый как образец деятельности, интеллектуальная взрослость [Цит. по: 9, с. 73]. Подростки стремятся занять равную со взрослыми социальную позицию, хотят, чтобы окружающие признали его взрослость. В этом заключается глубокое противоречие: подросток требует признания того, что на самом деле еще не сформировалось. Но именно поэтому он столь остро реагирует на любое ущемление его взрослой позиции педагогами и родителями [28, с. 77].

Для эмоциональной сферы подростков характерны: большая эмоциональная возбудимость, устойчивость эмоциональных переживаний, повышенная тревожность, страх перед широкими социальными контактами, противоречивость чувств, излишние переживания, сильно развитое чувство принадлежности к группе, эмоциональная грубость, озлобленность.

В подростковом возрасте так же происходят изменения и в мотивационной сфере. Через общение и социальное взаимодействие с другими людьми, подросток стремится обрести свою идентичность. Отдельного внимания заслуживает эгоцентрическая направленность подростка, она присутствует в поведенческих проявлениях, эмоциях, переживаниях и чувствах подростка. Реакции эмансипации, негативизм становятся первыми маркерами активного поиска подростком собственной уникальной сущности, собственного «Я» [55, с. 74-75].

Для пубертатного периода характерна реакция эмансипации. Подростки испытывают потребность в автономии, стремятся освободиться от опеки и контроля со стороны родителей и других взрослых. Они хотят, чтобы взрослые признали их независимость, а также желание идти по жизни своим путем [18, с. 323].

Подросток испытывает потребность реализовать себя в общении со значимыми одноклассниками и сверстниками. Общение с родителями и родственниками уходит на второй план. Ровесники становятся эталоном для подражания, поскольку их личностные ценности могут совпадать с ценностями самого подростка. Именно со сверстниками подросток делится своими переживаниями и проблемами. Главными в общении подростка являются потребность быть принятым средой значимых людей, а также боязнь быть отвергнутым [30, с. 69].

Исходя из представленной характеристики психического развития в подростковом возрасте можно обобщить, что подросткам свойственно: большая эмоциональная возбудимость, устойчивость эмоциональных переживаний, повышенная готовность к ожиданию страха, противоречивость чувств, излишние переживания, сильно развитое чувство принадлежности к группе. Всё это может привести к возникновению подростковой агрессии.

Агрессия является одной из важных составляющих психологического портрета подростка. На сегодняшний день проблема агрессивного поведения у подростков занимает важное место в психологических и педагогических исследованиях. В основном это связано с тем, что в мире возросло число несовершеннолетних с девиантным поведением, которое выражается в асоциальных действиях. Существует ряд особенностей подростковой агрессии.

Путем научного исследования, ученые доказали, что агрессия связана с некоторыми особенностями характера. Это предположение являлось предметом исследования А. А. Реана в 1997 году, и была выявлена

взаимосвязь уровня агрессии с определенными характерологическими особенностями подростков. Ожидания ученых были оправданы, путем установления явной взаимосвязи между особенностями характера и различными проявлениями агрессии. К удивлению исследователей, была обнаружена связь между демонстративным поведением и агрессивным. Также они выявили идентичность между диадами «демонстративность – агрессия» и «возбудимость – агрессия». Разницу составляет лишь сила связей [56, с. 181-182]. Как «возбудимость», так и «демонстративность» положительно коррелирует с вербальной агрессией, раздражительностью, спонтанной агрессией и с косвенной агрессией.

Гендерные особенности также вносят свои коррективы в формы проявления агрессии. В ходе исследований установлено, что в раннем подростковом возрасте (12-13 лет) мальчикам свойственна физическая агрессия, а девочкам – вербальная. Следует отметить, что вне зависимости от возраста, мальчики отличаются большей агрессивностью, чем девочки [63, с. 103].

Уровень выраженности агрессивных реакций взаимосвязан также и с самооценкой подростка. Исследования Н. Б. Трофимовой и А. А. Реана доказывают, что агрессивное поведение больше характерно для подростков с неадекватной самооценкой – или с заниженной, или с завышенной. Агрессивные реакции в том числе могут возникать в результате несоответствия собственной самооценки подростка и отношения к нему референтной группы, преподаватели, родственники и сверстники. В случае когда, ожидания подростка оценки его личности значимыми для него людьми, оказываются неоправданными, у него происходит фрустрация. Как и любая выбивающая из колеи ситуация, эта скорее всего спровоцирует проявление агрессии у подростка. Ж. К. Дандарова проведя исследования по этой теме, доказала, что действительно подростки, имеющие несоответствие собственной самооценки с отношением к нему окружающих, показывают характерные отличия в проявлении форм

агрессии более высокими показателями ее проявления в таких формах как: физическая и косвенная, раздражительность, негативизм и обида [53, с. 107].

Агрессивное поведение подростков является источником душевных страданий самих подростков, их родителей, учителей, работников правоохранительных учреждений, а также всех тех, кто контактирует с подростками. Вследствие этого необходимо разобраться в причинах такого поведения, установить детерминанты агрессии.

Бэрн Р. и Ричардсон Д. выделяют четыре основных детерминанты агрессии: социальные, внешние, индивидуальные и биологические.

По мнению различных ученых агрессия не возникает без участия социального окружения. Как считают Р. Бэрн и Д. Ричардсон, общество играет большую роль в возникновении агрессивного поведения у подростков. Теория социального научения А. Бандуры гласит, что агрессия возникает вследствие усвоения навыков агрессивного поведения в ходе социализации путем наблюдений через различные образы действий и социальных подкреплений. К социальным детерминантам агрессии относятся: фрустрация, вербальное и физическое нападение, характеристики объекта агрессии и подстрекательство со стороны окружающих [Цит. по: 23, с. 137].

Так же агрессия может возникнуть вследствие аверсионных причин, т.е. вследствие воздействия особенностей среды или ситуаций обитания. Среди таких внешних детерминант агрессии можно выделить: неблагоприятные физические условия (жара, шум). Средства массовой информации, в том числе социальные сети также приводят к возникновению агрессии [39, с. 302].

Индивидуальные, личностные детерминанты занимают главное место в развитии агрессивности. К ним относятся устойчивые черты характера и склонности. Перечень личностных черт, приводимых Р. Бэрном и Д. Ричардсоном весьма разнообразен – от эмоциональной чувствительности и тревожности до установок, ценностных ориентаций и самосознания

личности. Роль индивидуальных детерминант агрессии в подростковом возрасте чрезвычайно велика [Цит. по: 32, с. 162].

На становление агрессивного поведения влияет множество факторов, из которых можно выделить три основных.

Ведущим фактором, влияющим на формирование агрессивного поведения, принято считать влияние семьи. Неадекватный характер и неправильная система воспитания в семье может способствовать тому, что у ребенка с раннего детства закладывается арсенал агрессивных поведенческих реакций. Нередко члены семьи демонстрируют агрессивное поведение сами: физическое насилие, сексуальное насилие, конфликты на различной почве, обесценивание личности ребенка, отвержение его чувств и переживаний. В асоциальных семьях это может проявляться в провоцировании ребенка на драки [35, с. 211].

Агрессивное поведение ребенка может быть обусловлено воздействием факторов, специфичных для его семьи: нарушения психологического здоровья родителей, их повышенная тревожность; неадекватный стиль семейного воспитания, выражающийся в гиперопеке и сверхконтроле; агрессивность и конфликтность кого-либо из членов семьи; нарушение взаимопонимания между членами семьи – родителями, родителями и детьми, между самими детьми [61, с. 295].

Не менее важное значение на возникновение агрессивного поведения оказывает его взаимоотношение со сверстниками. Отрицательное влияние референтной группы также может провоцировать приступы агрессии у подростка. В случаях неприятия ребенка его сверстниками, унижение его человеческого достоинства способны провоцировать агрессивное поведение [46, с. 95].

Еще одним значимым фактором для подростка, принятия для себя нормальным, модель агрессивного поведения, считаются социальные условия развития личности и, прежде всего, средства массовой

информации. Подростки учатся вести себя агрессивно, наблюдая за чужой агрессией, которая демонстрируется в кино и на телевидении [3, с. 13].

Берковиц Л. изучил, как сцены насилия в средствах массовой информации влияют на формирование агрессивной реакции: при просмотре агрессивных реакций героями различных фильмов, подросток склонен воспринимать агрессора как жертву обстоятельств и отождествлять себя с ним. Таким образом, когда ребенок видит, как герои передач выясняют отношения с помощью агрессивного поведения, он убеждается в том, что с помощью агрессии и насилия можно решать межличностные конфликты. Решая свои проблемы, подросток будет выбирать ту агрессивную манеру поведения, которую он увидел на телевидении и в других средствах массовой информации. Сцены насилия стимулируют появление агрессивных фантазий, которые впоследствии могут выразиться в агрессивных действиях [Цит. по: 59, с. 215].

Проанализировав мотивацию агрессивного поведения подростков, можно увидеть полную картину. Негативные чувства и переживания являются основополагающим мотивом, для проявления агрессии, выражающиеся в применении силы к различным живым и не живым объектам [57, с. 98].

В подростковом периоде, провоцирующими факторами для развития агрессивности у ребенка, выступают непринятие его взросления значимыми людьми, неудовлетворительное положение среди сверстников. Также проявлению агрессии способствуют особенности темперамента, такие как: нестабильность, возбудимость, вспыльчивость, реактивность, быстрая смена настроения. Нередки случаи проявления агрессии как способ самозащиты, отстаивания своих прав или с целью удовлетворения свои потребностей [38, с. 27].

Проведя анализ вышесказанного, мы можем сделать вывод, что существуют разнообразные внутренние и внешние факторы, нарушающие

процесс становления личности, способствующие формированию и проявлению агрессии [60, с. 24].

Таким образом, агрессивное поведение подростков имеет свои особенности, среди которых выделяют: большую эмоциональную возбудимость, устойчивость эмоциональных переживаний, повышенную готовность к ожиданию страха, противоречивость чувств, излишних переживаний, сильно развитое чувство принадлежности к группе. На уровень агрессивного поведения влияют такие факторы как: характерологические особенности, половые особенности, уровень самооценки. Агрессивные формы поведения у подростков могут возникнуть вследствие неадекватного семейного воспитания, неправильно выстроенных взаимоотношений со сверстниками, а также из-за социальных условий развития личности.

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

Изучение психолого-педагогической и методической литературы позволило нам разработать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

Метод моделирования является одним из самых актуальных, универсальных и эффективных методов научного исследования. Научное обоснование этого метода дано в трудах В. Г. Афанасьева, В. А. Веникова, Б. А. Глинского, И. Б. Новик, В. А. Штофф и др. Вопросы моделирования в педагогических исследованиях освещаются в работах С. И. Архангельского, А. Ф. Зотова, Ю. А. Конаржевского, Н. В. Кузьминой и др. Существует множество трактовок понятия «моделирование».

Моделирование – это целенаправленный информационный процесс, обеспечивающий получение новой информации об объекте, его свойствах и поведении при помощи модели [10, с. 24].

По мнению Г. В. Суходольского, моделирование – это процесс создания иерархии моделей, в которой некоторая реально существующая система моделируется в различных аспектах и различными средствами [Цит. по: 24, с. 375].

На сегодняшний день в образовании остается актуальной решение задачи моделирования педагогических систем, потому что растет потребность в проектировании и внедрении новых инновационных технологий, которые будут соответствовать новым теоретическим идеям отечественной науки. В. П. Давыдов, А. Н. Дахин, О. Х. Рахимов, В. А. Штофф и др. в своих трудах подчеркнули значимость метода моделирования в педагогике.

Педагогическое моделирование (создание модели) – это разработка целей (общей идеи) создания педагогических систем, процессов или ситуаций и основных путей их достижения [1, с. 59].

«Моделирование в образовании – это исследование внутриличностных и межличностных процессов и состояний при помощи их реальных (физических) или идеальных моделей» [6, с. 12].

Можно заметить, что основным понятием метода моделирования является модель. В научно-педагогической литературе существует множество трактовок понятия «модель».

Модель – это разработанный объект, который представляет собой схему, схожую с объектом исследования и воспроизводит этот объект в более упрощенном, но при этом углубленном виде [31, с. 5].

Подласый И. П. дает следующее определение понятия «модель»: модель – мысленно представленная или материально реализованная система, которая адекватно отображает предмет исследования и способна замещать его так, что изучение модели позволяет получить новую информацию об этом объекте» [Цит. по: 48, с. 41].

Штофф В. А. считает, что модель – это отображение наиболее существенных признаков, свойств и отношений явлений, объектов или процессов предметного мира [Цит. по: 51, с. 81].

По мнению В. В. Краевского, модель – это «объединение элементов, объектов, отражающее функции предмета исследования, его определенные стороны» [Цит. по: 50, с. 170].

Одним из главных этапов моделирования является целеполагание. Под целеполаганием М. М. Панов понимал первичную фазу управления, предусматривающую постановку генеральной цели и совокупности целей (дерева целей) в соответствии с назначением (миссией) системы, стратегическими установками и характером решаемых задач [44, с. 25].

«Дерево целей» – это конечный разветвляющийся ориентированный граф, в котором представлена наивысшая цель, разделенная на более простые, способствующие достижению главной цели [17, с. 93].

Процедура построения «Дерева целей» состоит из последовательной декомпозиции главной цели на подцели, во время которой необходимо соблюдать следующие правила [34, с. 196]:

1. Сформулированная цель, должна отображать конечный, желаемый результат, а не способы его достижения.
2. Сформулированная генеральная цель должна представлять собой четкий конечный результат.
3. Для достижения генеральной цели, необходимы условием является реализация подцелей каждого уровня.
4. Формулирование дальнейших подцелей последующих уровней, завершается при условии возможности реализации целей без дополнительных пояснений.

«Дерево целей» психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков представлено на рисунке 1.

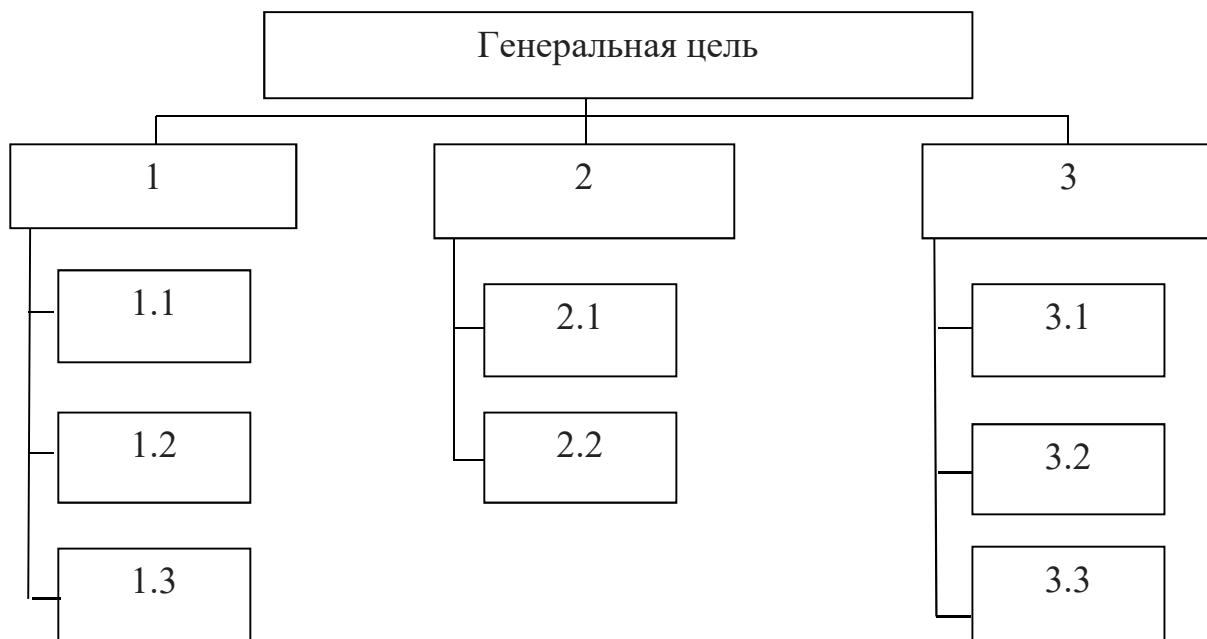


Рисунок 1 – «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

Для достижения генеральной цели были сформулированы три подцели.

1. Теоретически обосновать проблему исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

1.1. Выявить сущность и специфику феномена «агрессивное поведение» в психолого-педагогической литературе.

1.2. Изучить возрастные особенности проявления агрессивного поведения у подростков.

1.3. Теоретически обосновать и составить модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

2. Организовать и провести исследование по изучению агрессивного поведения у подростков.

2.1 Изучить этапы, методы и методики исследования.

2.2 Дать характеристику выборки испытуемых и проанализировать полученные результаты.

3. Провести экспериментальную работу по проведению психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

3.1. Составить и реализовать программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

3.2. Провести анализ результатов формирующего этапа эксперимента коррекционной работы.

3.3. Составить психолого-педагогические рекомендации для педагогов, родителей и подростков по коррекции агрессивного поведения у подростков.

В научной литературе существуют различные виды моделей, так как метод моделирования является одним из универсальных методов исследования. В.И. Долгова выделила следующие этапы построения модели [16, с. 102]:

Первый этап построения модели включает в себя необходимые знания об объекте, для лучшего отображения их в самой модели. Для одного объекта может быть разработано несколько моделей, так как одна модель может отображать лишь определенные особенности объекта-оригинала.

Второй этап имеет отличительной особенностью то, что модель становится самостоятельным объектом исследования. Формой такого исследования является проведение «модельных» экспериментов, в ходе которых происходит целенаправленное изменение условий функционирования модели и систематизируются данные о ее «поведении». Итогом этого этапа является получение полных знаний о модели.

На третьем этапе знания полученные в результате исследования модели, переносят на объект-оригинал. Вместе с этим осуществляется переход с «языка» модели на «язык» оригинала, с учетом определенных правил. При необходимости в знания о модели вносятся изменения, связанные с особенностями объекта-оригинала, не учтенные при построении модели.

Четвертый этап представляет собой проверку полученных знаний на практике, для построения обобщающей теории объекта, с целью его преобразования либо управления им.

Изучив специфику и особенности построения модели, нами была разработана модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков. Модель состоит из четырех структурных блоков: теоретического, диагностического, коррекционного и аналитического блока. Модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков представлена на рисунке 2.

Рассмотрим более детально блоки модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

Теоретический блок заключается в изучении психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования, осуществлении целеполагания и моделирования, подборе методик для изучения уровня агрессивного поведения у подростков.

Диагностический блок включает в себя систему мероприятий, позволяющих выявить уровень агрессивного поведения у подростков, используя следующие методики: диагностика состояния агрессии (опросник «А. Басса – А. Дарки»), тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут), методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку).

Коррекционный блок включает в себя составление и реализацию программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков основываясь на полученных результатах в ходе проведения констатирующего этапа эксперимента. Целью данного блока является реализация психолого-педагогической программы коррекции агрессивного поведения у подростков, в процессе участия в которой они познакомятся с понятием «агрессивное поведение», также мы рассчитываем на снижение уровня агрессивного поведения у подростков с помощью упражнений, игр, релаксации.



Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

Аналитический блок направлен на проведение формирующего этапа эксперимента с помощью тестирования по методикам: диагностика состояния агрессии (опросник «А. Басса – А. Дарки»), тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут), методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку). Анализ и обработка полученных данных при помощи математико-статистического метода Т-критерий Вилкоксона.

Критериями оценки эффективности реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков можно будет считать, положительные изменения в сторону снижения уровня агрессивного поведения у подростков, полученные в результате проведения формирующего этапа эксперимента по окончании реализации программы.

Таким образом, анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования позволил нам разработать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков, которая состоит из четырех блоков: теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический блок. В модели учтены основные принципы коррекционной работы с детьми, а также определены критерии оценки эффективности реализации программы по коррекции агрессивного поведения у подростков.

Выводы по главе 1

В ходе анализа психолого-педагогической литературы, нами было установлено следующее. Проблема агрессии и агрессивности является чрезвычайно важной и актуальной в настоящее время. Вклад в исследование проблем агрессии и агрессивности внесли как зарубежные (З. Фрейд, А. Адлер, Э. Фромм, К. Лоренц, Дж. Доллард и др.), так и отечественные (Н. Д. Левитов, Е. П. Ильин и др.) психологи. Среди изученных понятий мы в своем исследовании взяли за основу определение, Юрчук Василия Степановича, который описывает агрессивное поведение, как совершение действий, наносящих вред другим людям и живым объектам, которые при этом испытывают страх, напряженность, дискомфорт и депрессию. Такое поведение не является постоянным и имеет свойство меняться в зависимости от смены ситуации одной на другую.

Такие характерные особенности подростков, как большая эмоциональная возбудимость, устойчивость эмоциональных переживаний,

повышенная готовность к ожиданию страха, противоречивость чувств, излишних переживаний, сильно развитое чувство принадлежности к группе могут привести к появлению агрессивного поведения у подростков. На уровень агрессивного поведения влияют различные факторы, такие как: характерологические особенности, половые особенности, уровень самооценки, неадекватный стиль семейного воспитания, неправильно выстроенные взаимоотношения со сверстниками, а также особенности социальных условий развития личности.

Анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования позволил нам разработать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков, которая состоит из четырех блоков: теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический блок. В модели учтены основные принципы коррекционной работы с детьми, а также определены критерии оценки эффективности реализации программы по коррекции агрессивного поведения у подростков.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков проводилось в три этапа:

1. Поисково-подготовительный этап: включает в себя анализ и обобщение психолого-педагогической и методической литературы по проблеме нашего исследования, изучение особенностей агрессивного поведения подростков, подбор методов и методик исследования, теоретическое обоснование «дерева целей» и модели психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

2. Опытно-экспериментальный этап: включает в себя диагностику агрессивного поведения у подростков по методикам: диагностика состояния агрессии «А. Басс – А. Дарки»; тест агрессивности Л.Г. Почебут; методика диагностики самооценки психических состояний по Г. Айзенку; проведение анализа полученных результатов диагностики, составление и реализация программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

3. Контрольно-обобщающий этап: включает в себя анализ результатов формирующего этапа эксперимента, математико-статистический метод Т-критерий Вилкоксона, проверка гипотезы, формулирование и описание выводов, оформление работы. Составление рекомендаций для педагогов, родителей и подростков по коррекции агрессивного поведения у подростков.

В нашем исследовании мы использовали следующие методы:

– теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической и методической литературы, целеполагание, моделирование;

– эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент тестирование с применением методик: диагностика состояния агрессии «А. Басса – А. Дарки», тест агрессивности Л. Г. Почебут, методика диагностики самооценки психических состояний по Г. Айзенку;

– математико-статистический метод обработки экспериментальных данных: Т-критерий Вилкоксона.

Анализ – это разделение объекта на составные части с целью их самостоятельного изучения. В педагогической энциклопедии термин анализ означает – разделение объекта или явления на составные части, для наилучшего изучения. С. И. Ожегов под анализом понимает «метод научного исследования путем рассмотрения отдельных сторон, свойств, составных частей чего-нибудь» [54, с. 14].

Таким образом, сформулируем общее определение анализа – это детальное изучение составных частей какого-либо, элемента, объекта или явления [66, с. 47].

Анализ имеет различные виды: механическое расчленение; определение динамического состава; выявление форм взаимодействия элементов целого; нахождение причин явлений; выявление уровней знания и его структуры и т.п. Разновидностью анализа является также разделение классов предметов на подклассы [65, с. 82].

Одним из важнейших методов исследования является метод эксперимента. С помощью этого метода проверяются гипотезы причинно-следственного характера. По целям различают констатирующий и формирующий этапы эксперимента. Целью констатирующего эксперимента является установление наличия какого-либо непреложного факта или явления. Целью формирующего эксперимента является не только констатация, но также формирование или воспитание уровня сформированности той или иной деятельности, развития тех или иных сторон психики [23, с. 12].

Тестирование – это метод, применяемый исследователями для выявления уровня знаний, умений и навыков, способностей и других качеств личности, а также их соответствие определенным нормам путем анализа способов выполнения испытуемым специальных заданий – тестов. При помощи тестирования мы имеем возможность установить степень развития или сформированности определенных свойств психики, для того чтобы сравнить полученные результаты с показателями нормы либо сданными полученными ранее у этого же испытуемого [3, с. 126].

При исследовании агрессивного поведения у подростков были использованы следующие методики: диагностика состояния агрессии «А. Басса – А. Дарки», ее целью является определение уровня агрессивности подростков; тест агрессивности Л. Г. Почебут, он дает возможность выявить стиль поведения в стрессовых ситуациях и особенности приспособления в социальной среде; методика диагностики самооценки психических состояний по Г. Айзенку, которая позволяет достаточно точно выявить индивидуальные особенности, располагающие к возникновению агрессивности подростков.

Диагностика состояния агрессии (опросник «А. Басса – А. Дарки»). Опросник А. Басса – А. Дарки является одной из самых популярных методик, широко использующихся как в зарубежной, так и в отечественной практике. А. Басс дифференцировал термины «агрессия» и враждебность». Враждебность он определил как: «реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и событий». Опросник содержит 8 субшкал, которые являются важными показателями агрессии [33, с. 6].

В своем опроснике А. Басс и А. Дарки выделили следующие формы агрессивных и враждебных реакций [37, с. 78]:

1. Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.
2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении.

4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

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

Методика включает в себя 75 утверждений, требующих ответа от респондента «да» или «нет». Для выявления форм агрессивности и враждебных реакций необходимо посчитать количество несовпадений с ключом [33, с. 7].

Тест агрессивности Л. Г. Почебут. Агрессивное поведение – намеренный поведенческий акт, проявления силы в отношении другого живого объекта, при котором наносится вред, как физический, так и моральный. Агрессивное поведение является противоположным адаптивному поведению. Адаптивное поведение – это поведение человека, которое позволяет ему наилучшим образом приспособиваться к складывающимся обстоятельствам жизни, взаимодействовать с другими людьми, согласовывать интересы, требования, ожидания и т.д. [33, с. 83].

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

Вербальная агрессия (ВА) – агрессивное поведение с использованием отреагирования собственных отрицательных эмоций при помощи вербальных проявлений (сквернословие, обвинения, сплетни, грубый тон разговора и т.д.).

Физическая агрессия (ФА) – агрессивное поведение человека, использующего физическую силу, направленную против другого лица или объекта.

Предметная агрессия (ПА) – агрессивное поведение человека, вымещающего злость на неодушевленных предметах (биение посуды, крушение мебели, предметов обихода и т.д.).

Эмоциональная агрессия (ЭА) – агрессивное поведение человека, нацеленное на причинение вреда другому человеку, дающее выход злобным чувствам, выходящим из-под контроля.

Самоагрессия (СА) – агрессивное поведение, направленное человеком против самого себя, провоцирующими факторами являются слабые защитные механизмы, агрессивная среда, в которой человек ощущает себя не защищенным. Проявлениями самоагрессии выступают самоповреждающие действия такие как, битье головой, нанесение ран спомощью острых предметов, глубокое расчесывание кожных покровов [33, с. 84].

Методика состоит из 40 утверждений, которые смогут выявить стиль поведения человека, находящегося в стрессовой ситуации, а также его особенности приспособления в социальной среде [45, с. 68].

Методика диагностики самооценки психических состояний по Г. Айзенку. Тест предназначен для диагностики таких психических состояний как: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность.

Фрустрация – это негативное психическое состояние, возникающее в ситуации невозможности удовлетворения тех или иных потребностей, желаний. Проявляется в таких отрицательных переживаниях как: агрессия, депрессия, тревога, отчаяние и т.д. [70, с. 61].

Агрессивность – это не вызванная объективными обстоятельствами неспровоцированная враждебность человека, кратковременное эмоциональное состояние, которое проявляется в тенденции нападать, причинять вред другим, в открытой злобе, недовольстве, стремлении к самоутверждению за счет других [40, с. 14].

Ригидность – это неготовность субъекта вносить изменения в намеченной программе деятельности в соответствии с новыми ситуационными требованиями. Ригидность – жёсткость, твёрдость, неэластичность [40, с. 17].

Методика включает в себя 40 высказываний, они представляют четыре блока, каждый блок выявляет наличие одного из состояний: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность [33, с. 83].

На третьем этапе, на этапе обработки полученных данных исследования, для оценки сдвигов в показателях уровня агрессивности у подростков мы использовали Т-критерий Вилкоксона. Мы выбрали данный математический метод потому, что в нашем исследовании нам нужно определить изменение показателей до реализации программы коррекции и после на одной и той же группе выборки. Т-критерий Вилкоксона позволяет установить не только направленность изменений, но и степень их выраженности.

Таким образом, на этапе организации исследования изучения агрессивного поведения у подростков мы обозначили этапы, методы и методики исследования. Нами были использованы именно эти методики диагностики уровня агрессивного поведения у подростков, так как они валидны (т.е. методики измеряют именно уровень агрессивности), надежны (т.е. результаты методик устойчивы, стабильны как при первом, так и при повторном диагностическом испытании с одной и той же выборкой) и стандартизированы (т.е. процедуры проведения, обработки и интерпретации психодиагностического обследования стандартны и единообразны).

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ № 70 г. Челябинска». Участие в исследовании принимали учащиеся 7 класса, возраст 13-14 лет, 12 девочек и 8 мальчиков.

В исследовании принимал участие весь класс, т.е. 20 человек.

Психологический климат в коллективе благоприятный. В делах школы класс принимает активное участие. Большая часть подростков (14 человек) посещают кружки/секции, участвуют в различных соревнованиях и конкурсах. В классе имеются отдельные микрогруппы, между которыми иногда прослеживаются конфликтные ситуации. У 2 ребят четко прослеживаются лидерские качества.

Поведение учащихся на занятиях зависит от контроля учителя. Отношение коллектива с учителями – доброжелательные. Общий уровень подготовки к занятиям – средний.

В целом, весь коллектив взаимодействует достаточно сплоченно, но при этом внутри группы существуют маленькие подгруппы. Класс очень ответственно и серьезно настроен при выполнении каких-либо заданий или проведении мероприятий.

Нами было проведено исследование с учениками 7-го класса при помощи следующих методик:

- диагностика состояния агрессии (опросник «А. Басса – А. Дарки»);
- тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут);
- методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку).

Приведем результаты, полученные при проведении методики «Опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки». Они представлены на рисунке 3 (см. Приложение 2, таблица 1).

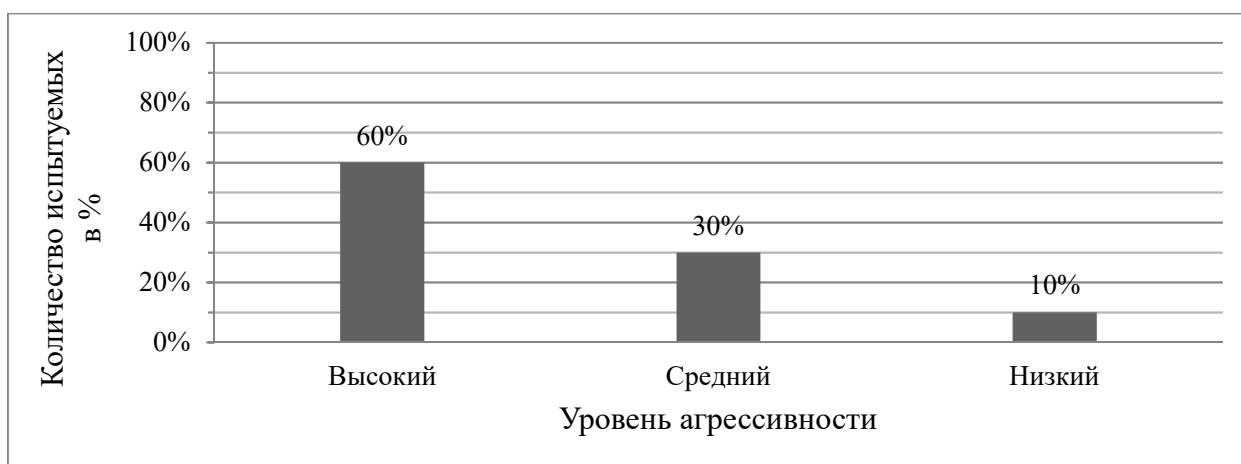


Рисунок 3 – Распределение уровней агрессивности у подростков по методике «Опросник уровня агрессивности А. Басса-А. Дарки»

По данным полученным в результате диагностики мы можем сказать, что 60 % (12 человек) подростков имеют высокий уровень агрессивности. Такие дети обычно легко раздражаются, их часто охватывает ярость. Они недоверчиво относятся к окружающему миру, испытывают обиду и раздражение, негативно реагируют на критику. Подростки, имеющие высокий уровень агрессивности, часто не могут справиться с желанием причинить вред своим обидчикам, к которым испытывают враждебные чувства.

У 30 % (6 человек) испытуемых был выявлен средний уровень агрессивности. Подростки с данным уровнем агрессивности в редких случаях испытывают ненависть к окружающим, однако они находят конструктивные выходы в проблемных ситуациях. Они не дают волю эмоциям, держат себя в руках, ведут себя адекватно по отношению к окружающим, могут отстаивать свою точку зрения, не прибегая к насильственным методам.

У 10 % (2 человека) подростков был выявлен низкий уровень агрессивности. Такие дети не способны использовать физическую силу против другого человека, они не способны обидеть кого-либо. Подростки с низким уровнем агрессивности не вступают в конфликт, так как не испытывают таких чувств как раздражение, ярость, обида.

Далее было проведено исследование агрессивного поведения у подростков с помощью методики «Тест агрессивности опросник Л. Г. Почебут». Анализ результатов представлен на рисунке 4 (см. Приложение 2, таблица 2).

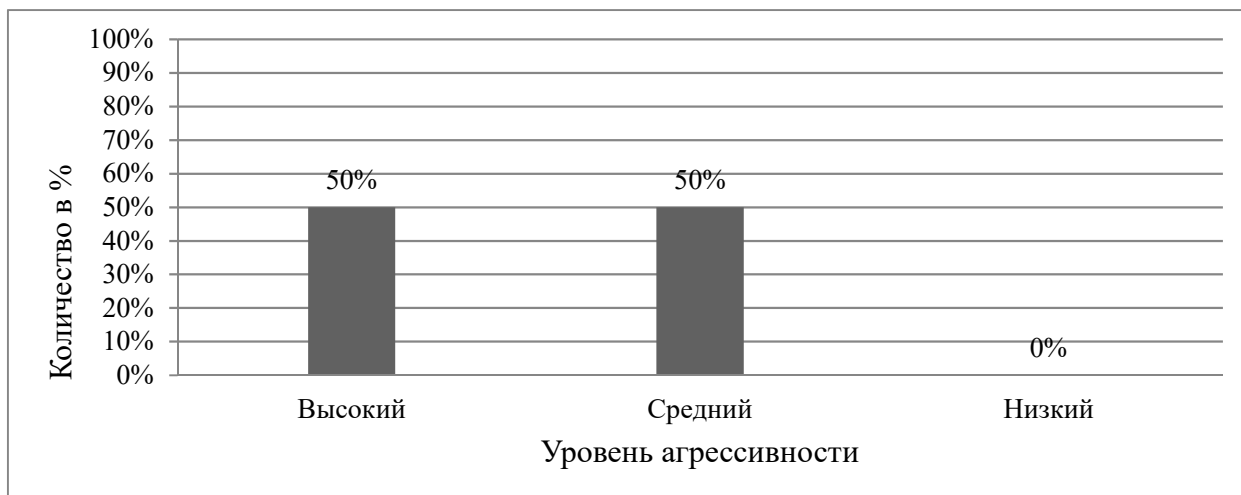


Рисунок 4 – Распределение уровней агрессивности у подростков по методике «Тест агрессивности опросник Л. Г. Почебут»

В ходе проведения данной методики мы получили следующие результаты: Высокий уровень агрессивности отмечен у 50 % (10 человек) учащихся. Такие дети легко теряют контроль над собой, часто демонстрируют вспышки ярости (кричат, хлопают дверьми, швыряют и ломают предметы). Они могут проявлять как физическую, так и вербальную агрессию. Для детей с высоким уровнем агрессивности характерны: раздражительность, вспыльчивость, упрямство, завистливость, обидчивость, подозрительность, мстительность. Они могут намеренно создавать конфликтные ситуации, провоцировать ссоры.

Средний уровень агрессивности обозначается у 50 % (10 человек) учащихся. Подростки со средним уровнем агрессивности редко испытывают ненависть к окружающим. Они стараются находить конструктивные выходы из проблемных ситуаций. Низкий уровень агрессивности в группе испытуемых выявлен не был.

В заключении мы провели исследование с помощью методики «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)». Результаты исследования представлены на рисунке 5 (см. Приложение 2, таблица 3).

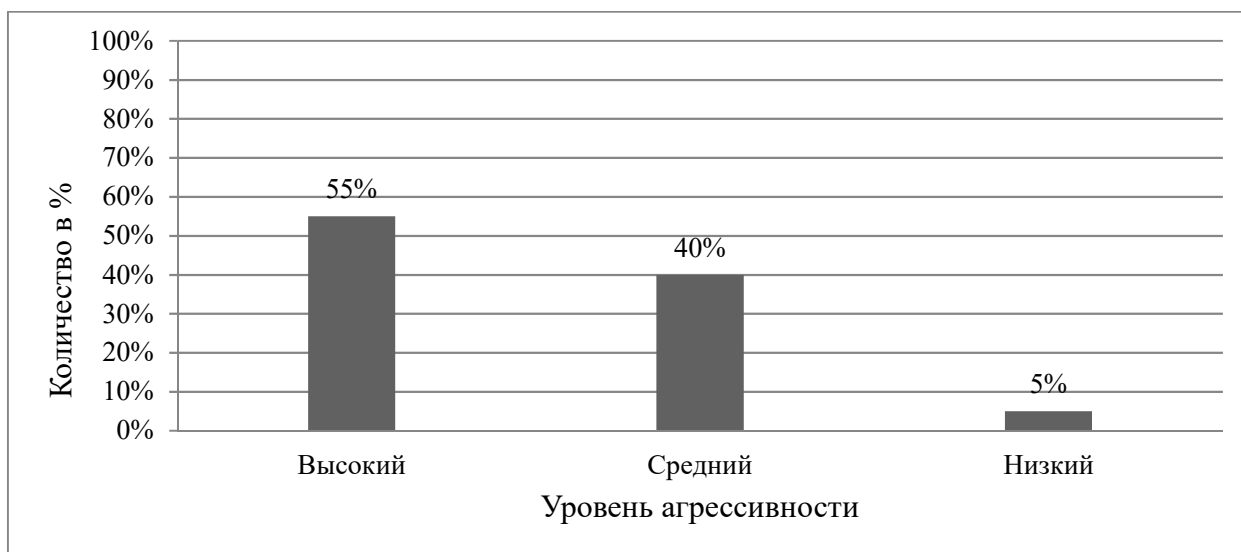


Рисунок 5 – Распределение уровней агрессивности у подростков по методике «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)»

В ходе проведения методики «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)» мы получили следующие результаты: Высокий уровень агрессивности был выявлен у 55 % (11 человек) учащихся. Подростки с таким уровнем агрессивности характеризуются низким уровнем самоконтроля, несдержанностью, вспыльчивостью, раздражительностью.

Средний уровень агрессивности характерен для 40 % (10 человек) учащихся. Это говорит о том, что подростки обладают достаточной энергией для преодоления препятствий. Они умеют держать себя в руках, не дают волю эмоциям, ищут конструктивные выходы из проблемных ситуаций.

Низкий уровень агрессивности имеют 5 % (1 человек) учащихся. Таким подросткам свойственны: не конфликтность, отсутствие обиды и злости. Они не склонны ссориться, вступать в драку.

Таким образом, в результате эксперимента было выявлено, что в классе 55 % (11 человек) учащихся имеют высокий уровень агрессивности.

Средний уровень агрессивности характерен для 40 % (8 человек) учащихся. Низкий уровень агрессивности преобладает у 5 % (1 человек) учащихся.

Исходя из полученных результатов, испытуемым с высоким уровнем агрессивного поведения рекомендовано участие в программе психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения.

Выводы по главе 2

Изучив психолого-педагогическую литературу, нами были определены этапы, методы и методики исследования. Исследование агрессивного поведения у подростков проходило в три этапа.

Во время подготовительного этапа нами была обозначена актуальность исследования, проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме агрессивного поведения подростков, обозначена тема, сформулированы задачи, осуществлен выбор объекта и предмета исследования, сформулирована гипотеза, произведен выбор методов исследования.

Во время второго этапа – исследовательского с помощью использования подобранных методик нами был произведен сбор фактических данных.

В ходе завершающего этапа – этапа обработки полученных данных нами был осуществлен количественный и качественный анализ данных исследования, сформулированы выводы. В ходе психолого-педагогического исследования были использованы теоретические и эмпирические методы.

Теоретические методы: анализ научной литературы и пособий по психологии, педагогике, психодиагностике; моделирование; целеполагание.

Опытно-экспериментальный этап: включает в себя диагностику агрессивного поведения у подростков по методикам: диагностика состояния агрессии «А. Басс – А. Дарки»; тест агрессивности Л. Г. Почебут; методика диагностики самооценки психических состояний по Г. Айзенку; проведение анализа полученных результатов диагностики, составление и реализация

программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков.

Методы математико-статистической обработки экспериментальных данных Т-критерий Вилкоксона.

Нами были использованы именно эти методики диагностики уровня агрессивного поведения у подростков, так как они валидны (т.е. методики измеряют именно уровень агрессивности), надежны (т.е. результаты методик устойчивы, стабильны как при первом, так и при повторном диагностическом испытании с одной и той же выборкой) и стандартизированы (т.е. процедуры проведения, обработки и интерпретации психодиагностического обследования стандартны и единообразны).

При проведении методики «Опросник уровня агрессивности А. Басса-А. Дарки» мы получили следующие результаты: у 60 % (12 человек) учащихся выявлен высокий уровень агрессивности, у 30 % (6 человек) учащихся выявлен средний уровень агрессивности, у 10 % (2 человека) учащихся выявлен низкий уровень агрессивности.

Результаты распределения уровней агрессивности среди испытуемых по методике Тест агрессивности Л. Г. Почебут: у 50 % (10 человек) учащихся выявлен высокий уровень агрессивности, у 50 % (10 человек) учащихся выявлен средний уровень агрессивности, в группе испытуемых не выявлен низкий уровень агрессивности.

Результаты исследования, полученные с помощью методики «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)»: высокий уровень присущ 55 % (11 человек) учащимся, средний уровень агрессивности – 40 % (8 человек) учащимся, низкий уровень агрессивности – 5 % (1 человек).

Исходя из полученных результатов, всем испытуемым рекомендовано участие в программе психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения. Детям с низким и средним уровнем агрессивности участие в программе рекомендовано в профилактических целях.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

3.1 Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

Для коррекции агрессивного поведения у подростков была разработана программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения.

Программа психолого-педагогической коррекции должна способствовать снижению уровня агрессивного поведения у подростков.

Цель программы: снижение уровня агрессивного поведения у подростков.

Задачи программы:

1. Научить подростков навыкам контроля и управления собственным гневом.
2. Обучить навыкам распознавания эмоций и чувств, контроля за своим эмоциональным состоянием, в т.ч. гневом.
3. Способствовать повышению уровня уверенности в себе у подростков с помощью развития толерантности и способности к эмпатии.
4. Способствовать развитию навыков коммуникации, эффективного взаимодействия у подростков.
5. Сформировать умение конструктивно разрешать межличностные конфликты.

Программа построена с учетом следующих психокоррекционных принципов:

1. Принцип единства диагностики и коррекции заключается в том, что перед проведением программы коррекции, осуществляется диагностическое обследование необходимого свойства психики, результаты которого учитываются при разработке коррекционной программы. В свою

очередь, для проверки эффективности программы коррекции требуется повторная диагностика корректируемого свойства.

2. Принцип нормативности развития. Нормативность подразумевает, соответствие уровня развития ребенка возрастной норме [42, с. 12].

3. Принцип коррекции «сверху вниз» подразумевает, что программа коррекции построена на обнаружении «зоны ближайшего развития» для подростка.

4. Принцип системности подразумевает учета в составлении коррекционной программы, профилактических и развивающих задач.

5. Деятельностный принцип коррекции не только определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, но и задает способы коррекционной работы через организацию соответствующих видов деятельности путем формирования обобщенных способов ориентировки [68, с. 2].

Программа состоит из 10 занятий. Продолжительность одного занятия – 1 час. Групповые занятия проводились один раз в неделю. Каждое занятие состоит из разминки, основного содержания и рефлексии.

Во время психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков использовались следующие техники и методы коррекционной работы: ролевая игра, корректирующие психологические упражнения, психотехнические упражнения, дискуссии.

Занятие №1 «Знакомство»

Цель: знакомство ведущего с участниками тренинга, знакомство участников тренинга с программой.

Задачи:

1. Установить эмоциональный контакт с участниками группы.
2. Ознакомить с правилами работы в группе.
3. Способствовать созданию доверительной и доброжелательной атмосферы в группе.

4. Снять излишнее эмоциональное напряжение участников.
5. Собрать ожидания участников от тренинговой программы.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Знакомство».

Цель: знакомство с членами группы, включение участников тренинга в групповой процесс, создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, снятие напряжения, самопрезентация.

3. Упражнение «Мои ожидания».

Цель: выяснение ожиданий участников тренинга, их опасений и интересующих вопросов.

4. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №2 «Знакомьтесь, агрессия»

Цель: психологическое просвещение подростков на тему агрессивного поведения.

Задачи:

1. Познакомить подростков с понятиями «агрессия» и «жестокость».
2. Рассмотреть виды агрессии.
3. Выяснить причины и последствия агрессии и жестокости.
4. Познакомить со способами предупреждения конфликтов.
5. Развить коммуникативные навыки подростков.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Работа в группах «Ассоциативный ряд».

Цель: знакомство с понятиями «агрессия» и «жестокость», установление ассоциаций, связанных с данными определениями.

3. Работа в группах «Причины агрессии».

Цель: установление причин и последствий агрессии и жестокости.

4. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №3 «Тропа доверия»

Цель: установление доверительных внутригрупповых отношений.

Задачи:

1. Оказать помощь в сплочении коллектива.

2. Способствовать развитию коммуникативных навыков участников тренинга.

3. Способствовать развитию доверительных отношений между участниками группы.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Посиделки».

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга, сплочение коллектива.

3. Упражнение «Номерки».

Цель: развитие навыков невербального общения.

4. Упражнение «Испорченный телефон».

Цель: развитие навыков невербального общения.

5. Упражнение «Лабиринт».

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга, сплочение коллектива, развитие доверительных отношений между участниками.

6. Упражнение «Веревочка».

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга, сплочение коллектива, развитие доверительных отношений между участниками.

7. Упражнение «Коробки».

Цель: сплочение коллектива.

8. Упражнение «Зоопарк».

Цель: сплочение коллектива.

9. Упражнение «Тропинка и клич».

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга, сплочение коллектива, развитие доверительных отношений между участниками.

10. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №4 «Чувства»

Цель: повышение рефлексивности подростков.

Задачи:

1. Способствовать формированию позитивного самоощущения и способности к позитивной оценке других людей.

2. Показать подросткам необходимость в осознании и принятии собственных негативных эмоций.

3. Помощь в осознании подростками неконструктивных способов выражения агрессии.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Выгодный обмен».

Цель: разминка, формирование позитивного самоощущения и способности к позитивной оценке других людей.

3. Упражнение «Я злюсь, когда...».

Цель: осознание подростками своей агрессивности, снижение эмоционального напряжения.

4. Упражнение «Рецепт: как сделать ребенка агрессивным».

Цель: осознание подростками своей агрессивности и не конструктивности поведения.

5. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №5 «Агрессия в моей жизни»

Цель: осознание подростками своей агрессивности.

Задачи:

1. Оказать помощь подросткам в изучении ими мотивов собственного агрессивного поведения.

2. Научить подростков выражать свои негативные эмоции.

3. Оказать помощь подросткам в осознании ими неконструктивных способов выражения агрессии.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Чудо-ладошка».

Цель: разминка, способствование оптимизации внутригрупповых связей, активизирование самосознания, формирование позитивного самоощущения и способности к позитивной оценке других людей.

3. Упражнение «Почему я злюсь».

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

4. Упражнения «Письма гнева».

Цель: изучение мотивов собственного агрессивного поведения, выражение негативных эмоций, осознание и выражение собственного отношения к проблеме агрессивного поведения.

5. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №6 «Агрессия может быть конструктивной»

Цель: обучение подростков конструктивным способам поведения в проблемных ситуациях.

Задачи:

1. Проиграть ситуации, провоцирующие проявление агрессивного поведения.

2. Помочь подросткам отреагировать накопившиеся отрицательные эмоции.

3. Обучить конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Разминка с мячом».

Цель: способствование оптимизации внутригрупповых связей, активизирование самосознания, настрой группы на предстоящую работу.

3. Упражнение «Ситуации».

Цель: проигрывание ситуаций, провоцирующих проявление агрессивного поведения.

4. Ролевая игра.

Цель: обучение подростков конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации.

5. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №7 «Контроль эмоций»

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.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Волшебные заросли».

Цель: разминка, обучение подростков умению контролировать свои эмоции, речь и негативные импульсы.

3. Упражнение «Лепим гнев».

Цель: обучение подростков умению направлять энергию в определенный вид деятельности.

4. Упражнение «Возьми себя в руки».

Цель: обучение умению сдерживать себя.

5. Упражнение «Сдержи себя».

Цель: обучение умению контролировать своих эмоции.

6. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №8 «Эмпатия»

Цель: развитие эмпатии у подростков.

Задачи:

1. Оказать помощь подросткам в расширении знаний о способах взаимопонимания.
2. Способствовать развитию умения распознавать эмоции.
3. Сформировать значимость понимания эмоций других людей.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Передача чувства по кругу».

Цель: разминка, способствование оптимизации внутригрупповых связей, активизирование самосознания, настрой группы на предстоящую работу, развитие взаимопонимания.

3. Упражнение «Создание предложений».

Цель: развитие навыков эмпатии.

4. Упражнение «Пиктограммы».

Цель: приобретение опыта в распознавании эмоций.

5. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №9 «Неагрессивный мир»

Цель: закрепление конструктивных способов поведения в проблемных ситуациях.

Задачи:

1. Обучить подростков выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами.
2. Научить подростков выбирать наиболее приемлемые способы разрядки гнева и агрессивности.

3. Научить подростков конструктивно выражать свои негативные эмоции.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Мусорная корзина».

Цель: разминка, избавление участников от негативных эмоций, настрой группы на предстоящую работу.

3. Упражнение «Эффективное взаимодействие».

Цель: обучение умению выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами.

4. Упражнение «Что делать с агрессией и гневом».

Цель: обучение конструктивным способам выражения гнева и агрессии.

5. Упражнение «Выставка».

Цель: выбор наиболее приемлемого способа разрядки гнева и агрессии, отреагирование негативных эмоций.

6. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Занятие №10 «Завершение»

Цель: закрепление у подростков положительной модели поведения.

Задачи:

1. Выявить динамику изменения поведения подростков.

2. Способствовать формированию образа «идеального-Я».

3. Способствовать развитию позитивной самооценки.

Содержание занятия:

1. Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

2. Упражнение «Зеркало».

Цель: разминка, настрой группы на предстоящую работу.

3. Упражнение «Чего я достиг».

Цель: выявление динамики изменения поведения подростков.

4. Упражнение «Я такой, какой я есть, я такой – каким бы я хотел быть».

Цель: способствование формированию образа «идеального-Я».

5. Упражнение «Копилка хороших поступков».

Цель: обучение подростков умению фиксировать в своем сознании положительные поступки и достижения, которых им удалось добиться за время работы с психологом вместо того, чтобы помнить о своих ошибках, промахах и неудачах.

6. Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Таким образом, реализация программы психолого-педагогической коррекции будет способствовать снижению уровня агрессивного поведения у подростков, посредством: обучения подростков умению осознавать и регулировать своё эмоциональное состояние; повышения у подростков уровня уверенности в себе за счет развития толерантности и способности к эмпатии; развития навыков коммуникации и эффективного взаимодействия; формирования умения конструктивно разрешать межличностные конфликты.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков нами была проведена повторная диагностика, с целью подтверждения или опровержения гипотезы исследования. Гипотеза исследования: уровень агрессивного поведения у подростков, возможно изменится, если составить и реализовать программу психолого-педагогической коррекции.

Повторная диагностика проводилась по тем же методикам, что и первичная: диагностика состояния агрессии (опросник «А. Басса – А. Дарки»); тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут); методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку).

Для того, чтобы узнать, являлась ли наша программа коррекции эффективной, мы сравнили показатели, полученные на констатирующем этапе эксперимента с показателями формирующего эксперимента. Сравним результаты, полученные при проведении методики «Опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки». Они представлены на рисунке 6 (см. Приложение 4, таблица 4).

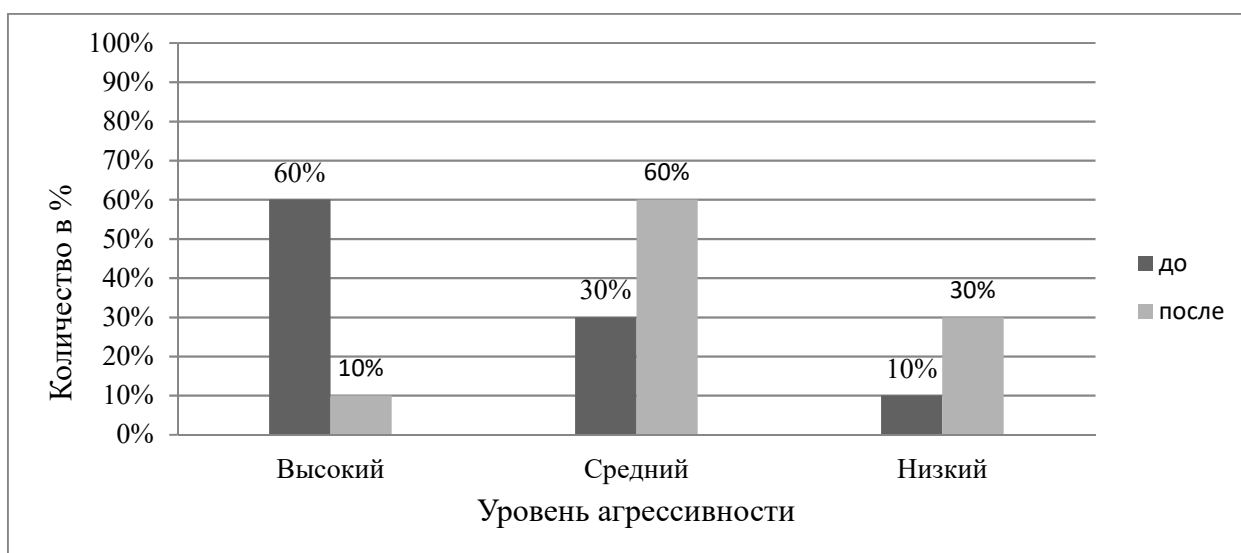


Рисунок 6 – Распределение уровней агрессивности у подростков по методике «Опросник уровня агрессивности А. Басса-А. Дарки» до и после коррекции

Повторная диагностика по методике «Опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки» показала, что большинство испытуемых 60 % (12 человек) имеют средний уровень агрессивности. Высокий уровень агрессивности был выявлен только у 10 % (2 человека) учащихся. Низкий уровень агрессивности был выявлен у 30 % (6 человек) учащихся, что составляет на 30 % больше, чем до проведения программы коррекции. Соответственно, можно сделать вывод, что уровень агрессивности у подростков значительно снизился, после проведения коррекционной работы.

Приведем результаты распределения уровней агрессивности среди испытуемых по методике «Тест агрессивности опросник Л. Г. Почебут». Они представлены на рисунке 7 (см. Приложение 4, таблица 5).

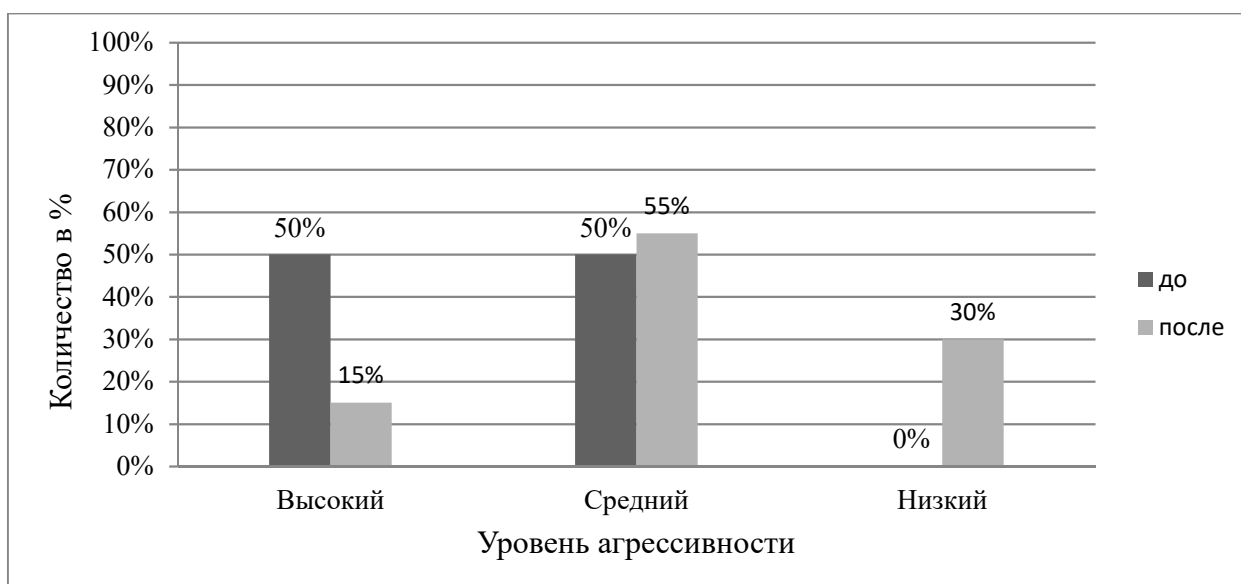


Рисунок 7 – Распределение уровней агрессивности у подростков по методике «Тест агрессивности опросник Л. Г. Почебут» до и после коррекции

Результаты повторного исследования по методике «Тест агрессивности опросник Л. Г. Почебут» показали, что уровень агрессивности у подростков заметно снизился: средний уровень агрессивности был выявлен у 55 % (11 человек) учащихся, высокий уровень – у 15 % (3 человек) учащихся, низкий уровень выявлен у 30 % (6 человек) учащихся.

Рассмотрим сравнительный анализ результатов, полученных с помощью методики «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)» (см. Приложение 4, таблица 6).

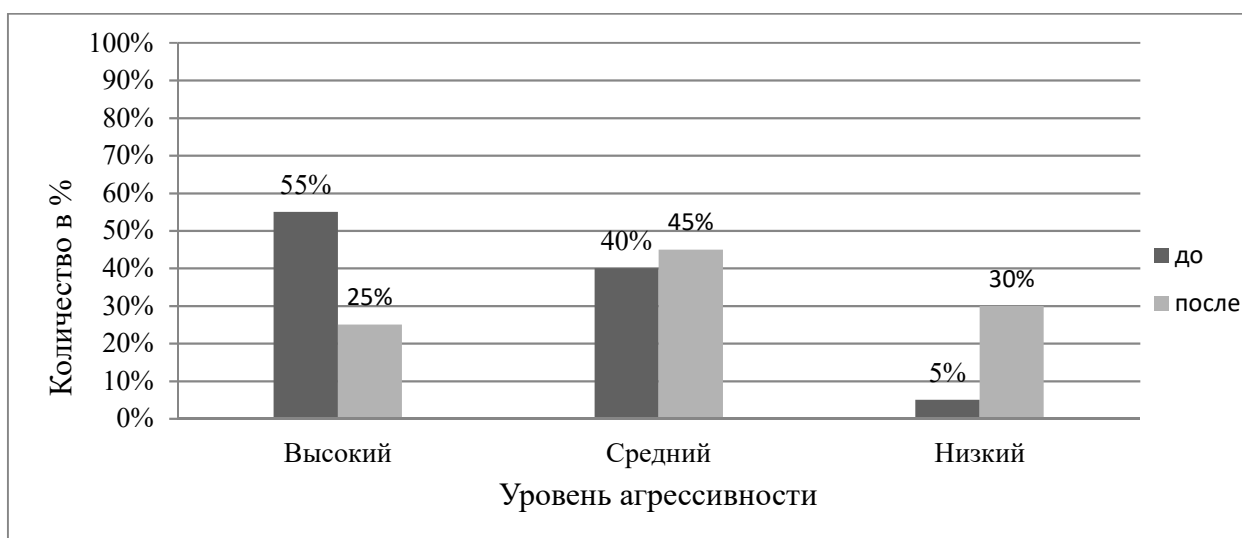


Рисунок 8 – Распределение уровней агрессивности у подростков по методике «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)» до и после коррекции

По результатам контрольного исследования видно, что проведенная коррекционная работа способствовала снижению уровня агрессивности у подростков экспериментальной группы. У большинства подростков – 45 % (9 человек) был выявлен средний уровень агрессивности. Высокий уровень показали всего 25 % (5 человек) учащихся. Низкий уровень агрессивности преобладает у 30 % (6 человек) учащихся.

Таким образом, можно сделать вывод, что у испытуемых наблюдается изменение уровня агрессивного поведения после проведения психолого-педагогической программы коррекции. Анализ результатов повторного исследования показывает, что у подростков преобладают показатели со средними значениями агрессивности, значительно уменьшились показатели высокого уровня агрессивности и повысились показатели низкого уровня агрессивности. После проведенной коррекционной программы дети стали более открытыми, сдержанными, терпеливыми. Это может свидетельствовать о том, что подростки обучились самоконтролю, а также умению выходить из конфликта конструктивным способом.

Для проверки нашей гипотезы мы использовали Т-критерий Вилкоксона, так как именно этот критерий позволяет установить направленность и выраженность изменений показателей, полученных при измерении в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

С его помощью мы можем определить является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом (в данном случае является ли сдвиг показателей агрессивного поведения у подростков после применения психолого-педагогической программы коррекции более интенсивным, чем до коррекции).

С целью проверки гипотезы исследования, пользуясь Т-критерием Вилкоксона, мы изучили, является ли сдвиг показателей агрессивного поведения у подростков после применения программы коррекции более интенсивным, чем до коррекции, используя результаты проведенных нами методик. Расчет Т-критерия Вилкоксона был выполнен следующим образом [58, с. 94].

Были сопоставлены данные диагностики уровня агрессивности у подростков по методике «Опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки» до и после проведения программы, которые представлены в таблице 7 Приложения 4.

H₀: Интенсивность сдвигов в сторону снижения показателей уровня агрессивности не превосходит интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей уровня агрессивности.

H₁: Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей уровня агрессивности превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей уровня агрессивности.

$$T_3 = 0$$

Определяем критические значения T, при n = 18

$$T_{кр} = 32 (p \leq 0,01)$$

$$T_{кр} = 47 (p \leq 0,05)$$

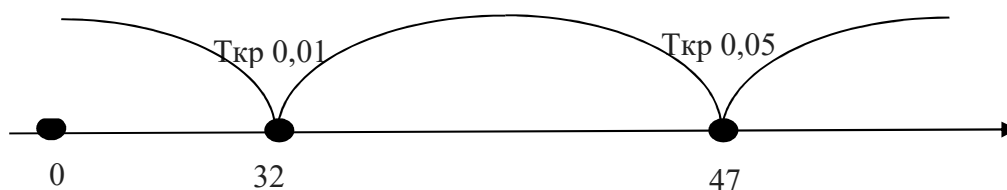


Рисунок 9 – Ось значимости для данных уровня агрессивности у подростков по методике «Опросник уровня агрессивности А. Басса-А. Дарки»

$T_{эмп} < T_{0,01}$ – снижение критерия тревожности, принимаем H_1 , интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей ситуативной тревожности превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей ситуативной тревожности.

Также были сопоставлены данные диагностики уровня агрессивности у подростков по методике «Тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут)» до и после проведения программы, которые представлены в таблице 8 Приложения 4.

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону снижения показателей уровня агрессивности не превосходит интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей уровня агрессивности.

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей уровня агрессивности превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей уровня агрессивности.

$$T_э = 0$$

Определяем критические значения T , при $n = 20$

$$T_{кр} = 43 (p \leq 0,01)$$

$$T_{кр} = 60 (p \leq 0,05)$$

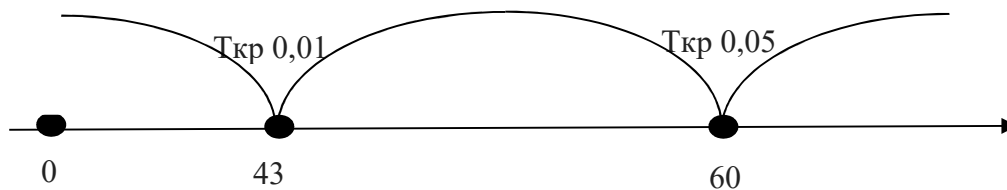


Рисунок 10 – Ось значимости для данных уровня агрессивности у подростков по методике «Тест агрессивности (опросник Л.Г. Почебут)»

$T_{эмп} < T_{0,01}$ – снижение критерия тревожности, принимаем H_1 , интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей ситуативной тревожности превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей ситуативной тревожности.

Также были сопоставлены данные диагностики уровня агрессивности у подростков по методике «Диагностика самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)» до и после проведения программы, которые представлены в таблице 9 Приложения 4.

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону снижения показателей уровня агрессивности не превосходит интенсивности сдвигов в направлении увеличения показателей уровня агрессивности.

H_1 : Интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей уровня агрессивности превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей уровня агрессивности.

$$T_3 = 0$$

Определяем критические значения T , при $n = 20$

$$T_{кр} = 43 \quad (p \leq 0,01)$$

$$T_{кр} = 60 \quad (p \leq 0,05)$$

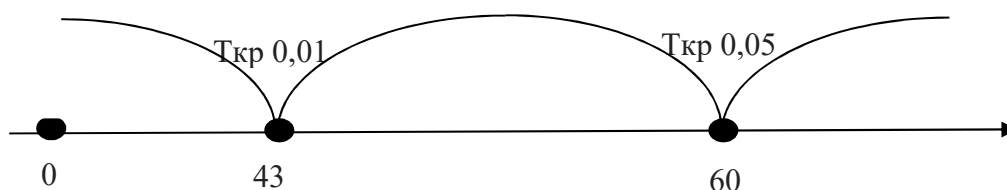


Рисунок 11 – Ось значимости для данных уровня агрессивности у подростков по методике «Диагностика самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)»

$T_{эмп} < T_{0,01}$ – снижение критерия тревожности, принимаем H_1 , интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей ситуативной тревожности превышает интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей ситуативной тревожности.

Проанализировав результаты полученные при помощи Т-критерия Вилкоксона, мы можем заключить следующее, программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков показала свою эффективность. Соответственно, данная программа способствует снижению агрессивного поведения у подростков.

Таким образом, с помощью Т-критерий Вилкоксона, мы определили достоверность сдвига показателей агрессивного поведения у подростков после применения разработанной и реализованной нами программы коррекции по методикам: диагностика состояния агрессии (опросник «А. Басса – А. Дарки»); тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут); методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку). Тем самым мы подтвердили гипотезу исследования: уровень агрессивного поведения у подростков, возможно изменится, если составить и реализовать программу психолого-педагогической коррекции.

3.3 Психолого-педагогические рекомендации для педагогов, родителей и подростков по коррекции агрессивного поведения

Для того, чтобы понять, как снизить уровень агрессивного поведения подростков необходимо придерживаться некоторых правил. Мы составили

следующие психолого-педагогические рекомендации для педагогов, родителей и подростков.

Психолого-педагогические рекомендации педагогам для снижения агрессивности подростков:

1. Вовлечь подростков в социально-признаваемую и социально одобряемую деятельность (трудовую, спортивную, художественную, организаторскую деятельности).

2. Целесообразно организовывать, подразделяя подростков на небольшие группы. Таким способом подростку будет легче научиться взаимодействовать с группой, конструктивно выражать свое мнение (обсуждение глобальных проблем в обществе, соревнования и олимпиады).

3. Проведение педагогом совместно с учениками внеклассных мероприятий, это способствует улучшению взаимоотношений в коллективе (туристические подходы, сбор урожая, генеральные уборки школы, субботники).

4. Проведение педагогами различных воспитательных и культурно-просветительских мероприятий актуальных для подростков (игры, соревнования, различные мероприятия) [14, с. 51].

5. Педагогом необходимо выделять время на индивидуальные беседы с детьми, склонными к агрессивному поведению, для уточнения мотивов их поведения и сложившейся ситуации в семье ребенка.

6. Творческое самовыражение, особенно рисование способствует преобразованию деструктивной агрессии в конструктивную. Таким способом ребенок может выплеснуть все свои эмоции, в том числе негативные [21, с. 104].

Психолого-педагогические рекомендации родителям для снижения агрессивности у подростков:

– общение с родителями, должно вызывать у ребенка доверие и чувство безопасности;

- необходимо выстраивать с ребенком доверительные отношения, с присутствием ненавязчивого контроля, в случае большого количества запретов, доверительные отношения установить сложно;
- с ребенком нужно стараться в любой ситуации вести беседу спокойно, если родитель не может продолжать сохранять спокойствие, лучше беседу отложить;
- родителям нужно искренне интересоваться увлечениями ребенка и знакомится с его друзьями;
- помогите ребенку найти подходящий для него вид спорта, при помощи физических нагрузок подростку легче будет выплескивать негативные эмоции;
- наказание должно быть соизмеримо с проступком ребенка, при этом не нужно критиковать его как личность;
- ребенку необходимо всегда знать, что его любят и принимают таким какой он есть, это можно выражать при помощи слов, объятий [52, с. 102].

Рекомендации родителям:

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии. В тех случаях, когда агрессия детей и подростков не опасна и объяснима, можно выполнять следующие рекомендации:
 - полное игнорирование реакций подростка – весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
 - выражение понимания чувств ребенка («Конечно, тебе обидно...»);
 - переключение внимания, предложение какого-либо задания;
 - позитивное обозначение поведения («Ты злишься, потому что ты устал...»).
2. Одним из важных путей снижения агрессии – установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:
 - констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»);

- констатирующий вопрос («Ты злишься»);
- раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь продемонстрировать силу?»);
- апелляция к правилам («Мы же с тобой договаривались!») [16, с. 78-81].

3. Контроль над собственными негативными эмоциями. Родителям необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивным ребенком. Родителям необходимо признать нормальность и естественность агрессивных проявлений, понять характер, силу и длительность возобладавшим над ними чувств.

4. Обсуждение проступка. Анализировать поведение в момент проявления агрессии, не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. Лучше всего это сделать наедине и только затем обсуждать в семье. Во время разговора нужно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно объяснить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но и, прежде всего, для самого агрессора.

5. Сохранение положительной репутации ребенка в семье. Для сохранения положительной репутации целесообразно публично минимизировать вину подростка («Ты неважно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть»), но в беседе с глазу на глаз показать истину; не требовать полного подчинения, позволить подростку выполнить ваши требования по-своему; предложить ребенку компромисс, договор с взаимными уступками [27, с. 192].

6. Следует помнить, что подростки инфантильны, и чем больше выражен этот инфантилизм, тем хуже поведение. Дело в том, что они не могут оценивать ситуацию во всей её полноте и выработать правильное решение, сделать правильные выводы. С помощью агрессии подростки доказывают свою силу. Необходимо сотрудничать с подростком,

разговаривать, задавать вопросы, интересоваться его мнением, помогать в принятии решения.

7. Для подростка очень важно найти кумира для подражания. Надо помочь подростку найти пример для подражания.

8. Семья должна заботиться о духовной жизни ребенка, расширять его кругозор, создавать ощущение полноты, насыщенности радости бытия.

9. Уважайте личность в вашем ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства. Предоставляйте ему достаточную свободу и независимость, за которую ребенок будет сам нести ответственность. В тоже время покажите ему, что в случае необходимости, если он сам попросит, готовы дать совет или оказать помощь. У подростка должна быть своя территория, своя какая-то сторона жизни, вход на которую взрослым позволен только с его согласия.

10. Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Когда дети реагируют должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Скажите им: «Мне нравится, как ты поступил». Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими.

11. Беседу с ребенком о его поступке необходимо проводить без свидетелей (класса, родственников, других детей и др.). в беседе стараться использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.).

12. Надо предоставлять возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте и т.д. можно завести специальную «сердитую подушку» для снятия стресса. Если ребенок чувствует раздражение, он может поколотить эту подушку. Родителям важно помнить следующее: агрессия – это не только деструктивное поведение, причиняющее вред окружающим, приводя к разрушительным и негативным последствиям, но также это еще и огромная сила, которая может служить источником энергии для более конструктивных целей, если уметь ей управлять. И задача родителей – научить ребенка контролировать свою агрессию и использовать ее в мирных целях [16, с. 78-81].

Правило пяти «П», которого следует придерживаться родителям при общении с подростком:

1. Принимайте подростка таким, как он есть. Хвалите, ругайте, возмущайтесь (если уж не в силах удержаться), наставляйте, но – принимайте.

2. Постарайтесь понять, что с ним происходит, тогда вы всегда сумеете найти общий язык.

3. Поддерживайте всё лучшее, что есть в вашем ребенке. Это просто сделать, если помнить, что с ребенком происходит в подростковом возрасте и какие сложные задачи приходится ему решать.

4. Помогайте ему понять свои ошибки и исправить их. От ошибок не застрахован никто.

5. Признайте его право иметь собственное мнение, свои вкусы и пристрастия, даже если они сильно отличаются от ваших [41, с. 5].

Рекомендации подросткам, имеющим высокий уровень агрессивного поведения:

- посчитать до десяти;
- сделать 10-12 глубоких вдохов и выдохов;
- походить, если это возможно, взад-вперед по помещению в темпе, диктуемым внутренним состоянием;
- выместить свои отрицательные эмоции на каком-нибудь заранее подготовленном ненужном и безопасном предмете (боксерская груша, мяч);
- самое конструктивное – разрядить эмоции какой-нибудь осмысленной полезной работой (уборкой помещения, стиркой, работой в саду или просто спортивной игрой, бегом);
- написать на бумаге все слова, которые хочется сказать, скомкать и выбросить или порвать;
- втирать пластилин в картон или бумагу;
- громко кричать, используя «стаканчик» для криков или «трубу», сделанную из ватмана [16, с. 81-82].

При помощи игр и упражнений, направленных на снятие агрессии, можно решить задачу регуляции эмоционального состояния в группе, в частности, задачу снижения уровня агрессии, связанного с накопившимся в группе напряжением.

Есть несколько путей работы с агрессией: создание условий для отреагирования агрессии цивилизованными, безобидными способами (двигательная активность, шутки); работа с эмоцией по ее трансформации; принятие агрессии ведущим на себя [21, с. 61].

Приведем несколько упражнений, направленных на снижения уровня агрессии у подростков.

Упражнение «Бумажный бум». Эта игра помогает выплеснуть агрессию, напряжение с помощью неагрессивных форм двигательной активности. Участники делятся на две команды. Комната делится на три части, на полу прочерчиваются соответственно две линии. Одна команда находится на левой части комнаты, другая – на правой. Участникам передаются листы газет или бумаги поровну и сминаются в мячики. Задача каждой из команд все те мячики, которые оказались на её территории, перебросить на территорию другой команды. В данной игре необходимо обратить внимание на то, что участники транслируют, как невербально, так и вербально, в процессе этой игры. Ведущему важно контролировать те эмоции, которые транслируют участники, таким образом, чтобы, с одной стороны, у них была возможность прожить и выплеснуть их, а с другой стороны, чтобы это проживание не стало причиной создания новой проблемной ситуации [62, с. 91].

Упражнение «Конфликтные пары» (групповой вариант). Участникам предлагается разделиться на группы, состоящие из трех человек. Путем общего голосования выбираются наиболее актуальные темы конфликтных ситуаций. Группы получают темы конфликтов. Двое участников представляют конфликтные стороны, третий будет находиться в роли наблюдателя. Его задача – не вмешиваясь, не задавая вопросов, не меняя

хода конфликта, просто наблюдать как выходят участники из сложной конфликтной ситуации, какие стратегии поведения используют, как выводят конфликт в мирное русло, кто и как из участников справились с ситуацией и справились ли вообще [44, с. 33]. Целью проведения этого упражнения является научить подростков грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции.

Таким образом, проводить коррекцию агрессивного поведения подростков чрезвычайно важно. Совместные усилия педагогов и родителей, опирающихся на психолого-педагогические рекомендации, приведут к снижению агрессивности подростков. Для того, чтобы безболезненно пройти через это нелегкое испытание, необходимо приложить максимум терпения, любви, нежности, понимания, признания прав и свобод подростка.

Выводы по главе 3

По результатам констатирующего эксперимента мы выявили подростков с высоким и средним уровнем агрессивного поведения, которые нуждались в психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения. Мы составили и реализовали программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков, в которой приняли участие все испытуемые, с целью коррекции и профилактики агрессивного поведения.

После реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения был проведен формирующий эксперимент для того, чтобы подтвердить или опровергнуть нашу гипотезу исследования. Распределение уровней агрессивности у подростков по методике «Опросник уровня агрессивности А. Басса-А. Дарки» показало следующие результаты: высокий уровень агрессивности выявлен у 10 % (2 человека); средний уровень агрессивности присутствует у 60 % (12 человек); низкий уровень агрессивности выявлен у 30 % (6 человек). По результатам

распределения уровней агрессивности у подростков по методике «Тест агрессивности опросник Л. Г. Почебут», мы видим следующие результаты: высокий уровень агрессивности выявлен у 15 % (3 человека); средний уровень агрессивности показали 55 % (11 человек); низкий уровень агрессивности выявлен у 30 % (6 человек). Результаты формирующего эксперимента по методике «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)» таковы: высокий уровень агрессивности выявлен у 25 % (5 человек); средний уровень агрессивности показали у 45 % (9 человек); низкий уровень агрессивности выявлен у 30 % (6 человек).

С помощью Т-критерия Вилкоксона, мы определили, является ли сдвиг показателей агрессивного поведения у подростков после применения составленной и реализованной программы психолого-педагогической коррекции в сторону снижения показателей уровня агрессивного поведения. Для этого мы сопоставили результаты методик: «Опросник уровня агрессивности (опросник А. Басса – А. Дарки)»; «Тест агрессивности опросник Л. Г. Почебут»; «Самооценка психических состояний (по Г. Айзенку)». Гипотеза исследования подтвердилась, уровень агрессивного поведения у подростков, возможно изменится, если составить и реализовать программу психолого-педагогической коррекции.

Проводить коррекцию агрессивного поведения подростков чрезвычайно важно. Совместные усилия педагогов и родителей, опирающихся на психолого-педагогические рекомендации, приведут к снижению агрессивности подростков. Для того, чтобы безболезненно пройти через это нелегкое испытание, необходимо приложить максимум терпения, любви, нежности, понимания, признания прав и свобод подростка.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе анализа психолого-педагогической литературы, нами было установлено следующее. Проблема агрессии и агрессивности является чрезвычайно важной и актуальной в настоящее время. Вклад в исследование проблем агрессии и агрессивности внесли как зарубежные (З. Фрейд, А. Адлер, Э. Фромм, К. Лоренц, Дж. Доллард и др.), так и отечественные (Н. Д. Левитов, Е. П. Ильин и др.) психологи. Среди изученных понятий мы в своем исследовании взяли за основу определение, Юрчук Василия Степановича, который описывает агрессивное поведение, как совершение действий, наносящих вред другим людям и живым объектам, которые при этом испытывают страх, напряженность, дискомфорт и депрессию. Такое поведение не является постоянным и имеет свойство меняться в зависимости от смены ситуации одной на другую.

Такие характерные особенности подростков, как большая эмоциональная возбудимость, устойчивость эмоциональных переживаний, повышенная готовность к ожиданию страха, противоречивость чувств, излишних переживаний, сильно развитое чувство принадлежности к группе могут привести к появлению агрессивного поведения у подростков. На уровень агрессивного поведения влияют различные факторы, такие как: характерологические особенности, половые особенности, уровень самооценки, неадекватный стиль семейного воспитания, неправильно выстроенные взаимоотношения со сверстниками, а также особенности социальных условий развития личности.

Анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования позволил нам разработать модель психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков, которая состоит из четырех блоков: теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический блок. В модели учтены основные принципы коррекционной работы с детьми, а также определены критерии оценки

эффективности реализации программы по коррекции агрессивного поведения у подростков.

Изучив психолого-педагогическую литературу, нами были определены этапы, методы и методики исследования. Исследование агрессивного поведения у подростков проходило в три этапа.

Во время подготовительного этапа нами была обозначена актуальность исследования, проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме агрессивного поведения подростков, обозначена тема, сформулированы задачи, осуществлен выбор объекта и предмета исследования, сформулирована гипотеза, произведен выбор методов исследования.

Во время второго этапа – исследовательского с помощью использования подобранных методик нами был произведен сбор фактических данных.

В ходе завершающего этапа – этапа обработки полученных данных нами был осуществлен количественный и качественный анализ данных исследования, сформулированы выводы. В ходе психолого-педагогического исследования были использованы теоретические и эмпирические методы.

Теоретические методы: анализ научной литературы и пособий по психологии, педагогике, психодиагностике; моделирование; целеполагание.

Эмпирические методы: констатирующий и формирующий эксперименты; тестирование с использованием методик: диагностика состояния агрессии (опросник «А. Басса-А. Дарки»); тест агрессивности (опросник Л. Г. Почебут); методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку).

Методы математико-статистической обработки экспериментальных данных Т-критерий Вилкоксона.

Нами были использованы именно эти методики диагностики уровня агрессивного поведения у подростков, так как они валидны (т.е. методики измеряют именно уровень агрессивности), надежны (т.е. результаты

методик устойчивы, стабильны как при первом, так и при повторном диагностическом испытании с одной и той же выборкой) и стандартизированы (т.е. процедуры проведения, обработки и интерпретации психодиагностического обследования стандартны и единообразны).

При проведении методики «Опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки» мы получили следующие результаты: 60 % (12 человек) учащихся имеют высокий уровень агрессивности, 30 % (6 человек) учащихся – средний уровень агрессивности, 10 % (2 человека) учащихся – низкий уровень агрессивности.

Результаты распределения уровней агрессивности среди испытуемых по методике «Тест агрессивности Л. Г. Почебут»: высокий уровень агрессивности выявлен у 50 % (10 человек) учащихся, средний уровень агрессивности – у 50 % (10 человек) учащихся, низкий уровень агрессивности не выявлен в группе испытуемых.

Результаты исследования, полученные с помощью методики «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)»: высокий уровень присущ 55 % (11 человек) учащимся, средний уровень агрессивности – 40 % (8 человек) учащимся, низкий уровень агрессивности – 5 % (1 человек).

Исходя из полученных результатов, всем испытуемым рекомендовано участие в программе психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения. Детям с низким и средним уровнем агрессивности участие в программе рекомендовано в профилактических целях.

По результатам констатирующего эксперимента мы выявили подростков с высоким и средним уровнем агрессивного поведения, которые нуждались в психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения. Мы составили и реализовали программу психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков, в которой приняли участие все испытуемые, с целью коррекции и профилактики агрессивного поведения.

После реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения был проведен формирующий эксперимент для того, чтобы подтвердить или опровергнуть нашу гипотезу исследования. Распределение уровней агрессивности у подростков по методике «Опросник уровня агрессивности А. Басса-А. Дарки» показало следующие результаты: высокий уровень агрессивности выявлен у 10 % (2 человека); средний уровень агрессивности присутствует у 60 % (12 человек); низкий уровень агрессивности выявлен у 30 % (6 человек). По результатам распределения уровней агрессивности у подростков по методике «Тест агрессивности опросник Л.Г. Почебут», мы видим следующие результаты: высокий уровень агрессивности выявлен у 15 % (3 человека); средний уровень агрессивности показали 55 % (11 человек); низкий уровень агрессивности выявлен у 30 % (6 человек). Результаты формирующего эксперимента по методике «Самооценка психических состояний (По Г. Айзенку)» таковы: высокий уровень агрессивности выявлен у 25 % (5 человек); средний уровень агрессивности показали у 45 % (9 человек); низкий уровень агрессивности выявлен у 30 % (6 человек).

С помощью Т-критерия Вилкоксона, мы определили, является ли сдвиг показателей агрессивного поведения у подростков после применения составленной и реализованной программы психолого-педагогической коррекции в сторону снижения показателей уровня агрессивного поведения. Для этого мы сопоставили результаты методик: «Опросник уровня агрессивности (опросник А. Басса – А. Дарки)»; «Тест агрессивности опросник Л. Г. Почебут»); «Самооценка психических состояний (по Г. Айзенку)». Гипотеза исследования подтвердилась, уровень агрессивного поведения у подростков, возможно изменится, если составить и реализовать программу психолого-педагогической коррекции.

Проводить коррекцию агрессивного поведения подростков чрезвычайно важно. Совместные усилия педагогов и родителей, опирающихся на психолого-педагогические рекомендации, приведут к

снижению агрессивности подростков. Для того, чтобы безболезненно пройти через это нелегкое испытание, необходимо приложить максимум терпения, любви, нежности, понимания, признания прав и свобод подростка.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ахметзянова, А. Т. Структурно-функциональная модель формирования социокультурной компетенции у студентов педагогических вузов [Текст] / Альфия Ахметзянова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 3. – С. 102-105.
2. Бабешко, Т. Г. Причины агрессивного поведения детей, особенности развития их произвольности, тактика педкоррекции [Текст] / Татьяна Бабешко // Волжский вестник науки. – 2016. – № 2 (2). – С. 13-15.
3. Бабина, Н. Ф. Технология: методика обучения и воспитания [Текст] : учебное пособие по программе «Профессиональное образование» / Наталья Бабина. – Москва : Директ-Медиа, 2015. – 328 с.
4. Батаршев, А. В. Темперамент и характер [Текст] : психологическая диагностика / Анатолий Батаршев. – Москва : Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 336 с.
5. Болотова, А. К. Настольная книга практикующего психолога [Текст] : практическое пособие / Алла Болотова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : изд-во Юрайт, 2018. – 375 с.
6. Борытко, Н. М. Моделирование в психолого-педагогических исследованиях [Текст] / Николай Борытко // Известия ВГПУ. – 2016. – № 1. – С. 11-17.
7. Ботова, М. Г. Соотношение понятий «насилие» и «агрессия»: теоретико-эмпирическое исследование [Текст] / Марина Ботова // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2015. – № 1. – С. 100-102.
8. Бреслав, Г. Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности [Текст] : учебное пособие для специалистов и дилетантов / Григорий Бреслав. – Санкт-Петербург : Речь, 2014. – 144 с.
9. Бурмистрова, Е. В. Детская возрастная психология: младенчество, раннее детство, дошкольное детство, младший школьный возраст,

подростковый возраст [Текст] / Екатерина Бурмистрова [и др.] // Вестник практической психологии образования. – 2015. – № 2(43). – С. 71-82.

10. Войтина, Ю. М. Шпаргалка по общей психологии [Текст] : ответы на экзаменационные билеты / Юлия Войтина. – Москва : Аллель, 2017. – 64 с.

11. Воронцова, М. В. Теория деструктивности [Текст] : учебное пособие / М. В. Воронцова, В. Н. Макаров, Т. В. Бюндюгова. – Таганрог : изд-ль А.Н. Ступин, 2014. – 360 с.

12. Галкина, Т. В. Самооценка как процесс решения задач: системный подход [Текст] / Татьяна Галкина. – Москва : изд-во «Институт психологии РАН», 2015. – 399 с.

13. Гони́на, О. О. Практикум по общей и экспериментальной психологии [Текст] / Ольга Гони́на. – Москва : ФЛИНТА, 2014. – 542 с.

14. Гончарова, О. Л. Работа классного руководителя с подростками и их родителями: методические материалы для классных руководителей [Текст] : учебно-методическое пособие / Ольга Гончарова. – Москва : PRONDO, 2015. – 136 с.

15. Долгова, В. И. Психологические особенности агрессивного поведения подростков [Текст] / В. И. Долгова, Л. В. Иванова, А. И. Банщикова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 11-15.

16. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков [Текст] / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец. – Челябинск : изд-во «АТОКСО», 2014. – 109 с.

17. Долгова, В. И. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений у старших подростков [Текст] / В. И. Долгова, Е. В. Попова, А. В. Молоканов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 91-95.

18. Дюльдина, Ж. Н. Исследование проблемы психолого-педагогических особенностей подросткового возраста [Текст] / Ж. Н.

Дюльдина, Н. В. Полякова // Научно-образовательный центр «Перспектива». – 2016. – №6. – С. 320-326.

19. Епхиева, М. К. Психологическая профилактика и коррекция агрессивного поведения подростков [Текст] / М. К. Епхиева, Л. Н. Журкина, М. В. Газаева // Новая наука: современное состояние и пути развития. – 2016. – №5-3. – С. 79-82.

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

21. Игра в тренинге [Текст] / Е. А. Леванова. – 2-е изд., доп. и перераб. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 208 с.

22. Илларионова, Н. А. Агрессивное поведение: причины возникновения и возрастные особенности [Текст] / Наталья Илларионова // Приоритетные научные направления: от теории к практике. – 2016. – № 34-1. – С. 135-139.

23. Ключко, О. И. Педагогическая психология [Текст] : учебное пособие / Ольга Ключко. – Москва: Директ-Медиа, 2015. – 234 с.

24. Козырева, О. А. Методология моделирования профессиональной компетентности педагога [Текст] / Ольга Козырева // Образовательные технологии и общество. – 2018. – № 11(1). – С. 375-377.

25. Колосова, С. Л. Детская агрессия [Текст] / Светлана Колосова. – Санкт-Петербург : Питер, 2014. – 224 с.

26. Кононец, К. И. Экологические и социально-психологические детерминанты агрессии [Текст] / К. И. Кононец, Н. Г. Лебедева; под общ. ред. В. В. Пономарева, Т. А. Куткович // Экологическое благополучие и здоровый образ жизни человека в 21 веке: политико-правовые, социально-экономические и психолого-гуманитарные аспекты: материалы междунаро-д. научно-практической конференции. – 2017. – №8. – С. 72-78.

27. Корниенко, А. А. Детская агрессия. Простые способы коррекции нежелательного поведения ребенка [Текст] : учебное пособие / Анна Корниенко. – Екатеринбург : Рама Паблишинг, 2014. – 287 с.

28. Королева, А. Ф. Социально-психологические особенности подросткового возраста [Текст] / А. Ф. Королева, Н. С. Королева // Новая наука: стратегии и векторы развития. – 2016. – №9. – С. 76-78.

29. Краснояров, Д. С. Психологические особенности агрессивного поведения современных подростков-школьников [Текст] / Д. С. Краснояров; отв. ред. Г. Ю. Гуляев // Инновационное развитие: сборник статей III Международной научно-практической конференции. – 2018. – №1. – С. 168-170.

30. Кривошеев, В. И. Основы этнической психологии [Текст] : пособие / Виктор Кривошеев. – Гродно : ГрГУ, 2014. – 106 с.

31. Крыжановская, Н. В. Формирование познавательной профессиональной активности студентов педагогического вуза с применением метода построения дерева целей [Текст] / Надежда Крыжановская // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 02. – С. 1-7.

32. Маняпова, Е. В. Характеристика основных путей и методов коррекции агрессивного поведения подростков [Текст] / Елена Маняпова // Педагогическое образование в России. – 2010. – №2. – С. 160-167.

33. Методики диагностики и измерения психических состояний личности [Текст] : учебник для вузов / сост. А. О. Прохоров. – Москва: ПЕРСЭ; Санкт-Петербург : Речь, 2014. – 176 с.

34. Методы психологической диагностики агрессии и агрессивности школьников [Текст] : учебно-методическое пособие / сост. Л. В. Шипова. – Саратов : Восток, 2016. – 56 с.

35. Мищерякова, М. А. Психологическая коррекция агрессивного поведения подростков – учащихся средней общеобразовательной школы

[Текст] / М. А. Мищерякова, Т. Г. Бобченко // Образование и наука в современных условиях. – 2016. – № 3 (8). – С. 210-213.

36. Можгинский, Ю. Б. Агрессивность детей и подростков [Текст] : Распознавание, лечение, профилактика: – 2-е изд., стереотип / Юрий Можгинский. – Москва : Когито-Центр, 2014. – 181 с.

37. Мухлыгина, Л. В. Социально-психологические причины агрессивного поведения подростков [Текст] / Л. В. Мухлыгина, О. П. Заболотских // Дефектология сегодня: достижения, технологии, вопросы специального и инклюзивного образования. – 2016. – №2. – С. 78-84.

38. Нагимова, С. Н. Причины агрессивного поведения детей [Текст] / Светлана Нагимова // Современные наукоемкие технологии. – 2017. – № 6. – С. 27-28.

39. Невенчаный, С. В. Понятие агрессивного поведения в современной психологии [Текст] / Сергей Невенчаный // Наука и современность. – 2016. – № 10-1. – С. 300-309.

40. Николаенко, Я. Н. Коррекция агрессивного поведения у детей и подростков [Текст] : учебное пособие для педагогов, психологов, дефектологов / Я. Н. Николаенко, Т. А. Колосова. – Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2015. – 88 с.

41. Овчинникова, К. Р. Педагогическое моделирование как современная технология исследования процесса информатизации образования [Текст] / Ксения Овчинникова // Образование и наука. – 2016. – № 4(40). – С. 3-10.

42. Оганесян, Н. Т. Технологии активного социально-педагогического взаимодействия (тренинги, игры, дискуссии) в обеспечении психологической безопасности образовательного процесса [Текст] : учебно-методическое пособие / Наталья Оганесян. – Москва : ФЛИНТА, 2015. – 134 с.

43. Осипова, А. А. Общая психокоррекция [Текст] : учебное пособие / Алла Осипова. – Москва : СФЕРА, 2017. – 510 с.

44. Панов, М. М. Оценка деятельности и система управления компанией на основе KPI [Текст] / Максим Панов. – Москва : Инфра-М, 2016. – 255 с.
45. Перешеина, Н. В. Девиантный школьник: Профилактика и коррекция отклонений [Текст] / Н. В. Перешеина, М. Н. Заостровцева. – Москва : ТЦ Сфера, 2016. – 192 с.
46. Петренко, Р. А. Агрессивное поведение и агрессивность личности [Текст] / Роман Петренко // Гуманитарные и социальные науки. – 2016. – № 5. – С. 94-100.
47. Петрова, А. Б. Психологическая коррекция и профилактика агрессивных форм поведения несовершеннолетних с девиантным поведением [Текст] : практическое руководство / Ангелина Петрова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : ФЛИНТА, 2014. – 152 с.
48. Платонов, Ю. П. Основы этнической психологии [Текст] : учебное пособие / Юрий Платонов. – Санкт-Петербург : Речь, 2017. – 452 с.
49. Прихожан, А. М. Психология тревожности [Текст] : дошкольный и школьный возраст / Анна Прихожан. – Санкт-Петербург : Питер, 2019. – 192 с.
50. Прокопенко, Н. П. Теоретические подходы к пониманию агрессии [Текст] / Н. П. Прокопенко; под ред. П. Я. Циткилова // Актуальные проблемы социальной истории и социальной работы. – Новочеркасск : Сатурн, 2018. – №3. – С. 169-173.
51. Прядко, М. А. Исследование взаимосвязи самооценки и агрессивного поведения подростков [Текст] / Мария Прядко // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 81–85.
52. Психологическое здоровье человека: жизненный ресурс и жизненный потенциал [Текст] : материалы междунар. науч.-практ. конф. / гл. ред. И. О. Логинова. – Красноярск : Версо, 2014. – 616 с.

53. Психология подростка [Текст] : полное руководство / под ред. члена-корреспондента РАО А. А. Реана. – Санкт-Петербург : прайм-ЕВРОЗНАК, 2015. – 432 с.

54. Развитие науки и техники: механизм выбора и реализации приоритетов [Текст] : сборник статей международ. науч.-практ. конф. – Уфа : АЭТЕРНА, 2017. – 248 с.

55. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога [Текст] : практическое пособие / Евгений Рогов. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : изд-во Юрайт, 2016. – 412 с.

56. Семенюк, Л. М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции [Текст] : учебное пособие / Любовь Семенюк. – Москва : Просвещение, 2016. – 243 с.

57. Сербина, Л. Ф. Особенности агрессивного поведения подростков [Текст] / Любовь Сербина // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. – 2016. – Т.5. – № 4. – С. 98-106.

58. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] : учебно-методическое пособие / Елена Сидоренко. – Санкт-Петербург : ООО «Речь», 2003. – 350 с. ил.

59. Силаева, Я. В. Психологические причины возникновения агрессивного поведения у подростков и условия его коррекции [Текст] / Яна Силаева // Вестник Санкт-Петербургского университета. – 2019. – № 3- 2. – С. 215-222.

60. Смирнова, Т. П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей [Текст] : учебник для вузов / Тамара Смирнова. – Ростов на Дону: «Феникс», 2014. – 160 с.

61. Тюплина, И. А. Подростковый возраст как фактор формирования новой системы ценностей [Текст] / И. А. Тюплина, А. А. Коробова // Система ценностей современного общества. – 2012. – № 23. – С. 294-298.

62. Усова, Е. Б. Психология девиантного поведения [Текст] : учебно-методический комплекс / Елена Усова. – Москва : изд-во «МИУ», 2015. – 180 с.
63. Федосеева, И. В. Проблема профилактики и коррекции агрессивного поведения несовершеннолетних [Текст] / И. В. Федосеева // Интеллектуальный потенциал XXI века: ступени познания. – 2015. – № 4-1. – С. 102-105.
64. Федотова, Г. А. Методология и методика психолого-педагогических исследований [Текст] : учебное пособие для студентов психолого-педагогических факультетов высших учебных заведений / Галина Федотова. – Великий Новгород : НовГУ, 2015. – 114 с.
65. Филиппова, А. Э. Основные принципы психо-коррекционной работы [Текст] / А. Э. Филиппова // Психология, социология и педагогика. – 2016. – № 12. – С. 78-90.
66. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности [Текст] : учебное пособие / Эрих Фромм. – Москва : АСТ, 2017. – 736 с.
67. Шаповаленко, И. В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология) [Текст] : учебник для студентов вузов / Ирина Шаповаленко. – Москва : Гардарики, 2009. – 349 с.
68. Шаяхметова, В. К. Психолого-педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков в условиях общеобразовательной школы [Текст] / В. К. Шаяхметова, С. А. Брынских // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – 85 Спецвыпуск №1. – С. 1-4.
69. Шевкун, А. В. К вопросу об особенностях развития познавательных процессов в подростковом возрасте [Текст] / А. В. Шевкун; под общ. ред. А. И. Вострецова // Научная мысль XXI века: материалы международ. науч.-практ. конф. – 2016. – №4. – С. 158-161.

70. Шестакова, Е. Г. Агрессивное поведение и агрессивность личности [Текст] / Е. Г. Шестакова, Л. Я. Дорфман // Образование и наука. – 2019. – № 7. – С. 51-66.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики исследования уровня агрессивного поведения у подростков

Стимульный материал опросника А. Басса – А. Дарки

Инструкция.

Отвечайте «да» если вы согласны с утверждением, и «нет» - если не согласны. Старайтесь долго над вопросами не раздумывать.

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим. да / нет
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю. да / нет
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь. да / нет
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню. да / нет
5. Я не всегда получаю то, что мне положено. да / нет
6. Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной. да / нет
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать. да / нет
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести. да / нет
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека. да / нет
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами. да / нет
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам. да / нет
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его. да / нет
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами. да / нет
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал. да / нет
15. Я часто бываю несогласен с людьми. да / нет
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь. да / нет
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему. да / нет
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями. да / нет
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется. да / нет
20. Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор. да / нет
21. Меня немного огорчает моя судьба. да / нет
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, увиливающие 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. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
37. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
38. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
39. Обижаюсь, когда иногда получается не по-моему.
40. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.
41. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
42. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
43. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.
44. Делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
45. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.
46. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.
47. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
48. Если бы знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
49. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
50. Когда кричат на меня, кричу в ответ.
51. Неудачи огорчают меня.
52. Дерусь не реже и не чаще других.
53. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
54. Иногда чувствую, что готов первым начать драку.
55. Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.
56. Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.
57. Ругаюсь только от злости.
58. Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.
59. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее.
60. Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.

61. Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
62. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
63. Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.
64. Часто думаю, что живу неправильно.
65. Знаю людей, которые способны довести меня до драки.
66. Не огорчаюсь из-за мелочей.
67. Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
68. Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.
69. В последнее время я стал занудой.
70. В споре часто повышаю голос.
71. Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
72. Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить

Обработка результатов.

Индексы различных форм агрессивных и враждебных реакций определяются суммированием полученных ответов.

1. Физическая агрессия: «да» – № 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68;
«нет» – № 9,17,41.
2. Косвенная агрессия: «да» – № 2,18,34,42, 56, 63;
«нет» – № 10, 26, 49.
3. Раздражение: «да» – № 3,19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;
«нет» – № 11, 35, 69.
4. Негативизм: «да» – № 4, 12, 20, 23, 36.
5. Обида: «да» – № 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58;
«нет» – № 44.
6. Подозрительность: «да» – № 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;
«нет» – № 65,70.
7. Вербальная агрессия: «да» – № 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60. 71, 73;
«нет» – № 39, 74, 75.
8. Угрызения совести,
чувство вины: «да» – № 8.16, 24, 32, 40, 47, 54,61,67.

Физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение и вербальная агрессия вместе образуют суммарный индекс агрессивных реакций, а обида и подозрительность – индекс враждебности; враждебность – общая негативная, недоверчивая позиция по отношению к окружающим; агрессия – активные внешние реакции агрессии по отношению к конкретным лицам.

Опросник выделяет следующие формы агрессивных и враждебных реакций:

1. Физическая агрессия (нападение) – использование физической силы против другого лица.
2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.
3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
6. Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
7. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести. 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 её индекса, равная 21 плюс- минус 4, а враждебности – 6,5–7 плюс-минус 3. При этом обращается внимание на возможность достижения определённой величины, показывающей степень проявления агрессивности. Пользуясь данной методикой, необходимо помнить, что агрессивность, как свойство личности, и агрессия, как акт поведения, могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности. Поэтому опросником Баса-Дарки следует пользоваться в совокупности с другими методиками: личностными тестами психологических состояний (Кеттел, Спилберг), проективными методиками (Люшер) и т.д.

Стимульный материал теста агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)

Шкалы: вербальная агрессия, физическая агрессия, предметная агрессия, эмоциональная агрессия, самоагрессия.

Назначение теста: Диагностика агрессивного поведения.

Описание теста

В этнопсихологических исследованиях особое место занимает проблема изучения агрессивного поведения. Определение уровня агрессивности может помочь в профилактике межэтнических конфликтов и стабилизации социальной и экономической ситуации в стране. Агрессивное поведение – это специфическая форма действий человека, характеризующаяся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому либо группе лиц, которым субъект стремится причинить ущерб.

Агрессивное поведение целесообразно рассматривать как противоположное поведению адаптивному.

Адаптивное поведение предполагает взаимодействие человека с другими людьми, согласование интересов, требований и ожиданий его участников. Психологи Б. Басс и Р. Дарки разработали тест, оценивающий уровень агрессивного поведения человека.

Инструкция к тесту

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

Обработка и интерпретация результатов теста:

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

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

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

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

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

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

Тест

1. Во время спора я часто повышаю голос.
2. Если меня кто-то раздражает, я могу сказать ему все, что о нем думаю.

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

Обработка и интерпретация результатов теста

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

Вербальная агрессия (ВА) – человек вербально выражает свое агрессивное

отношение к другому человеку, использует словесные оскорбления.

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

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

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

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

Ключ для обработки теста:

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

Математическая обработка. Вначале суммируются баллы по каждой из пяти шкал.

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

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

Сумма баллов от 0 до 2 означает низкую степень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения. Затем суммируются баллы по всем шкалам.

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

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

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

В результате проведенных исследований валидность теста проверена на 483 испытуемых. Внутришкальные коэффициенты корреляции превышают 0,35 и значимы на 5%-ном уровне.

Стимульный материал теста «Самооценка психических состояний»
(по Айзенку)

Шкалы: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность

НАЗНАЧЕНИЕ ТЕСТА

Методика предназначена для диагностики таких психических состояний как: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность.

Инструкция к тесту

Предлагаем вам описание различных психических состояний. Если вам это состояние часто присуще, поставьте 2 балла, если это состояние бывает, но изредка, поставьте 1 балл, если совсем не бывает – 0 баллов.

ТЕСТ

1. Не чувствую в себе уверенности.
2. Часто из-за пустяков краснею.
3. Мой сон беспокоен.
4. Легко впадаю в уныние.
5. Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях.
6. Меня пугают трудности.

- 7 Люблю копаться в своих недостатках.
- 8 Меня легко убедить.
- 9 Я мнительный.
- 10 Я с трудом переношу время ожидания.
- 11 Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых все-таки можно найти выход.
- 12 Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.
- 13 При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.
- 14 Несчастья и неудачи ничему меня не учат.
- 15 Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.
- 16 Я нередко чувствую себя беззащитным.
- 17 Иногда у меня бывает состояние отчаяния.
- 18 Я чувствую растерянность перед трудностями.
- 19 В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы пожалели.
- 20 Считаю недостатки своего характера неисправимыми.
- 21 Оставляю за собой последнее слово.
- 22 Нередко в разговоре перебиваю собеседника.
- 23 Меня легко рассердить.
- 24 Люблю делать замечания другим.
- 25 Хочу быть авторитетом для других.
- 26 Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.
- 27 Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.
- 28 Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.
- 29 У меня резкая, грубоватая жестикация.
- 30 Я мстителен.
- 31 Мне трудно менять привычки.
- 32 Нелегко переключать внимание.
- 33 Очень настороженно отношусь ко всему новому.
- 34 Меня трудно переубедить.
- 35 Нередко у меня не выходит из головы мысль, от которой следовало бы освободиться.
- 36 Нелегко сближаюсь с людьми.
- 37 Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
- 38 Нередко я проявляю упрямство.
- 39 Неохотно иду на риск.
- 40 Резко переживаю отклонения от принятого мною режима дня.

Обработка и интерпретация результатов теста:

Обработка результатов теста

Подсчитайте сумму баллов за каждую группу вопросов:

- Вопросы №1-10 – тревожность;
- Вопросы №11-20 – фрустрация;
- Вопросы №21-30 – агрессивность;
- Вопросы №31-40 – ригидность.

Интерпретация результатов теста

I. Тревожность:

- 0-7 баллов – тревожность отсутствует;
- 8-14 баллов – тревожность средняя, допустимого уровня;
- 15-20 баллов – высокая тревожность.

II. Фрустрация:

- 0-7 баллов – имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам, не боитесь трудностей;
- 8-14 баллов – средний уровень, фрустрация имеет место;

– 15-20 баллов – у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.

III. Агрессивность:

– 0-7 баллов – вы спокойны, выдержаны;

– 8-14 баллов – средний уровень агрессивности;

– 15-20 баллов – вы агрессивны, не выдержаны, есть трудности при общении и работе с людьми.

IV. Ригидность:

– 0-7 баллов – ригидности нет, легкая переключаемость;

– 8-14 баллов – средний уровень;

– 15-20 баллов – сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования агрессивного поведения у подростков

Таблица 1 – Результаты исследования уровня агрессивности у подростков по методике диагностики «Опросник уровня агрессивности А.Басса – А.Дарки»

№ исп.	Код испытуемого	Баллы	Уровень агрессивности
1	А.К.	23	Средний
2	А.Я.	26	Высокий
3	Б.А.	27	Высокий
4	В.Д.	27	Высокий
5	Г.Е.	15	Низкий
6	Д.Ю.	20	Средний
7	Е.Э.	26	Высокий
8	З.Е.	26	Высокий
9	К.Ж.	19	Средний
10	К.Л.	23	Средний
11	К.Я.	27	Высокий
12	М.А.	26	Высокий
13	М.Н.	24	Высокий
14	Н.У.	16	Низкий
15	П.У.	21	Средний
16	С.А.	27	Высокий
17	С.Д.	27	Высокий
18	С.К.	24	Средний
19	С.О.	26	Высокий
20	Ч.И.	27	Высокий

Высоки уровень – 12 человек
Средний уровень – 6 человек
Низкий уровень – 2 человека

Таблица 2 – Результаты исследования уровня агрессивности у подростков по методике диагностики «Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)»

№ исп.	Код испытуемого	Баллы	Уровень агрессивности
1	А.К.	15	Средний
2	А.Я.	24	Средний
3	Б.А.	29	Высокий
4	В.Д.	35	Высокий
5	Г.Е.	12	Средний
6	Д.Ю.	25	Высокий
7	Е.Э.	24	Средний
8	З.Е.	30	Высокий
9	К.Ж.	18	Средний
10	К.Л.	13	Средний
11	К.Я.	27	Высокий
12	М.А.	33	Высокий
13	М.Н.	23	Средний
14	Н.У.	11	Средний
15	П.У.	16	Средний
16	С.А.	37	Высокий
17	С.Д.	30	Высокий
18	С.К.	25	Высокий
19	С.О.	24	Средний
20	Ч.И.	36	Высокий
Высокий уровень – 10 человек Средний уровень – 10 человек			

Таблица 3 – Результаты исследования по методике диагностики
«Самооценка психических состояний (по Г. Айзенку)»

№ исп.	Код испытуемого	Баллы	Уровень агрессивности
1	А.К.	12	Средний
2	А.Я.	16	Высокий
3	Б.А.	18	Высокий
4	В.Д.	17	Высокий
5	Г.Е.	9	Средний
6	Д.Ю.	14	Средний
7	Е.Э.	16	Высокий
8	З.Е.	19	Высокий
9	К.Ж.	12	Средний
10	К.Л.	10	Средний
11	К.Я.	18	Высокий
12	М.А.	17	Высокий
13	М.Н.	11	Средний
14	Н.У.	7	Низкий
15	П.У.	13	Средний
16	С.А.	17	Высокий
17	С.Д.	16	Высокий
18	С.К.	14	Средний
19	С.О.	16	Высокий
20	Ч.И.	18	Высокий
Высоки уровень – 11 человек Средний уровень – 8 человек Низкий уровень – 1 человек			

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

Занятие №1 «Знакомство»

Цель: знакомство ведущего с участниками тренинга, знакомство участников тренинга с программой.

Задачи:

1. Установить эмоциональный контакт с участниками группы.
2. Ознакомить с правилами работы в группе.
3. Способствовать созданию доверительной и доброжелательной атмосферы в группе.
4. Снять излишнее эмоциональное напряжение участников.
5. Собрать ожидания участников от тренинговой программы.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: бумага, ватман, карандаши, фломастеры.

Ход тренинга

I. Вводная часть (10 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

Здравствуйте, ребята! Трудно представить себе жизнь без общения, оно рано входит в нашу жизнь. Как вы думаете, умеете ли вы правильно общаться? Умеете ли вы контролировать себя, не проявлять агрессию? На наших встречах мы будем говорить о вас самих, о ваших отношениях друг с другом и с другими людьми. Вы научитесь лучше понимать себя и свои поступки. Вместе мы сможем освоить эффективные средства общения. Прежде, чем приступить к занятию, нам необходимо установить некоторые правила, которые мы будем соблюдать в ходе работы.

Установление правил работы группы.

Цель: обеспечение безопасной, доверительной обстановки, формирование у членов группы ответственности за собственные изменения и происходящее в группе в ходе коррекционной работы.

Базовые правила групповой работы:

- конфиденциальность (все, о чем говорится в группе относительно конкретных участников, не должно становиться достоянием третьих лиц);
- безоценочность суждений членов группы (важно оценивать не участника, а только его действия и поведение);
- персонификация высказываний (предложения должны звучать именно от себя);
- доброжелательная, открытая атмосфера (недопустимы агрессивные действия и высказывания по отношению друг к другу);
- правило «стоп» (каждый участник имеет право отказаться от участия в задании без объяснения причин. Если в какой-то момент тренинга участник не готов говорить об обсуждаемой проблеме, он также может сказать «стоп»);
- активное участие.

Есть ли еще какие-нибудь правила, которые вы хотели бы принять?

II. Основная часть (35 минут).

Упражнение «Знакомство».

Цель: знакомство с членами группы, включение участников тренинга в групповой процесс, создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, снятие напряжения, самопрезентация.

Описание упражнения. Каждому участнику нужно оформить собственную визитку, где указывается тренинговое имя (свое личное, игровое, друга, литературного героя, реального политического деятеля), и схематическое изображение себя в виде предмета, цветка, животного.

Обсуждение. Давайте знакомиться. Скажите, пожалуйста, как вас зовут, что вы нарисовали, и с чем это связано?

Упражнение «Мои ожидания».

Цель: выяснение ожиданий участников тренинга, их опасений и интересующих вопросов.

Описание упражнения. Группа делится на несколько подгрупп (по 3-4 человека). Ведущий предлагает каждой подгруппе написать свои ожидания от тренинговой программы, просит задать интересующие вопросы на ватмане. После того, как работа в группах завершится, представители от каждой группы зачитывают свои ожидания и вопросы. Затем ватманы вывешиваются на стену.

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Что нового вы узнали на занятии? Что вам понравилось? С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №2 «Знакомьтесь, агрессия»

Цель: психологическое просвещение подростков на тему агрессивного поведения.

Задачи:

1. Познакомить подростков с понятиями «агрессия» и «жестокость».
2. Рассмотреть виды агрессии.
3. Выяснить причины и последствия агрессии и жестокости.
4. Познакомить со способами предупреждения конфликтов.
5. Развить коммуникативные навыки подростков.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: компьютер, мультимедийный проектор, ватман, карандаши, памятки.

Ход занятия

I. Вводная часть.

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

Здравствуйтесь, ребята! Я рада приветствовать вас на сегодняшнем занятии. Надеюсь, что наша беседа покажется вам интересной и полезной. II.

Основная часть.

На доске представлены 3 ситуации. Я хочу, чтобы вы прочитали и определили, что их объединяет.

1. Ревнивый влюбленный, узнав, что его девушка встречается еще и с другим, - набрасывается с кулаками на своего соперника.

2. На вечеринке одна девушка выпускает в другую целую обойму язвительных реплик, и настолько выводит её из себя, что та, в конце концов, уходит с вечеринки.

3. Ученик на парте написал обидные слова, предназначенные определенному человеку.

(Учащиеся читают ситуации и высказывают свои соображения).

Темой нашей сегодняшней и последующих встреч будет агрессия. Как вы думаете, для чего же нам говорить об агрессии? Актуальна ли данная тема на сегодняшний день? (Ответы учащихся).

В современном мире все чаще встречаются люди с повышенной тревожностью, раздражительностью, агрессивностью. Агрессия и жестокость характерны для всех возрастов. Сегодня мы попробуем разобраться в том, что такое агрессия, определим причины и последствия агрессивного поведения, поговорим о конфликтах между группой и личностью. Я прошу всех высказывать свою точку зрения, вступать в дискуссию, доказывать своё мнение.

Для начала необходимо определить, что же такое агрессия. Я предлагаю вам объединиться в группы по 5-6 человек.

Работа в группах «Ассоциативный ряд».

Цель: знакомство подростков с понятиями «агрессия» и «жестокость», установление ассоциаций, связанных с данными определениями.

Нарисуйте на листах бумаги тот образ, который выражает значение слова «жестокость». Объясните, почему вы выбрали именно его. Напишите те слова, которые ассоциируются со словом «агрессия».

(Ведущий обобщает выполненное задание учащихся).

Таким образом, можно дать следующие определения понятиям «агрессия» и «жестокость».

Агрессия – это поведение или действие, направленное на нанесение физического или психического вреда другим людям.

Жестокость – нравственное качество личности, характеризующее излишне строгое, суровое и даже агрессивно-разрушительное отношение к людям и животным.

Как вы думаете, какие существуют виды агрессии? Приведите примеры (Ответы учащихся).

Агрессия бывает нескольких видов.

Прямая агрессия:

Вербальная (словесная) – когда насмешничают, иронизируют, обзываются, ругаются матом и т.д.

Физическая – когда дерутся, толкаются, дергают за волосы и т.д.

Материальная – когда вымогают деньги или другие вещи, воруют, портят личное имущество и т.д.

Косвенная агрессия:

Частичное игнорирование – непринятие в некоторые виды деятельности (игры, разговоры и т.д.).

Полное игнорирование – бойкот, другие виды психологического давления (когда заставляют, принуждают к каким-то действиям).

Работа в группах «Причины агрессии».

Цель: установление причин и последствий агрессии и жестокости.

Ребята, предлагаю вам в группах обсудить, какие могут быть причины агрессии и жестокости в школьном коллективе?

Семейные причины – безразличие или враждебность со стороны родителей, неуважение к личности ребенка, чрезмерный контроль или отсутствие его, запрет на физическую активность, отказ на право личной свободы.

Личные причины – недовольство собой, желание самоутвердиться, повышенная раздражительность, отсутствие толерантности.

Ситуативные причины – плохое самочувствие, переутомление, влияние СМИ.

Как вы считаете, какая из причин является наиболее важной? Почему?

К каким последствиям, на ваш взгляд, может привести конфликт? (Ответы учащихся).

Последствия конфликта:

- унижение;
- напряжение;
- озлобленность;
- разочарование;
- невозможность достичь цели;
- тревога;
- беспомощность;
- ответная агрессия;
- суициды;
- уголовная ответственность.

Какие способы разрешения конфликтов вам известны?

Существует два пути разрешения конфликтов: конструктивное (юмор, уступка, компромисс, сотрудничество) и деструктивное (угрозы, насилие, грубость, унижение, переход на личности, уход от решения проблем, разрыв отношений).

Я хочу, чтобы вы ознакомились с памятками, которые помогут вам предотвращать и разрешать конфликтные ситуации.

Памятка «Практические рекомендации по предотвращению и разрешению конфликтов».

1. Прежде всего необходимо работать над собой.
2. Чтобы контролировать ситуацию, надо оставаться спокойным.
3. Будь уверен в себе, обаятелен и добр.
4. В споре умей выслушивать собеседника до конца.
5. Постарайся посмотреть на проблему глазами оппонента, постарайся «встать» на его место. Может, ему просто нужна твоя помощь.
6. Не скрывай доброго отношения к людям, чаще высказывай одобрение своим товарищам, не скупись на похвалу.
7. Уважай чувства других людей.
8. Не критикуй постоянно других.
9. Извинись, если ты не прав.
10. Выполняй свои обещания.
11. Умей заставить себя замолчать, когда тебя задевают в мелкой ссоре, будь выше мелочных разборок.

III. Заключительная часть.

Рефлексия (10 минут).

Что нового вы узнали на занятии?

Какие выводы для себя вы сделали?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается

один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №3 «Тропа доверия»

Цель: установление доверительных внутригрупповых отношений.

Задачи:

1. Оказать помощь в сплочении коллектива.
2. Способствовать развитию коммуникативных навыков участников тренинга.
3. Способствовать развитию доверительных отношений между участниками группы.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: пронумерованные листочки, листки с названиями видов спорта, стулья, веревка, спичечный коробок.

Ход тренинга

I. Вводная часть (10 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

Ребята, как вы думаете, какую роль играет доверие в общении? (Ответы учащихся).

Доверие, несомненно, является важным фактором в любой компании, группе, коллективе. Доверие в коллективе способствует успешной совместной работе, позволяет сообща решать сложные вопросы, обмениваться мнениями, разрабатывать конструктивные решения. Как вы считаете, у вас в коллективе доверительные отношения? Сегодня я предлагаю вам пройти тропу доверия.

Правила игры:

1. Все действия выполняются на время.
2. Игроки соревнуются не друг с другом, а с так называемым «идеальным временем», которое для каждого упражнения свое.
3. Все задания командные, то есть выполняются всеми членами группы.
4. В промежутках между этапами все должны выходить из кабинета, где проводится игра. Входить и выходить нужно взявшись за руки. Если цепочка разорвется, за это начисляется дополнительное (штрафное) время.
5. Время и названия этапов отмечаются в маршрутном листе, где уже записаны этапы и «идеальное время».

(Участники берутся за руки и выходят из кабинета. По команде ведущего они снова заходят).

II. Основная часть (35 минут).

Упражнение «Посиделки».

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга, сплочение коллектива.

Описание упражнения. Ведущий. Перед дальней дорогой принято присесть на дорожку. Вот и вы сейчас должны сесть, но не просто так, а таким образом, чтобы у каждого кто-то сидел на коленках и каждый сидел у кого-то на коленках.

Больше ничего не объясняя, ведущий дает команду «Начали!» и запускает секундомер.

Как только играющие сообразят, что сесть нужно в круг и примут эту позицию, секундомер останавливается.

Упражнение «Номерки».

Цель: развитие навыков невербального общения.

Описание упражнения. Ведущий показывает игрокам номера (по количеству участников), изготовленные таким образом, что их можно зацепить сзади за воротник одежды (согнутая пополам полоска бумаги). Всем предлагается встать в круг.

Ведущий. Сейчас я прикреплю номер каждому, но не по порядку. Ваша задача — как можно быстрее выстроиться от первого номера к последнему, при этом соблюдая важное условие — не произносить ничего вслух. Свой номер снимать и смотреть нельзя, показывать что-то на пальцах и другими способами тоже нельзя. За нарушение этих правил — 10 секунд штрафа, за оскорбительные высказывания — 20 секунд. Начали!

Упражнение «Испорченный телефон».

Цель: развитие навыков невербального общения.

Описание упражнения. Ведущий объясняет, что этот этап, также, как и предыдущий, нужно будет проходить без слов. Всем предлагается встать в одну линию.

Ведущий. Сейчас всем нужно встать в колонну, то есть в затылок друг другу. Последнему я покажу карточку с названием вида спорта. Например, «футбол». Как только игрок прочтет карточку и кивнет, я запускаю секундомер. После этого играющий должен коснуться плеча впереди стоящего игрока, и только тогда он может обернуться.

Прочитавший карточку должен жестами изобразить тот вид спорта, который был на карточке. Тот игрок, которому этот жест показали, должен невербально передать информацию стоящему впереди игроку. Можно показывать свои жесты, можно те, которые вам показали. Когда название вида спорта дойдет до первого в колонне игрока, он должен будет назвать его вслух.

Говорить ничего нельзя. За каждое слово — 10 секунд штрафа, оскорбительное высказывание — 20 секунд штрафа. Оборачиваться раньше времени нельзя, наказывается штрафом. Если первый игрок называет другой вид спорта, я опрошу стоящих за ним, чтобы выяснить, сколько человек неправильно передали название. За каждого, кто ошибся, назначается 10 секунд штрафа.

Ведущий отвечает на вопросы группы, просит всех повернуться в затылок друг другу и начинает упражнение. На карточках могут быть: «баскетбол», «плавание», «волейбол» и др.

Упражнение «Лабиринт».

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга, сплочение коллектива, развитие доверительных отношений между участниками.

Описание упражнения. Команда выходит из кабинета, ведущий расставляет пять стульев по одной линии в шахматном порядке. Команда заходит.

Ведущий предлагает выбрать капитана команды.

Ведущий. Сейчас я завяжу капитану глаза. Он должен будет пройти зигзагом между стульями (показывает, как). За любое касание стула или другого игрока налагается штраф в 10 секунд. Команда должна помогать своему капитану, подсказывая ему, куда идти.

Ведущий не предлагает игрокам рассредоточиться по помещению и не подсказывает, что направлять капитана лучше по очереди. Завязав капитану глаза, ведущий подает команду «Начали!».

Упражнение «Веревочка».

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга, сплочение коллектива, развитие доверительных отношений между участниками.

Описание упражнения. Когда команда выходит, ведущий ставит стул на стол и привязывает к нему бельевой шнур таким образом, чтобы веревка оказалась на высоте груди среднего по росту игрока. Второй конец ведущий держит в руке. Помещение оказывается перегорожено веревкой посередине.

Ведущий. Сейчас по моей команде вы все должны будете оказаться с другой стороны веревки. Веревочку можно преодолевать только сверху. Никакими предметами

— столами, стульями и так далее — пользоваться нельзя. Если кто-то коснется веревки, все, кто успел ее преодолеть, возвращаются на исходную позицию (снизу, под веревкой). Если кто-то упадет, вся команда снимается с этапа и получает 300 штрафных секунд. Начали!

Ведущий не подсказывает играющим, что они должны помогать друг другу. В случае если игроки слаженно, помогая друг другу, работают на этапе, ведущий может «не заметить» случайных касаний веревки и даже чуть веревочку припустить.

Упражнение «Коробки».

Цель: сплочение коллектива.

Описание упражнения. Ведущий просит команду выстроиться в линию и демонстрирует наружную часть спичечного коробка.

Ведущий. Сейчас вам нужно будет передать коробок от первого к последнему игроку. Условие: коробок мы передаем не руками, а с носа на нос. Первому я надену коробок рукой. Если при передаче коробок упал, то тот, кто передавал, надевает его руками на нос себе и передает снова. Начали!

Упражнение «Зоопарк».

Цель: сплочение коллектива.

Описание упражнения. Ведущий. Сейчас я раздам вам карточки, на которых написаны различные животные. Вы должны будете делать одновременно две вещи: во-первых, подавать звуковой сигнал, характерный для этого животного, а во-вторых, услышать, кто еще кричит так же, и сбиться с ним в «стаю». Например, если у вас написано «баран», то вы кричите «бе-е-е». Как только я увижу, что все уже разделились, я остановлю секундомер и проверю, что написано на ваших карточках. Если кто-то оказался не в своей семье, на команду накладывается по 10 штрафных секунд на каждого, кто ошибся.

Ведущий выстраивает всех в круг и раздает карточки. Начало этапа по команде «Начали!».

Упражнение «Тропинка и клоч».

Цель: развитие коммуникативных навыков участников тренинга, сплочение коллектива, развитие доверительных отношений между участниками.

Описание упражнения. Ведущий составляет вместе восемь стульев и связывает их веревкой (для устойчивости). Еще шесть стульев он расставляет на расстоянии 30 сантиметров друг от друга и от связанных стульев, чтобы получились как бы «тропинка» и «островок».

Ведущий. Сейчас по моей команде вы должны будете пробежать по этой тропинке (показывает на стулья) и встать на этом островке (показывает на связанные стулья). На островке вы должны стоять все. Когда вы встанете на этот островок, вы должны все вместе издать какой-то клоч. Как только я увижу, что вы все стоите, и услышу, что вы все кричите, я останавливаю секундомер. Если кто-то упадет с тропинки, вся команда снимается с этапа и получает 300 штрафных очков. Начали!

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Какие этапы запомнились больше, почему?

Что было просто, а что трудно?

Что нового вы узнали о своих товарищах?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №4 «Чувства»

Цель: повышение рефлексивности подростков.

Задачи:

1. Способствовать формированию позитивного самоощущения и способности к позитивной оценке других людей.
2. Показать подросткам необходимость в осознании и принятии собственных негативных эмоций.
3. Помощь в осознании подростками неконструктивных способов выражения агрессии.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: карточки, бумага, ручка и фломастеры.

Ход тренинга

I. Вводная часть (5 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

Здравствуй, ребята! Сегодня мы с вами поговорим на тему «Чувства». Как вы думаете, важно ли уметь понимать собственные чувства? А чувства других людей? Для чего это нам необходимо? Можете ли вы дать характеристику агрессивного человека? (Ответы детей).

II. Основная часть (минут).

Упражнение «Выгодный обмен».

Цель: разминка, формирование позитивного самоощущения и способности к позитивной оценке других людей.

Описание упражнения. Ведущий начинает упражнение с рассуждения о том, что люди часто не ценят собственные качества, собственные достоинства. Некоторые люди склонны преувеличивать свои недостатки и принижать свои достоинства. Некоторые люди стесняются признать свои достоинства не только перед другими людьми, но даже и перед собой. Ведущий предлагает поэкспериментировать, посмотреть кто и как оценивает собственные достоинства.

Участникам раздается по 7 карточек из плотной бумаги или картона (размером примерно с игральную карту). На этих карточках участники должны написать семь разных своих качеств, которыми они гордятся, которые считают своим достоинством. Если группа еще сильно зажата, участники скованны, ведущий тоже берет себе карточки и пишет на них свои личные достоинства - потом он будет "заводить" группу.

Объявляется торг: кто угодно может с кем угодно обменяться своими карточками. Можно поменять одну свою карточку на карточку другого человека, если кажется, что сделка выгодна. Например, кто-то захочет поменять свою карточку "Честность" на чужую карточку "Коммуникабельность", соответственно тот человек согласен на обмен, потому что считает "Честность" качеством лучше, чем "Коммуникабельность". Можно поменять одну свою карточку на несколько чужих, и - соответственно - несколько своих на одну чужую.

Чтобы было удобно, все держат свои карточки открытыми. Если позволяет обстановка, можно расположиться на полу, на ковре, расположив свои карточки перед собой.

Можно «прикупить» себе еще одно такое же качество. Тогда как бы считается, что участник удвоил свое достоинство (был просто честным, а стал вдвойне честным).

Ведущий не ограничивает активность участников: можно говорить всем вместе, перебивать друг друга, повышать голос. "Обстановка базара" будет только на руку.

Обсуждение:

- Кто полностью «поменял» свою личность? Кто совсем не поменял?
- Кто больше всех выиграл, как думаете? Кто проиграл? Почему?
- Показалось ли кому-нибудь, что какое-то чужое достоинство лично ему и даром не нужно? Как такое может быть? Что за этим кроется?

Упражнение «Я злюсь, когда...».

Цель: осознание подростками своей агрессивности, снижение эмоционального напряжения.

Описание упражнения. Все участники записывают на листочке ситуации, в которых они обычно злятся.

Каждый участник по кругу или по желанию резко мнёт лист, одновременно говорит фразу: «Я злюсь, когда...», после чего бросает скомканный лист в середину комнаты.

Обсуждение. Трудно ли вам было вспомнить ситуации, в которых вы злились? Какие чувства вы испытывали, когда вспоминали и писали? Изменилось ли ваше настроение после того, как вы избавились от листов?

Упражнение «Рецепт: как сделать ребенка агрессивным».

Цель: осознание подростками своей агрессивности и неконструктивности поведения.

Описание упражнения. Упражнение состоит из двух частей. Для его выполнения каждому подростку понадобятся бумага, ручка и фломастеры.

Первая часть:

1. Психолог просит ребят представить агрессивного человека и проследить мысленно, что обычно делает агрессивный человек, как он себя ведет, что говорит.

2. Подросткам предлагается взять бумагу и написать небольшой рецепт, следуя которому можно создать агрессивного ребенка, а также предлагается нарисовать портрет такого ребенка.

3. Затем подростки зачитывают свои рецепты и изображают агрессивного ребенка (как он ходит, как смотрит, что делает, какой у него голос).

4. Психолог обсуждает с ребятами: что им нравится в агрессивном ребенке; что не нравится; что бы они хотели изменить в таком ребенке.

Вторая часть:

1. Психолог просит подростков подумать о том, когда и как они стали проявлять агрессию. Каким образом они могут вызвать агрессию по отношению к себе?

2. Ребятам предлагается взять еще лист бумаги и разделить его вертикальной линией пополам на левую и правую части. Слева записывается, как окружающие в течение учебного дня проявляли агрессию по отношению к ним. В правой части записывается, как сам подросток проявлял агрессию по отношению к другим ребятам.

3. После того как все сделают упражнение, можно обсудить с подростками:
- знают ли они таких подростков, которые бывают агрессивными;
 - как они считают, почему люди бывают агрессивными;
 - всегда ли стоит прибегать к агрессии в сложной ситуации или можно иногда решать проблему другим способом (например, каким?);
 - как ведет себя жертва агрессии;
 - что можно сделать, чтобы не быть жертвой.

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №5 «Агрессия в моей жизни»

Цель: осознание подростками своей агрессивности.

Задачи:

1. Оказать помощь подросткам в изучении ими мотивов собственного агрессивного поведения.
2. Научить подростков выражать свои негативные эмоции.
3. Оказать помощь подросткам в осознании ими неконструктивных способов выражения агрессии.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: листы бумаги, ручки.

Ход тренинга

I. Вводная часть (5 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

Здравствуйтесь, ребята! Агрессия и агрессивность всегда были частью нашего мира, люди постоянно сталкивались и продолжают сталкиваться с этими явлениями в своей повседневной жизни. Все мы иногда испытываем негативные эмоции по отношению к другому человеку, но далеко не всегда мы можем объективно сказать, почему мы злимся. Наше сегодняшнее занятие будет направлено на осознание мотивов своего агрессивного поведения.

II. Основная часть (40 минут).

Упражнение «Чудо-ладошка».

Цель: разминка, способствование оптимизации внутригрупповых связей, активизирование самосознания, формирование позитивного самоощущения и способности к позитивной оценке других людей.

Описание упражнения. Участники на листе бумаги обводят свою ладонь. Внутри каждого пальца необходимо написать по одному качеству, которое они больше всего в себе ценят. Затем листы передаются по кругу, и каждый участник дописывает в центре ладони то качество, которое он ценит в этом человеке. В конце упражнения рисунки передаются их автору.

Обсуждение. Понравилось, что написали ваши соседи, или нет. Что вы испытываете после оценки своих товарищей?

Упражнение «Почему я злюсь».

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

Описание упражнения. «Каждый из вас часто видит последствия своей агрессии, но не всегда понимает её мотивы. Наши истинные мотивы или намерения часто скрыты от нас. Когда вы найдёте причину вашей агрессии, определите цель, которой она служит, вы, наконец, научитесь принимать её природу. Сейчас мы попытаемся разобраться в этой проблеме.

Разбейтесь на пары и сядьте поудобнее друг напротив друга. Итак, перед вами человек, который вас раздражает, на которого вы злы и обижены. Начинайте фразу со

слов: «В этом человеке мне не нравится... то-то и то-то» и заканчивайте на своё усмотрение словами: «И поэтому я злюсь на него», «И поэтому мне хочется ударить его» и т.д. Затем партнёры меняются.

Обсуждение. Сложно ли вам было найти причину своей злости или обиды? Почему? Что вы чувствовали после того, как озвучили причину своей злости? Стало ли вам легче?

Упражнение «Письма гнева».

Цель: изучение мотивов собственного агрессивного поведения, выражение негативных эмоций, осознание и выражение собственного отношения к проблеме агрессивного поведения.

Описание упражнения. Каждый участник должен подумать о человеке, который вызывает у него злость, неприятие, и написать ему письмо. В письме каждый может открыто и откровенно выразить, все свои негативные чувства, как бы освободиться от них. После написания письма каждый может сделать с ним всё, что ему захочется, уничтожить его любым способом.

Обсуждение. Трудно ли было писать письмо? Всё ли они высказали, или что-то осталось невысказанным? Изменилось ли ваше состояние после написания письма?

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №6 «Агрессия может быть конструктивной»

Цель: обучение подростков конструктивным способам поведения в проблемных ситуациях.

Задачи:

1. Проиграть ситуации, провоцирующие проявление агрессивного поведения.
2. Помочь подросткам отреагировать накопившиеся отрицательные эмоции.
3. Обучить конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: мяч, листы бумаги, ручки и карандаши.

Ход тренинга

I. Вводная часть (5 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами будем учиться находить конструктивные способы выхода из проблемных ситуаций. Какие пути выхода из конфликтных ситуаций вам известны? (Ответы детей).

Выделяют следующие стратегии поведения:

1. Противоборство — характерно настойчивое, бескомпромиссное, отвергающее сотрудничество отстаивание своих интересов, для чего используются все доступные средства.

2. Уклонение — связано с попыткой уйти от конфликта, не придавать ему большой ценности, возможно из-за недостатка условий для его разрешения.

3. Приспособление — предполагает готовность субъекта поступиться своими интересами с целью сохранения взаимоотношений, которые ставятся выше предмета и объекта разногласий.

4. Компромисс — требует уступок с обеих сторон до той степени, когда путем взаимных уступок находится приемлемое решение для противостоящих сторон.

5. Сотрудничество — предполагает совместное выступление сторон для решения проблемы. При таком поведении считаются правомерными различные взгляды на проблему. Эта позиция дает возможность понять причины разногласий и найти выход из кризиса, приемлемый для противостоящих сторон без ущемления интересов каждой из них.

Как вы думаете, какие из стратегий являются наиболее продуктивными? (Ответы детей). Наиболее продуктивными стратегиями считаются стратегии компромисса и сотрудничества. Используя их, выход из конфликта принесет вам минимум потерь и максимум пользы.

II. Основная часть (40 минут).

Упражнение «Разминка с мячом».

Цель: способствование оптимизации внутригрупповых связей, активизирование самосознания, настрой группы на предстоящую работу.

Описание упражнения. Участники группы садятся в круг. «Начнем сегодняшний день так: бросая друг другу мяч, будем называть вслух имя того, кому бросаем. Тот, кто получает мяч, принимает такую позу, которая отражает его внутреннее состояние, а все остальные, воспроизводя позу, стараются почувствовать, понять состояние этого человека».

Обсуждение. «Как вам кажется, какое состояние у каждого из нас?». После того как относительно каждого высказывается несколько гипотез, следует обратиться к самому человеку с тем, чтобы он сам сказал, какое у него состояние.

Упражнение «Ситуации».

Цель: проигрывание ситуаций, провоцирующих проявление агрессивного поведения.

Описание упражнения. Работа осуществляется в парах или с участием нескольких человек (3-4). Участникам даётся следующее задание: «Представьте, что вы едете в автобусе. Вы нечаянно наступили кому-то на ногу, незаметлив этого. Человек, которому наступили, начал на вас громко кричать. Что вы сможете сделать в данной ситуации? Обдумайте и проиграйте это, причём по очереди, с целью того, чтобы другие могли наблюдать за происходящим. В выполнении задания должен принять участие каждый из вас». Помимо заданной ситуации, могут быть и другие, которые даются отдельно каждой паре.

Примерные ситуации:

– Кондуктор на вас кричит, из-за того, что вы подали на билет крупную деньги, которую она якобы разменять не может. Обвиняет вас в неправильности ваших действий.

– Вы не уступили место женщине (мужчине) в автобусе. Она на вас начинает кричать и обзывать различными нехорошими словами. Как вы отреагируете на это?

– Вы нечаянно ударил кого-то в автобусе. Этот человек начал вас ругать за сделанное. Как вы поступите, чтобы уладит назревающий конфликт?

– Вы громко разговариваете в автобусе и вам сделали замечание. Как вы на него отреагируете?

– На вас накричал кондуктор, который упрекнул вас в том, что вы стоите в проходе и мешаете ему и пассажирам, заходящим в автобус. Ваши дальнейшие действия?

Обсуждение. Испытывали ли вы трудности притом, как вам поступить? Какое желание возникало при проигрывании ситуаций? Что вы сейчас чувствуете? Как вы думаете, проигранное сегодня может, как-то помочь вам в будущем?

Ролевая игра.

Цель: обучение подростков конструктивным поведенческим реакциям в проблемной ситуации.

Описание упражнения.

Упражнение проводится в несколько этапов:

1. Сначала следует расспросить каждого подростка, в каких ситуациях ему трудно сдерживать себя, при каких обстоятельствах (кто-то толкнул, сказал неприятное, взял его вещь и т. п.) он проявляет вербальную и физическую агрессию. Пусть ребята составят перечень таких ситуаций (письменно), а затем проиграют их между собой, после чего выскажутся.

2. Подростки с помощью психолога выбирают из перечня наименее конфликтную и проблемную (для каждого свою) ситуацию, в которой, с их точки зрения, им будет проще справиться с собственными негативными поведенческими реакциями.

3. Затем вместе обсуждают возможные варианты поведения в конкретной ситуации, записывая их в перечне напротив данной ситуации.

4. Далее следует обсудить и проанализировать последствия каждого выбранного варианта поведения и записать дальнейшее развитие ситуации.

Например:

Ситуация: Коля без спроса берет мои тетради.

Варианты поведения:

- толкнуть его и отнять свои тетради;
- ударить его и отнять свои тетради;
- отнять свои и взять его тетради или спрятать его рюкзак в отместку;
- сказать учительнице;
- попросить вернуть тетради, если он не вернет, сказать учительнице.

Последствия: Коля толкнет меня в ответ. Я его ударю. Он ударит меня. Мы подеремся.

5. Выбрать позитивный вариант поведения в проблемной ситуации, причем право выбора остается за подростком, и закрепить его в ролевой игре. Для того чтобы процесс формирования навыка был более успешным, можно попросить ребят перед началом ролевой игры вообразить ситуацию, где им удастся применить позитивный вариант поведения, а затем уже переходить непосредственно к ролевой игре.

6. Когда подростку удастся закрепить позитивную поведенческую реакцию в данной проблемной ситуации через ролевую игру и успешно применить ее в реальной жизни, нужно перейти к следующей, более проблемной и конфликтной для него ситуации.

Обсуждение. Сложно было составлять список ситуаций, в которых вам было трудно сдерживать агрессию? Какие чувства вы испытывали, проигрывая ситуации? Сложно ли было находить позитивный вариант поведения в проблемной ситуации?

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №7 «Контроль эмоций»

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.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: пластилин, карточки с ситуациями.

Ход тренинга

I. Вводная часть (5 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

Здравствуй, ребята! Как вы думаете, умеете ли вы сдерживать негативные эмоции? Какими способами вы избавляетесь от агрессии? (Ответы детей). Сегодня мы с вами будем развивать внутренний самоконтроль, а также учиться сдерживать негативные импульсы.

II. Основная часть (40 минут).

Упражнение «Волшебные заросли».

Цель: разминка, обучение подростков умению контролировать свои эмоции, речь и негативные импульсы.

Описание упражнения. 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.

Обсуждение. По окончании игры, обсуждается, когда и при каких условиях водоросли расступились, а при каких нет.

Упражнение «Лепим гнев».

Цель: обучение подростков умению направлять энергию в определенный вид деятельности.

Описание упражнения. Попросите подростков подумать о той ситуации (человеке), который вызывает максимальное чувство агрессии с их стороны. Попросите подумать, на каких частях (части) тела они максимально ощущают гнев. Когда подростки будут готовы рассказывать о своих ощущениях, спросите их: «На что похож ваш гнев?», «Можете ли вы изобразить его, вылепив из пластилина?».

Обсуждение. Важно обсудить работу каждого из детей. Что изобразил подросток? Что он чувствовал, когда лепил свой гнев? 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?

Упражнение «Возьми себя в руки».

Цель: обучение умению сдерживать себя.

Описание упражнения. Объяснить подросткам, 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 «Сдержи себя».

Цель: обучению умению контролировать свои эмоции.

Описание упражнения. 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.

Обсуждение. Сложно было проигрывать ситуацию? Какие эмоции вы испытывали в этот момент? Сложно ли было сдерживать негативные эмоции или поведение?

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №8 «Эмпатия»

Цель: развитие эмпатии у подростков.

Задачи:

1. Оказать помощь подросткам в расширении знаний о способах взаимопонимания.

2. Способствовать развитию умения распознавать эмоции.

3. Сформировать значимость понимания эмоций других людей.

Время проведения:

1 час. Необходимые материалы: листы бумаги, карандаши.

Ход тренинга

I. Вводная часть (5 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами будем развивать навыки эмпатии. Как вы думаете, что такое эмпатия? Важно ли вам развивать в себе это качество? Почему? (Ответы детей).

Эмпатия – понимание эмоционального состояния другого человека посредством сопереживания, проникновения в его субъективный мир. Как вы думаете, какими

качествами и умениями обладает человек, способный к эмпатии? (Ответы детей). Для эмпатийного человека характерны такие качества и умения, как: умение сочувствовать, сопереживать, дружелюбие, толерантность и т.д.

II. Основная часть (40 минут).

Упражнение «Передача чувства по кругу».

Цель: разминка, способствование оптимизации внутригрупповых связей, активизирование самосознания, настрой группы на предстоящую работу, развитие взаимопонимания.

Описание упражнения. 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.

Обсуждение. Каждого, начиная с первого участника, спрашивают, какое чувство получил, какое отправил.

Упражнение «Создание предложений».

Цель: развитие навыков эмпатии.

Описание упражнения. Ваша задача – создать предложение, имея шаблон и подставляя свой готовый список эмоций. Шаблон для упражнения в команде и наедине:

«Ты чувствуешь ____, потому что _____. Я прав?»

«Я чувствую ____, потому что _____».

Помните, что вы можете подставлять совершенно любую эмоцию: злость, раздражение, счастье, подавленность, пустоту, смутнение.

Примеры: вот два примера ситуаций, в которых человек создает правильное предложение с точки зрения эмпатии.

Джилл нахмурила свое лицо и сказала, что ее друг просто взял и уехал.

Эмпатический ответ: «Джилл, ты чувствуешь себя грустной, потому что твой друг уехал? Я прав?».

Отец пришел домой очень уставшим и сказал, что только что потерял свою работу.

Эмпатический ответ: «Пап, ты чувствуешь себя обеспокоенным из-за того, что потерял работу? Я прав?»

Данные примеры являются настолько простыми, что могут показаться слишком очевидными. Однако если вы тщательно проанализируете свою жизнь, то можете заметить, что часто игнорировали эмоции и чувства других людей, будучи заваленными своими проблемами.

Практические примеры: для каждой следующей ситуации придумайте эмпатический ответ.

1. Ваш брат пришел домой в слезах и сказал, что ему дали обидное прозвище в школе.
2. Ваш одноклассник, которому сегодня дали обидное прозвище, сидит тихо, понурился.
3. Ваш друг сказал, что не хочет идти домой, потому что провалил экзамен.
4. Ваш друг сказал, что не может пригласить вас к себе, потому что его мама заболела.
5. Ваш сотрудник сидит в одиночестве за обеденным столом, не ест свой обед и не произносит ни слова.

Обсуждение. Какие вопросы и трудности у вас возникли при создании предложений, демонстрирующих эмпатию? Почему так важно проверять, верно ли вы трактовали эмоцию человека?

Упражнение «Пиктограммы».

Цель: приобретение опыта в распознавании эмоций.

Описание упражнения. Пиктограмма – это емкое графическое изображение предметов, всякого рода информации. Вы все видели примеры пиктограмм, например, на дорожных знаках. Если на знаке нарисованы вилка и ложка – это, конечно, столовая или кафе. Красный крест – это больница или медицинский пункт. Если мы видим табличку с черепом и молнией – это сообщение «Не влезай, убьет». Давайте вспомним, с какими пиктограммами мы еще сталкиваемся в жизни?

После того как участники вспомнили, какие пиктограммы они видели, начинается само упражнение. Оно проходит в несколько этапов:

1. Участникам предлагается продумать, а потом нарисовать следующие пиктограммы: «Веселый праздник», «Грустный день», «Пасмурная погода», «Счастье». После окончания работы устраивается выставка пиктограмм, а затем проводится короткое обсуждение на тему: «Почему пиктограммы одного и того же содержания могут быть нарисованы по-разному?».

2. Группа делится на две команды. Командам предлагается самим придумать содержание пиктограмм и нарисовать их. Рисунков должно быть столько же, сколько человек в команде.

3. Одна из команд поочередно предъявляет свои рисунки, а другая должна угадать, какое содержание скрыто за ними. Побеждает та команда, которая угадывала лучше и более подробно могла объяснить ход своих рассуждений.

Обсуждение. Сложно ли вам было рисовать пиктограммы? Сложно ли вам было угадывать смысл чужих пиктограмм? Почему?

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №9 «Неагрессивный мир»

Цель: закрепление конструктивных способов поведения в проблемных ситуациях.

Задачи:

1. Обучить подростков выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами.

2. Научить подростков выбирать наиболее приемлемые способы разрядки гнева и агрессивности.

3. Научить подростков конструктивно выражать свои негативные эмоции.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: листы бумаги, ручки, мусорная корзина.

Ход тренинга

I. Вводная часть (5 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

II. Основная часть (40 минут).

Упражнение «Мусорная корзина».

Цель: разминка, избавление участников от негативных эмоций, настрой группы на предстоящую работу.

Описание упражнения. Ведущий раздает участникам листочки и (если необходимо) ручки, в центр круга ставится мусорная корзина. Ведущий обращается к участникам с просьбой написать на бумаге те негативные эмоции, которые имеются в настоящий момент у участников (каждый указывает свои эмоции). После этого бумажки выбрасываются в мусорную корзину.

Обсуждение. Ведущий опрашивает добровольцев: кто хочет поделиться и рассказать другим участникам содержание своей записки. В конце упражнения корзина убирается в сторону (но на видное место).

Упражнение «Эффективное взаимодействие».

Цель: обучение умению выходить из конфликтных ситуаций приемлемыми способами.

Описание упражнения. 1-й этап — вербальный вариант.

Группа работает парами. Один из участников каждой пары держит в руках какой-либо значимый для него предмет (книгу, часы, тетрадь и т. д.). Задача второго участника состоит в том, чтобы уговорить партнера отдать ему этот предмет. Первый участник может отдать предмет только тогда, когда захочет.

Затем участники меняются ролями.

2-й этап — невербальный вариант.

Упражнение выполняется аналогично вербальному варианту, но с использованием только невербальных средств общения.

Обсуждение. Обсуждение упражнения целесообразно проводить после проведения обоих этапов.

В ходе обсуждения участники по кругу делятся своими впечатлениями и отвечают на вопросы:

– «Когда было легче просить предмет?»

– «Какие слова или действия партнера побудили вас отдать его?»

Упражнение «Что делать с агрессией и гневом».

Цель: обучение конструктивным способам выражения гнева и агрессии.

Описание упражнения. На листе бумаги, разделенном вертикальной линией по середине, слева подростки записывают, как окружающие в течение учебного дня проявляют агрессию по отношению к подростку и все возможные последствия подобных действий; справа – как сам подросток 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? Кто становится жертвой агрессии и как этого избежать? Как избавиться от насилия и жестокости в современном обществе? Предложите свой «рецепт неагрессивного мира».

Упражнение «Выставка».

Цель: выбор наиболее приемлемого способа разрядки и гнева и агрессии, отреагирование негативных эмоций.

Описание упражнения. «Сядьте поудобней, расслабьтесь, глубоко вдохните 3-4 раза и закройте глаза. Представьте, что вы попали на небольшую выставку. На ней выставлены фотографии людей, на которых вы разгневаны, которые вызывают у вас злость, которые вас обидели или поступили с вами несправедливо. Походите по этой выставке, постарайтесь рассмотреть эти портреты. Выберите любой из них и остановитесь около него. Постарайтесь вспомнить какую-нибудь конфликтную ситуацию, связанную с этим человеком. Постарайтесь мысленно увидеть самого себя в этой ситуации. Представьте, что выражаете свои чувства человеку, на которого разгневаны. Не сдерживайте свои чувства, не стесняйтесь в выражениях, говорите ему все, что хотите. Представьте, что вы делаете этому человеку все, к чему вас побуждают ваши чувства. Не сдерживайте свои действия, делайте все, что вам хочется сделать этому человеку. А теперь представьте себя говорящим с этим человеком. Представьте этого человека: он делает то, что вас злит. И вот ход разговора с вами он начинает уменьшаться в росте, голос его становится все слабее и слабее, все неувереннее. Уменьшайте его в росте до тех пор, пока он не покажется вам менее значительным. А теперь понаблюдайте за вашим разговором как бы со стороны. Каким вы видите себя? Какой вам видится ситуация? Теперь снова вернитесь в начало конфликтной ситуации и попытайтесь представить, что все ее участники, в том числе и вы, разговаривают голосами героев мультфильма, и досмотрите сюжет до конца. А теперь 3-4 раза глубоко вдохните и откройте глаза».

Обсуждение. Что легко было сделать в этом упражнении, а что трудно? Что понравилось, а что нет? Кто из окружающих вошел в вашу картинную галерею? На ком из галереи вы остановились? Какую ситуацию вы представили? Расскажите о ней? Как менялось ваше состояние в процессе упражнения? Чем отличаются чувства в начале и в конце упражнения? Что вы чувствуете теперь?

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

Занятие №10 «Завершение»

Цель: закрепление у подростков положительной модели поведения.

Задачи:

1. Выявить динамику изменения поведения подростков.
2. Способствовать формированию образа «идеального-Я».
3. Способствовать развитию позитивной самооценки.

Время проведения: 1 час.

Необходимые материалы: листы бумаги, фломастеры, карандаши.

Ход тренинга

I. Вводная часть (5 минут).

Ритуал приветствия.

Цель: создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение, снятие эмоционального напряжения.

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

II. Основная часть (40 минут).

Упражнение «Зеркало».

Цель: разминка, настрой группы на предстоящую работу.

Описание упражнения. Участники образуют пары и встают лицом друг к другу. Один из них совершает какие-либо действия, например, причесывается, а другой зеркально повторяет их.

Упражнение «Чего я достиг».

Цель: выявление динамики изменения поведения подростков.

Описание упражнения. 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 свои достоинства, а преувеличивая их (я невероятно умная). Группа поддерживает каждого участника.

Обсуждение. Расскажи о своих достижениях. Что тебе нравится, что ты любишь в самом себе?

Упражнение «Я такой, какой я есть, я такой – каким бы я хотел быть».

Цель: способствование формированию образа «идеального-Я».

Описание упражнения. На листах бумаги написать с одной стороны «Я такой, какой есть», с другой стороны – «Я такой, каким хотел бы быть».

Обсуждение. Ребята зачитывают текст на листах. Отвечают на вопрос: «Что мне нужно сделать, чтобы стать таким, каким я бы хотел быть».

Упражнение «Копилка хороших поступков».

Цель: обучение подростков умению фиксировать в своем сознании положительные поступки и достижения, которых им удалось добиться за время работы с психологом, вместо того чтобы помнить о своих ошибках, промахах и неудачах.

Описание упражнения.

1. Попросите подростков подумать о прошедшей неделе и мысленно вспомнить (день за днем) обо всех хороших поступках, которые им удалось совершить на прошедшей неделе.

2. Пусть ребята возьмут лист бумаги с фломастерами и запишут три хороших поступка, которые более значимы для них, чем все остальные. Например, выполнили сложное и неприятное для них домашнее задание, написали реферат, приняли участие в выполнении стенгазеты, выучили наизусть длинное стихотворение или сами вычистили свои ботинки.

Обсуждение. После того, как подростки запишут свои хорошие поступки, пусть они похвалят себя одним спокойным предложением за все три события. Например: «Марина, ты на самом деле здорово это сделала!» или «У меня это действительно хорошо получилось!». Пусть они запишут это хвалебное предложение на свой лист с хорошими поступками цветными фломастерами.

III. Заключительная часть.

Рефлексия (15 минут).

Что нового вы узнали на занятии?

Что вам понравилось?

С какими трудностями вы столкнулись в ходе занятия?

Ритуал прощания.

Цель: создание доверительной и доброжелательной атмосферы в группе, завершение занятия.

Описание упражнения. В конце занятия ведущий встает, протягивает перед руку и говорит что-то вроде: «Мне очень приятно было работать с вами». Затем поднимается

один из детей, тоже говорит что-нибудь вроде: «Спасибо, всем спасибо» и кладет свою руку на руку ведущего. Таким же образом поступают и другие участники.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

Таблица 4 – Результаты исследования по методике диагностики «Опросник уровня агрессивности А.Басса – А.Дарки» после реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

№ исп.	Код испытуемого	Баллы	Уровень агрессивности
1	А.К.	19	Средний
2	А.Я.	21	Средний
3	Б.А.	23	Средний
4	В.Д.	26	Высокий
5	Г.Е.	14	Низкий
6	Д.Ю.	15	Низкий
7	Е.Э.	23	Средний
8	З.Е.	22	Средний
9	К.Ж.	16	Низкий
10	К.Л.	16	Низкий
11	К.Я.	24	Средний
12	М.А.	21	Средний
13	М.Н.	19	Средний
14	Н.У.	16	Низкий
15	П.У.	16	Низкий
16	С.А.	24	Средний
17	С.Д.	22	Средний
18	С.К.	24	Средний
19	С.О.	20	Средний
20	Ч.И.	26	Высокий

Высоки уровень – 2 человека
Средний уровень – 12 человек
Низкий уровень – 6 человек

Таблица 5 – Результаты исследования по методике диагностики «Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)» после реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

№ исп.	Код испытуемого	Баллы	Уровень агрессивности
1	А.К.	9	Низкий
2	А.Я.	16	Средний
3	Б.А.	19	Средний
4	В.Д.	25	Высокий
5	Г.Е.	7	Низкий
6	Д.Ю.	18	Средний
7	Е.Э.	17	Средний
8	З.Е.	20	Средний
9	К.Ж.	10	Низкий
10	К.Л.	8	Низкий
11	К.Я.	17	Средний
12	М.А.	24	Средний
13	М.Н.	16	Средний
14	Н.У.	6	Низкий
15	П.У.	10	Низкий
16	С.А.	27	Высокий
17	С.Д.	22	Средний
18	С.К.	16	Средний
19	С.О.	15	Средний
20	Ч.И.	26	Высокий
Высокий уровень – 3 человека Средний уровень – 11 человек Низкий уровень – 6 человек			

Таблица 6 – Результаты исследования по методике диагностики «Самооценка психических состояний (по Г. Айзенку)» после реализации программы психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения у подростков

№ исп.	Код испытуемого	Баллы	Уровень агрессивности
1	А.К.	7	Низкий
2	А.Я.	11	Средний
3	Б.А.	15	Высокий
4	В.Д.	13	Средний
5	Г.Е.	6	Низкий
6	Д.Ю.	10	Средний
7	Е.Э.	14	Средний
8	З.Е.	15	Высокий
9	К.Ж.	7	Низкий
10	К.Л.	6	Низкий
11	К.Я.	15	Высокий
12	М.А.	12	Средний
13	М.Н.	5	Низкий
14	Н.У.	5	Низкий
15	П.У.	8	Средний
16	С.А.	15	Высокий
17	С.Д.	10	Средний
18	С.К.	8	Средний
19	С.О.	11	Средний
20	Ч.И.	15	Высокий
Высокий уровень – 5 человек Средний уровень – 9 человек Низкий уровень – 6 человек			

Таблица 7 – Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки»

№	Код испытуемого	Результаты методики до коррекции	Результаты методики после коррекции	Разность (после – до)	Значение разности по модулю	Ранг разности
1	А.К.	23	19	-4	4	9
2	А.Я.	26	21	-5	5	13,5
3	Б.А.	27	23	-4	4	9
4	В.Д.	27	26	-1	1	2
5	Г.Е.	15	14	-1	1	2
6	Д.Ю.	20	15	-5	5	13,5
7	Е.Э.	26	23	-3	3	5,5
8	З.Е.	26	22	-4	4	9
9	К.Ж.	19	16	-3	3	5,5
10	К.Л.	23	16	-7	7	18
11	К.Я.	27	24	-3	3	5,5
12	М.А.	26	21	-5	5	13,5
13	М.Н.	24	19	-5	5	13,5
14	Н.У.	16	16	0	0	-
15	П.У.	21	16	-5	5	13,5
16	С.А.	27	24	-3	3	5,5
17	С.Д.	27	22	-5	5	13,5
18	С.К.	24	24	0	0	-
19	С.О.	26	20	-6	6	17
20	Ч.И.	27	26	-1	1	2
Сумма рангов						171
Сумма рангов нетипичных сдвигов						0

Таблица 8 – Расчет T-критерия Вилкоксона по методике «Тест агрессивности (Опросник Л.Г. Почебут)»

№	Код испытуемого	Результаты методики до коррекции	Результаты методики после коррекции	Разность (после – до)	Значение разности по модулю	Ранг разности
1	А.К.	15	9	-6	6	4,5
2	А.Я.	24	16	-8	8	10
3	Б.А.	29	19	-10	10	17,5
4	В.Д.	35	25	-10	10	17,5
5	Г.Е.	12	7	-5	5	2
6	Д.Ю.	25	18	-7	7	7
7	Е.Э.	24	17	-7	7	7
8	З.Е.	30	20	-10	10	17,5
9	К.Ж.	18	10	-8	8	10
10	К.Л.	13	8	-5	5	2
11	К.Я.	27	17	-10	10	17,5
12	М.А.	33	24	-9	9	13
13	М.Н.	23	16	-7	7	7
14	Н.У.	11	6	-5	5	2
15	П.У.	16	10	-6	6	4,5
16	С.А.	37	27	-10	10	17,5
17	С.Д.	30	22	-8	8	10
18	С.К.	25	16	-9	9	13
19	С.О.	24	15	-9	9	13
20	Ч.И.	36	26	-10	10	17,5
Сумма рангов						210
Сумма рангов нетипичных сдвигов						0

Таблица 9 – Расчет T-критерия Вилкоксона по методике «Самооценка психических состояний (по Г. Айзенку)»

№	Код испытуемого	Результаты методики до коррекции	Результаты методики после коррекции	Разность (после – до)	Значение разности по модулю	Ранг разности
1	А.К.	12	7	-5	5	14,5
2	А.Я.	16	11	-5	5	14,5
3	Б.А.	18	15	-3	3	5,5
4	В.Д.	17	13	-4	4	9,5
5	Г.Е.	9	6	-3	3	5,5
6	Д.Ю.	14	10	-4	4	9,5
7	Е.Э.	16	14	-2	2	2
8	З.Е.	19	15	-4	4	9,5
9	К.Ж.	12	7	-5	5	14,5
10	К.Л.	10	6	-4	4	9,5
11	К.Я.	18	15	-3	3	5,5
12	М.А.	17	12	-5	5	14,5
13	М.Н.	11	5	-6	6	19
14	Н.У.	7	5	-2	2	2
15	П.У.	13	8	-5	5	14,5
16	С.А.	17	15	-2	2	2
17	С.Д.	16	10	-6	6	19
18	С.К.	14	8	-6	6	19
19	С.О.	16	11	-5	5	14,5
20	Ч.И.	18	15	-3	3	5,5
Сумма рангов						210
Сумма рангов нетипичных сдвигов						0