

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ШАБЕЛЬНИК АЛИНА СЕРГЕЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СТИЛЯ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ И АГРЕССИИ
ПОДРОСТКОВ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Титова О.И.
18.06.2020 

Обучающийся
Шабельник А.С. 

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ И ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ.....	6
1.1. Понятие «агрессия» и «агрессивное поведение»	6
1.2. Особенности проявления агрессивности в подростковом возрасте	10
1.3. Влияние стиля семейного воспитания на возникновение агрессии у детей подросткового возраста	16
Выводы по главе 1.....	24
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ СТИЛЯ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ И АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА	26
2.1. Организация и методы исследования.....	26
2.2. Результаты эмпирического исследования уровня агрессии в подростковом возрасте и стилей семейного воспитания.....	30
2.3. Результаты исследования взаимосвязи стиля семейного воспитания и агрессии подростков	36
2.4. Психолого-педагогические рекомендации по снижению уровня агрессии в подростковом возрасте в системе родительских отношений	38
Выводы по главе 2.....	44
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	46
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	49
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	53

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования: в настоящее время общество столкнулось с возросшей агрессивностью подростков, об этом говорят социологи, психологи, учителя и родители. Тревожным симптомом является и тот факт, что подростковая агрессия стала проявляться в крайних формах жестокости.

На подростка оказывает влияние его семья, школа, сверстники, а также деятельность различных средств массовой информации, но всё же семья является основным местом, где формируется мировоззрение ребенка, и закладываются морально-нравственные принципы личности. Принципы и методы воспитания, несомненно, влияют на формирование личности подростка. Нарушение процесса воспитания, именно проявление гиперопеки, чрезмерной строгости, пренебрежение потребностями подростка, ведет к искажению развития личности, в том числе и возникновению агрессии.

Подростковый возраст – это особый период, время развития самосознания человека. В этом возрасте у подростков интенсивно развиваются потребности, мотивы, приоритеты, отношения к представителям другого пола и, соответствующие этим образованиям, формы поведения

Агрессия у подростков как общий психологический и социальный феномен часто выступает предметом исследований, как в российском обществе, так и за рубежом.

Среди психологов и педагогов, которые занимались изучением агрессии у подростков, следует отметить Л.М. Семенюк, С.Л. Соловьева, В.И. Трубникова, за рубежом Л.В. Берковиц, А. Бандура, Р. Бэррон, Р. Уолтер.

Но, хотим отметить, что влияние особенностей стилей семейного воспитания на возникновение агрессии у подростков изучены недостаточно.

Важно учитывать особенности воспитания подростков в семьях при анализе причин агрессивного поведения, это значимый фактор для совершенствования профилактической и коррекционной работы с агрессивными детьми подросткового возраста.

Исходя из этого, поставлена цель исследования: выявить взаимосвязь между стилем семейного воспитания и агрессией подростков.

Объект исследования: агрессия подростков.

Предмет исследования: взаимосвязь стиля семейного воспитания и агрессии подростков.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что существует взаимосвязь между стилем семейного воспитания и уровнем агрессии подростков, а именно:

- высокий уровень агрессии более характерен для подростков при опекающем и попустительском стиле воспитания;
- низкий уровень агрессии наблюдается при демократическом стиле воспитания.

В соответствие с целью исследования и выдвинутой гипотезой были поставлены следующие задачи исследования.

1. Рассмотреть основные подходы к характеристике понятий «агрессия» и «агрессивное поведение».
2. Изучить особенности проявления агрессии в подростковом возрасте.
3. Рассмотреть влияние стиля семейного воспитания на возникновение агрессии в подростковом возрасте.
4. Подобрать комплекс диагностических методик, ориентированных на изучение агрессии подростков и стилей семейного воспитания.
5. Организовать и провести эмпирическое исследование уровня агрессии в подростковом возрасте и стилей семейного воспитания.
6. Проанализировать полученные результаты эмпирического исследования уровня агрессии в подростковом возрасте и стилей семейного воспитания.
7. Провести и проанализировать корреляционный анализ параметров агрессии с параметрами стилей семейного воспитания.

8. Разработать психолого-педагогические рекомендации по снижению уровня агрессии в подростковом возрасте в системе родительских отношений.

Методологическую основу исследования составили фундаментальные научно-теоретические принципы и подходы к изучению проблемы по возникновению агрессии у подростков из разных типов семей.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования:

- обобщение научных данных;
- наблюдение;
- опрос.

При проведении исследования использовались следующие методики:

- опросник «Исследование уровня агрессивности». Авторы методики А. Басс и А. Дарки;
- опросник «Анализ семейных взаимоотношений» В.В. Юстицкис и Э.Г. Эйдемиллер.

Практическая значимость данного исследования: результаты исследования могут быть использованы в профессиональной деятельности психологов, педагогов для диагностики и коррекции агрессивных проявлений у подростков, а также в психологическом консультировании по вопросам семейного воспитания.

Структура и объем работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения; двух глав, разделенных на параграфы; выводов; заключения; списка использованных источников и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ И ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИВНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

1.1. Понятие «агрессия» и «агрессивное поведение»

В современной литературе по психологии есть множество определений агрессии, агрессивности и агрессивного поведения.

По мнению Р.С. Немова, агрессивность – это черта характера, которая проявляется во враждебном отношении человека к людям и к окружающему миру. В целом, агрессивным поведением называют враждебные действия, которые не вызваны какими-либо объективными причинами, не могут быть оправданы сложившимися обстоятельствами и соображениями морального или юридического характера, в частности – необходимостью самообороны или защиты других людей [25].

Американские психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон считают, что агрессия – это форма поведения, которая нацелена на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающего подобного обращения. Другими словами, агрессия предполагает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве [9].

Более точным, на наш взгляд, является определение агрессии авторов Б.Г. Мещеряковой и В.П. Зинченко. В их понимании, агрессия – это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам существования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения, приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт [36].

Говоря об агрессивном поведении, Е.Г. Шестакова говорит, что это действия, которые наносят ущерб другим людям. Обычно такое поведение может меняться в зависимости от особенностей ситуации или смены одной ситуации на другую [8].

Доктор психологических наук В.А. Аверин считает, что есть существенная взаимосвязь между агрессивным поведением, ситуацией, в которой находится человек и окружающие люди, с которыми он взаимодействует. Также он подчеркивает взаимосвязь агрессивного поведения с личностными качествами человека. Зная данные качества, иногда можно спрогнозировать ожидаемое поведение. Но прогноз может быть и ошибочным, поскольку сами по себе качества – это только предпосылки того или иного поступка. По его мнению: «Не за всяким агрессивным поведением стоит агрессивная личность, равно как не каждая агрессивная личность должна обязательно демонстрировать агрессивное поведение» [2].

По мнению В.А. Попова, агрессивное поведение представляет собой демонстрацию превосходства в силе, либо применением силы по отношению к другому человеку или группе лиц, которым человек стремится причинить вред [18].

Так, А.А. Реан выделяет 5 базовых направлений агрессии [28]:

- инстинктивистская теория агрессии (З. Фрейд, К. Лоренц);
- фрустрационная теория (Дж. Доллард, Н. Миллер);
- теория социального научения (А. Бандура);
- теория переноса возбуждения (Д. Зильман);
- когнитивные модели агрессивного поведения (Л. Берковец).

В частности, З. Фрейд связывает становление агрессивного поведения ребенка со стадиями сексуального развития. Представитель теории инстинктов К. Лоренц, как и З. Фрейд, считает, что человек не способен справиться со своей агрессивностью, он только может направить ее в нужное русло. Согласно Дж. Долларду, агрессия представляет собой реакцию на фрустрацию. Эффект катарсиса помогает человеку значительно снизить его агрессивность [13].

Сторонники теории социального научения придерживаются иной точки зрения, они считают, что чем чаще человек совершает агрессивные действия,

тем в большей степени эти действия становятся неотъемлемой частью его поведения. В этом велика роль родителей, которые своим примером, не осознавая того, могут обучить ребенка проявлению агрессии.

По мнению Л. Берковица, агрессивное поведение все-таки можно контролировать [17]. Но, как доказал Д. Зильманн, в отдельных ситуациях агрессия бывает импульсивной и плохо поддается контролю рассудка [26].

Следовательно, агрессия – это действие, агрессивность – черта личности и готовность к агрессии, агрессивное поведение – это внешне выраженное действие, направленное на причинение вреда другому человеку. Агрессия не возникает вне социального взаимодействия – к возникновению агрессии приводят разные аспекты межличностных отношений.

Большинство исследователей подчеркивают негативную сторону проявления агрессии, но есть и те, кто находит позитивные проявления в агрессивных действиях. Например, В. Клайн считает, что в агрессии есть и «определенные здоровые черты», которые могут оказаться полезными для общественной жизни, это – настойчивость, инициатива, упорство. В достижении цели стремление к победе, преодоление препятствий. Эти качества присущи лидерам и победителям [20].

Как считает Н.Д. Левитов, что в агрессивных действиях есть волевые качества: решительность, целеустремленность, настойчивость, а также инициативность и смелость [4].

Агрессивность может иметь качественные и количественные характеристики. Также она имеет различную степень выраженности: от почти полного отсутствия до ее предельного развития. Каждая личность должна обладать определенной степенью агрессивности. Отсутствием агрессии у человека приводит к пассивности, конформности. Чрезмерное же проявление агрессии начинает определять весь облик личности, которая может стать конфликтной.

Различают также агрессивность недифференцированную, которая характеризуется отсутствием конкретного объекта или предмета агрессии.

Локальная агрессивность характеризуется наличием конкретного объекта или предмета агрессии [3].

Выделяют открытую и скрытую агрессию. Различия заключаются в намерениях «агрессора»: в первом случае «агрессор» не скрывает своих намерений, а во втором случае он старается нанести удар таким образом, чтобы это не выглядело как желание обидеть партнера по общению, возможно, чтобы не вызвать неприязни и ответной агрессии. Открытая агрессия может проявляться в следующих формах:

- физическая агрессия, которая сопровождается действиями – ударами, нападением;
- вербальная агрессия;
- невербальная агрессия, где «агрессор» употребляет усмешки, оскорбительные жесты.

Скрытая агрессия проявляется в формах физической (действия, подчеркивающие, что собеседника не замечают), вербальной (клевета, раскрытие информации личного характера, слова, вызывающие у другого человека чувство вины), и невербальной (избегание взгляда, мрачное выражение лица в ответ на улыбку) [2].

Таким образом, следует различать агрессивность (черту личности и готовность к агрессии) и агрессивное поведение (действие, направленное на причинение вреда другому человеку). В целом, под агрессивным поведением понимают такое поведение, которое противоречит нормам и правилам общества, приносящее физический или моральный ущерб людям, или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Если ситуации, способствующие возникновению у подростков агрессивности как определенного психического состояния, повторяются с определенной частотой, то агрессивность переходит в черту личности, которая может влиять на ее характер, обуславливающий типичный для данной личности способ поведения в определенных жизненных условиях и обстоятельствах.

1.2. Особенности проявления агрессии в подростковом возрасте

Очень часто всплеск агрессии приходится на подростковый возраст, что связано с возрастными психологическими особенностями данного возраста. Важным моментом в подростковом возрасте является социальное взросление, в котором наиболее полно выражается зрелость личности. Этот процесс представляет собой вхождение подростка в социум, освоение им различных норм общества, и в дальнейшем, становление индивида как личности. Перестройка системы отношений составляет главное содержание «кризиса» переходного возраста. «Дети, – отмечал Л.С. Выготский, как бы выпадают из той системы педагогического воздействия, которая еще совсем недавно обеспечивала нормальный ход воспитания и обучения» [11].

Так, у детей подросткового возраста нередко снижается эффективность учебной деятельности, снижается успеваемость, исчезают прежние интересы, наблюдаются эмоциональные переживания, острые конфликты с окружающими – сверстниками, родителями и учителями. Поведение подростков характеризуется проявлениями негативизма и реакцией протеста [12].

Повышенная агрессивность и конфликтность подростка обусловлена многими факторами возрастного кризиса. Есть физиологическое обоснование агрессивных проявлений в подростковом возрасте. Прежде всего, это половое созревание, которое сопровождается асинхронностью различных систем организма, интенсивностью выработки гормонов. Внешние признаки общей нестабильности организма проявляются в виде частных и резких колебаний настроения, избыточной возбудимостью, сменяющейся апатичностью и раздражительностью подростка.

Кроме того, в подростковом возрасте интенсивно развиваются подкорковые структуры, что ведет к нестабильным эмоциональным реакциям, повышению чувствительности и нервозности [12].

Есть и психологические причины возникновения агрессивного поведения у подростков. Для понимания мотивов и причин проявления агрессии у подростков необходим анализ средовых диспозиций:

- первый компонент – микросреда (люди, которые окружают индивида и референтные группы);
- второй компонент – подчинение нормам общества, к которому человек причисляет себя;
- третий компонент – взаимодействие с обществом в целом – социальной макросредой.

В зависимости от условий и образа жизни человек отдает предпочтение какому-либо уровню средовых отношений.

Находясь на стадии становления собственного «Я», подросток неуверен в собственных достоинствах и ищет подтверждения их наличия со стороны окружающих. Негативные осуждения со стороны даже незначимых людей могут дестабилизировать и ослабить формирующуюся самооценку. Особенно сильны влияния, которые произносятся в присутствии значимой для подростка группы.

Негативные суждения на свой счет обычно вызывают резкую агрессивную реакцию у подростка, стремящегося таким образом защитить и отстоять то, что удалось ему обрести в сложном процессе формирования собственного «Я» [30].

Кроме того, в этом возрасте, сравнивая себя с другими и самим собой в предыдущие периоды развития, подросток часто ощущает собственную недостаточную привлекательность, несостоятельность. Характерными для подростка становятся проявления негативизма в виде упорного противостояния попыткам воздействия на него извне, а также межличностные конфликты, которые представляют собой отражение внутриличностного конфликта.

Важнейшим фактором формирования агрессивного поведения подростков является их девиантные сверстники, ведь вхождение в состав

такой группы облегчает совершение агрессивных действий, если подросток к ним внутренне готов и обеспечивает психологическую поддержку и поощрение индивида за участие в таких действиях. Так как при групповых проявлениях агрессии происходит разделение ответственности на всех участников данного действия [16].

Кроме того, различные виды зависимостей у детей подросткового возраста также способствуют возникновению агрессии, и как следствие, возникают признаки поведенческой дезадаптации, а именно:

- нарушение взаимодействия со сверстниками в виде отказа от общения, агрессивного немотивированного поведения;
- нарушения взаимодействия с взрослым и учителем в виде игнорирования просьб, избегание контакта с взрослым, агрессивная реакция на замечания и просьбы взрослого.

Многие исследователи связывают проявления агрессивного поведения подростков с изменениями в эмоциональной сфере. С одной стороны, дети подросткового возраста становятся эмоционально неустойчивыми, ранимыми, а с другой стороны, они должны в относительно короткий срок научиться поддерживать гармоничные отношения с окружающими. При таких обстоятельствах легко фиксируются и закрепляются неадекватные или даже патологические формы поведения.

Так, Х. Ремшмидт отмечает, что индивидуальная изменчивость эмоционального состояния в подростковом возрасте ярко выражена и выделяет три типа реагирования [29].

1. Эмоциональная неустойчивость. В эмоциональной сфере ещё сохраняется неуверенность относительно выбора форм поведения. Новые чувства уже возникли, но еще не обрели адекватных способов выражения или точек приложения. Мотивационная ситуация характеризуется, с одной стороны, стремлением к самостоятельности и самоуважению, а с другой – столкновением с регламентацией и ожиданиями окружающих. Это противоречие может привести к конфликту.

2. Нападение или отступление. Первое связано с агрессивным поведением. У отступления также может быть оппозиционный характер, когда возникает стремление не иметь больше ничего общего с миром взрослых. Однако встречается и разочарованный уход в себя, вызванный чувством непринятия окружающими.

3. Идеализм. Для подросткового возраста характерно отсутствие гибкости, и как следствие, жесткие установки идеальных представлений. Идеализм часто приводит к так называемому конфликту поколений.

Дефекты эмоциональной сферы очень существенны для подросткового возраста, потому что механизм эмоций необходим для регуляции его поведения и деятельности. Чем лучше этот механизм функционирует, тем устойчивее психическая деятельность подростка и гармоничнее его поведение.

Следующий психологический фактор, обуславливающий конфликтность подростка, связан с потребностью в самоидентичности [14].

Перебирая различные роли и инициативные действия, подросток осуществляет апробирование взрослых ролей, выражающихся во властных, авторитарных действиях, связанных с самоутверждением. Из множества вариантов ролей подросток вынужден сделать выбор того варианта, который бы соответствовал его индивидуальным особенностям, нормам общества и требованиям группы.

Осознавая себя уже не ребенком, подросток стремится к отождествлению себя с взрослым, претендует на включенность в социальные группы на правах зрелого человека, равноправного взрослым. Данное стремление, как правило, не находит поддержки в обществе, где подростка воспринимают еще как ребенка. Будучи не включенным во взрослую жизнь объективно, подросток стремится к ней, подражая взрослым внешним обликом, манерами и другими формами самовыражения. Такие формы поведения подростка часто находят непонимание и критику со стороны взрослых, что болезненно переживается подростком [5].

Отстаивание своей независимости от родителей чаще всего происходит через несколько этапов:

- конфликт между потребностью в родительской опеке и стремлением к самостоятельности. С одной стороны, на этой стадии подросток сопротивляется проявлениям родительской заботы и ласки, с другой – все еще ждет, что о нем позаботятся;
- установка на независимость самостоятельность.

По мнению Т.В. Драгуновой, расхождение в оценке степени взрослости подростка выступает в качестве противоречия, способного породить конфликт. Автор выделяет особенности поведения подросткового возраста в различных вариантах развития конфликта [15].

Первый вариант характеризуется постепенным противоречием и развитием конфликта, имеющего тенденцию быть обширным, длительным. Стремление взрослого сохранить прежний стиль отношений вызывает сопротивление со стороны подростка в виде различных форм протеста и негативизма. В результате сохранения такой ситуации изменение прежних отношений может затянуться на длительный период и иметь форму хронического конфликта.

Второй вариант возникает тогда, когда провоцирующее конфликт противоречие существует, но проявляется эпизодически, будучи замаскировано специфическим поведением взрослого. Под давлением подростка, но вопреки собственным взглядам, он начинает разрешать то, что не разрешал раньше. Каждую попытку манипуляции взрослым подросток использует как средство для достижения своей цели.

Третий вариант возникает в случаях, когда взрослый со временем видит в подростке не ребенка, а более взрослого и, соответственно, меняет свое отношение к нему. Как следствие, трудности в общении и конфликты уменьшаются.

По мнению Т.В. Драгуновой [15] и Д.Б. Эльконина [38], усиливающиеся социальные притязания подростка, его потребность в

признании окружающими и самоутверждении часто не находят поддержки со стороны взрослых, но находят понимание среди сверстников, имеющих аналогичные притязания. В связи с этим, большое значение для подростков приобретает общение со сверстниками, которое является ведущим видом деятельности и позволяет им компенсировать неоправданные ожидания в общении с взрослыми.

В поиске путей решения собственных проблем подросток обретает множество связей с различными людьми, намеренно или не преднамеренно входит в различные группы, формальные и неформальные. В подростковом возрасте есть острая потребность в признании собственной уникальности при одновременном сохранении психологической зависимости от сверстников. Подросток совмещает в себе позиции «особенного человека» и «человека из группы» как положительный и отрицательный компоненты в системе взаимодействия. Конфликтные ситуации между подростками часто способствуют возникновению агрессивного поведения.

Итак, подводя итог многих исследований и точек зрения, можно резюмировать, что проявления агрессии у подростков имеют физиологические и психологические причины. К физиологическим причинам относятся: половое созревание, выработка гормонов, интенсивное развитие подкорковых структур и асинхронностью функционирования различных систем организма подростка.

Также у проявлений агрессивности подростков есть и психологические обоснования: низкая самооценка, стремление к самоутверждению, внутриличностные конфликты подростка, непринятие группой сверстников, стремление к сепарации от родителей, наличие авторитетных друзей с девиантными формами поведения и любые виды зависимостей у подростка. Подводя итог, следует отметить, что у агрессивного поведения есть негативная и позитивная стороны. Поскольку, агрессия – это не только разрушительная сила, но ещё и очень мощная энергия, позволяющая

подростку проявить волевые качества, такие как: настойчивость, решительность, целеустремлённость, инициативность и смелость.

Таким образом, агрессию можно рассматривать как биологически целесообразную форму поведения, которая способствует выживанию и адаптации. С другой стороны, агрессия расценивается как поведение, противоречащее позитивной сущности людей, поскольку наносит вред объектам нападения, приносит физический ущерб людям или вызывает психологический дискомфорт.

1.3. Влияние стиля семейного воспитания на возникновение агрессии у детей подросткового возраста

Семья окружает ребенка с самого рождения, поэтому оказывает значительное влияние на формирование личности ребенка и подростка. Многие авторы определяют понятие семья как место первичной социализации подростка, именно стиль семейного воспитания является одним из важных аспектов развития социально-активного подростка и его становления, как личности [19]. Как известно, семья играет особую роль в формировании личности и от взаимоотношений подростка с близкими взрослыми зависит и его эмоциональное благополучие в данный момент, и психологическое состояние в дальнейшем. Семья начинает процесс усвоения ребенком социальных норм и культурных ценностей.

Семья является важнейшим средством формирования личности, важнейшим образовательным учреждением, ответственным не только за социальное воспроизводство населения, но и за восстановление определенного образа жизни.

С понятие семья связан термин «родительские отношения», которое становится для подростка образцом включения в социальные взаимодействия.

Специалист по семейной психологии А.Я. Варга говорит о том, что «родительское отношение – это система разнообразных чувств родителей и детей по отношению друг к другу, особенностей восприятия, понимания характера личности и поступков друг друга» [10].

Раскрывая специфику детско-родительских отношений, Е.О. Смирнова [32] считает, что они характеризуются эмоциональной значимостью, амбивалентностью и изменяется по мере взросления ребенка.

Многие работы, посвященные взаимоотношениям родителей и детей, основываются на типологии стилей семейного воспитания Д. Баумринда [27]. Эта типология стилей семейного воспитания по существу описывает три основных стиля.

1. Авторитарный стиль – это, когда все решения принимаются родителями, ограничивают независимость ребенка, не считают необходимым каким-либо образом обосновывать их требования и сопровождают их строгим контролем, строгими запретами и физическими наказаниями. При таком образовании у детей формируется только механизм внешнего контроля, основанный на чувстве вины или страха наказания, и как только угроза наказания исчезает извне, поведение может стать неуправляемым. При таком типе семейного воспитания отношения исключают эмоциональную близость с детьми.

2. Демократический стиль – это, когда родители поощряют личную ответственность и самостоятельность своих детей в зависимости от их возрастных способностей. Родители требуют от детей осмысленного поведения и стараются помочь им, чутко реагируя на их просьбы. Дети участвуют в обсуждении семейных проблем, участвуют в процессе принятия решений, выслушивают и обсуждают мнения и советы родителей. Родители требуют от детей осмысленного поведения и стараются помочь им, чутко реагируя на их просьбы. В то же время родители проявляют твердость, заботу о справедливости и постоянную дисциплину.

3. Попустительский стиль – это, когда родители характеризуются неумением, неспособностью или нежеланием руководить детьми. При таком воспитании ребенок практически не знает запретов и ограничений, которые существуют в семье. Также ребенок не выполняет указания родителей.

Стили воспитания могут создаваться под влиянием факторов субъективности и объективности, могут быть связаны с генетическими особенностями ребенка.

Исследователи Е.И. Артамонова, Е.В. Екжанова и Е.В. Зырянова [31] приводят следующее описание стилей семейного воспитания.

1. Демократический стиль воспитания. При таком стиле семейного воспитания эмоциональная близость к ребенку проявляется в принятии, теплоте и любви. Требования к ребенку справедливы, с обоснованием запретов. Контроль основан на заботе. Модель общения с ребенком ориентирована на личность. Тип личностного развития ребенка оптимальный.

2. Авторитарный стиль воспитания. При таком стиле семейного воспитания родители предъявляют строгие требования к ребенку, без объяснения причин. Контроль является жестким и некорректным. Модель общения с ребенком – дисциплинарная, где присутствует постоянная угроза. Тип личностного развития ребенка с авторитарным стилем семейного воспитания: пассивность, отсутствие инициативы, зависимость, низкая самооценка, агрессивный ребенок становится тираном, подобно родителю, лицемером.

3. Либеральный стиль воспитания. В такой семье ребенок получает полную свободу действий, нет никаких рамок и ограничений. Родители стараются больше отдавать, чем требовать. В такой ситуации от ребенка не ждут самостоятельности и взрослого поведения, что со временем повлияет на самого ребенка: неуверенность в себе, неспособность противостоять трудностям.

4. Индифферентный стиль воспитания. Такой стиль семейного воспитания подразумевает отсутствие требований, реакций на потребности ребенка. Родители стараются удовлетворить все потребности ребенка, но не интересуются его жизнью. Через некоторое время, ребенок становится замкнутым, зачастую агрессивным.

Согласно Д. Боулби и М. Эйнсворт, важнейшими параметрами родительского отношения являются нежность, надежность, чувственность, забота, последовательность. Детско-родительские отношения включают в себя две тенденции: стремление к риску, познанию; стремление к защите и безопасности [1].

Первая побуждает ребенка к отделению от родителей и стремлению во внешний мир, вторая возвращает его обратно в семью. Способность родителей правильно продвигать эти тенденции определяет полезность родительского отношения для развития ребенка.

Трудно переоценить роль семьи в развитии личности ребенка и подростка. Недостатки семейного воспитания, особенно в раннем детстве, проявляются в более поздние возрастные периоды. Так, в частности, нарушения общения с близкими взрослыми, необходимого в раннем детстве, даже при достаточном развитии других форм взаимодействия могут приводить в дальнейшем к непониманию партнера по общению, деформировать образ другого человека, вызывать агрессию [37].

Исследователи выделяют факторы семейного воспитания, которые влекут за собой дезадаптацию детей и подростков, появляющейся в результате появления психологических новообразований, создающих предпосылки для деформации личности [23]. Разумеется, данные факторы присутствуют только в крайне неблагоприятных семьях, поэтому заслуживают особого внимания.

Наиболее важный фактор, влияющий на дезадаптацию, является, конечно, психологический климат в семье, доминирующий тип воспитания [39]. Основной стиль общения в семье, ее мировоззрение и идеалы являются

для подростка ориентирами, формирующими его будущие стремления, и часто становятся образцом для взрослого человека.

Каждая ошибка, допущенная родителем, оказывает отрицательное влияние на подростка. А для их нейтрализации требуется много усилий, и то, полное их устранение, как правило, не удастся. Поэтому, необходимо уметь предупреждать ошибки. Для предубеждения трудновоспитуемых детей проводится профилактически-коррекционная работа с родителями неблагополучных семей [34].

Деадаптированные дети подросткового возраста часто трактуются такими терминами, как трудный, трудновоспитуемый, труднообучаемый, девиантный, криминальный, безнадзорный.

Система семейных отношений отражается на подростках и определяет их эмоциональное благополучие. Родители очень важны для развития личностных качеств подростка. Родитель в семье дает определенный образец поведения, является источником уверенности и авторитета.

Подросток приобретает в семье способность к сотрудничеству, уверенности в том, что он окружен любовью, заботой и вниманием. Все это создает прочную основу для его социального развития [7].

Если родитель внутренне принимает ребенка, а отношения в семье есть от самого начала здоровыми, то ценность ребенка для родителей выступает не как ее заслуга, а как нечто само собой разумеющееся. Родителям мало того, что это – его ребенок. Он принимает его таким, какой он есть, несмотря на его умственные или физические данные. Судя по всему, секрет формирования здоровой личности заключается в доброжелательном отношении к ребенку, готовности принять ее такой, какая она есть, но в то же время и в умении установить при этом определенные пределы [21].

Желание опекать и заботиться о своем ребенке вполне нормально, но иногда оно приобретает гипертрофированные и нездоровые формы, парализуя активность подростка и лишая ее свободы. Данный тип воспитания является гиперопекой. В условиях гиперопеки у подростка

формируется постоянное, навязчивое чувство тревоги, не свойственное его возрасту. Как следствие – возникают противоречивые тенденции в характере, несамостоятельность, инфантилизм, неадекватная самооценка, агрессия, невозможность конструктивно и самостоятельно преодолевать трудности [33].

Есть противоположный гиперопекающему тип воспитания – гипопека, когда ребёнок предоставлен сам себе, а родители крайне редко контролируют его. В таких случаях, родители обычно говорят окружающим, что у них очень самостоятельный ребёнок.

Чрезмерная строгость в общении с детьми и подростками также не редко встречается. Родители в таких семьях склонны многое запрещать детям и принимать к ним большое количество санкций. Такая деструктивная воспитательная стратегия родителей вызывает у подростков протестные реакции и агрессивные проявления в поведении, при этом они остаются инфантильными и не самостоятельными [6]. Можно сделать вывод, что, постоянно контролируя детей, их родители формируют у них выученную беспомощность, когда дети боятся сделать что-то сами, без помощи родителей и живут с постоянным чувством тревоги и раздражения.

Существует и неустойчивый стиль воспитания, когда родители, в зависимости от настроения, относятся к подростку то с чрезмерной заботой, то излишне строго. Данный тип воспитания также губителен, потому что подростку приспособиться к поведению таких родителей невозможно, т.к. они всегда непредсказуемы. Часто такой тип воспитания приводит к эмоциональной неустойчивости у подростков и повышенной агрессивности.

Доктор психологических наук М.И. Лисина проследила развитие самосознания и личности детей в зависимости от особенностей семейного воспитания. Дети с положительными представлениями о себе воспитываются в семьях, где родители уделяют им достаточно много времени; положительно оценивают их физические и умственные данные, но не считают уровень их

развития выше, чем в большинстве сверстников, прогнозируют хорошую успеваемость в школе [22].

Дети и подростки с отрицательным представлением о себе растут в семьях, с которыми мало общаются, но требуют послушания; низко оценивают их способности, часто упрекают, наказывают, иногда – при посторонних, что является очень болезненным для ребенка. Родители не ожидают от них успехов в школе и значительных достижений в дальнейшей жизни. Они не уверены в силах своего ребёнка. Дети чувствуют это и принимают как должное, это становится установкой их дальнейшей жизни. Что является препятствием в общении с окружающими людьми и в постановке и достижении любых целей, часто вызывая тревогу или агрессию.

Некоторые исследования особенностей личностного развития детей с разными типами семейного воспитания показали, что в семьях со средним и высоким уровнем благополучия семейных отношений с однотипным воспитанием у детей крайне редко наблюдается агрессия, фрустрация, трудности в общении, и эти проявления не носят устойчивый характер [24].

Исследование взаимосвязи между практикой семейного руководства и агрессивным поведением у детей сфокусировано на характере и строгости наказаний, а также на контроле родителей за поведением детей. В целом было выявлено, что жестокие наказания связаны с относительно высоким уровнем агрессивности детей, а недостаточный контроль и надзор за детьми коррелирует с высоким уровнем ассоциативности, часто сопровождающимся агрессивным поведением [35].

Итак, подводя итоги всех исследований, можно сказать, что одним из важнейших факторов возникновения и проявления агрессивности у детей подросткового возраста является семья. В детско-родительских отношениях подросток проходит первичную социализацию, воспринимает нормы поведения. В зависимости от отношений, сложившихся между членами семьи, отношения родителей с ребенком и стиля воспитания, того или иного

стиля поведения, формируются те или иные характерологические особенности.

Выделяется три основных стиля воспитания: демократический, авторитарный и попустительский. Каждый стиль воспитания по-разному влияет на поведение детей подросткового возраста.

Выводы по главе 1

Таким образом, в результате анализа научной литературы по проблеме детско-родительских отношений и агрессивности детей подросткового возраста, мы пришли к следующим выводам.

Понятие «агрессия» и «агрессивное поведение» имеют различия между собой. В первом случае понимают как черту личности, а во втором – действие, которое направленно на причинение вреда другому человеку. Агрессивность в подростковом возрасте переходит в черту личности, которая влияет на его характер.

Подростковый возраст – это значимый период в формировании личности. В этом возрасте у подростков интенсивно развивается восприятие себя, включающее специфические для подростков потребности, мотивы, приоритеты, отношения и, соответствующие этим образованиям, формы поведения.

Агрессивное поведение в подростковом возрасте обуславливается физиологически и психологическими причинами. В этот период происходит интенсивное изменение всех сторон развития, которые подвергаются перестройке, возникновению и формированию новых форм поведения. Для детей подросткового возраста становится характерным проявления негативизма в виде упорного противостояния попыткам воздействия на него извне, а также межличностные конфликты, которые представляют собой отражение внутриличностного конфликта.

Особое значение для развития личности подросткового возраста имеет семья. Особенности детско-родительских отношений, несомненно, влияют на возникновение агрессии у подростков. Определенный доминирующий стиль воспитания и психологический климат в семье, являются факторами для того, чтобы у детей подросткового возраста образовалось агрессивное поведение. Система семейных отношений отражается на подростках и определяет их эмоциональное благополучие.

Авторы выделяют три основных стиля семейного воспитания: авторитарный, демократически и попустительский. Каждый стиль семейного воспитания по-разному влияют на личность подростка. При высоком уровне благополучия в семейных отношениях эмоциональное напряжение, агрессивность и негативность крайне редки у подростков. При среднем уровне семейного благополучия эти показатели в подростковом возрасте увеличиваются и становятся более стабильными. При низком уровне благополучия семейных отношений проявления эмоционального напряжения, агрессии и негатива у подростков сильно выражены и носят устойчивый характер.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ СТИЛЯ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ И АГРЕССИВНОСТИ ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

2.1. Организация и методы исследования

С целью выяснения взаимосвязи между стилем семейного воспитания и уровнем агрессии в подростковом возрасте проводилось исследование на базе одного из муниципальных автономных общеобразовательных учреждений г. Красноярска «Х».

В исследовании приняли участие 22 обучающихся в возрасте 14–15 лет и 22 родителя. Все респонденты, участвующие в исследовании, были обследованы по результатам методики.

Исследование проводилось в несколько этапов:

- подготовительный этап исследования, заключающийся в проведении анализа психолого-педагогической литературы, подбор методов и методик, базы исследования;
- основной этап исследования, в котором проводилось исследование уровня агрессии подростков и преобладающий стиль семейного воспитания, исследование взаимосвязи стиля семейного воспитания и агрессии подростков;
- заключительный этап исследования, который заключается в обработке, анализе и интерпретации полученных результатов.

Для проведения исследования были подобраны следующие методики.

1. Опросник исследования уровня агрессивности А. Басса, А. Дарки (Приложение А).

Методика исследования уровня агрессивности Басса-Дарки предназначена для изучения различных форм агрессивных и враждебных реакций. В основе опросника Басса-Дарки лежит понимание агрессии как особого ответа – атаки, содержащего стимулы, которые могут навредить другому существу.

Авторы методики А. Басс и А. Дарки выделяют 5 видов агрессии:

- физическая агрессия;
- косвенная агрессия;
- раздражение;
- негативизм;
- вербальная агрессия.

Также авторы выделили два вида враждебности: негодование и подозрение.

Создавая опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие реакции:

- физическая агрессия – использование физической силы против другого лица;
- косвенная агрессия – действие, направленное окольным путем на другое лицо (клевета, злобные шутки);
- раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении;
- негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов;
- обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия;
- подозрительность – недоверие и осторожность по отношению к людям;
- вербальная агрессия – выражение негативных чувств через форму, так и через содержание словесных ответов;
- чувство вины – убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущает угрызение совести.

Методика состоит из 75 утверждений, каждое из которых относится к одному из восьми индексов форм агрессивных и враждебных реакций. По

числу совпадений ответов с ключом подсчитываются индексы различных форм агрессивности и враждебных реакций, а также общий индекс агрессивности и враждебности.

Физическая агрессия, косвенная агрессия, раздражение и вербальная агрессия вместе составляют суммарный индекс агрессивности, а обида и подозрительность – индекс враждебности.

2. Опросник «Анализ семейных взаимоотношений» В.В. Юстицкис, Э.Г. Эйдемиллер (Приложение Б).

Опросник для родителей «Анализ семейных взаимоотношений» предназначен для изучения влияния родителей в воспитании ребенка или подростка и поиска ошибок в родительском воспитании. Методика позволяет диагностировать нежелательное, некорректное влияние членов семьи друг на друга, нарушения при выполнении ролей в семье и помехи для ее целостности.

Методика включает 130 утверждений, касающихся воспитания детей. Всего методика содержит 20 шкал. Первые 11 шкал отражают основные стили семейного воспитания:

- гиперпротекция (шкала Г+);
- гипопротекция (шкала Г-);
- потворствование (шкала У+);
- игнорирование потребностей ребенка (шкала У-);
- чрезмерность требований (шкала Т+);
- недостаточность обязанностей подростка (шкала Т-);
- чрезмерность требований-запретов (шкала З+);
- недостаточность требований-запретов (шкала З-);
- чрезмерность санкций (шкала С+);
- минимальность санкций (шкала С-);
- неустойчивость стиля воспитания (шкала Н).

Процедура опроса и обработки результатов выглядит следующим образом.

Прежде чем родитель начнет заполнять анкету, необходимо создать атмосферу доверительного психологического контакта между ним и лицом, проводящим исследование. Родители должны быть заинтересованы в правдивости своих ответов.

Родители получают текст опросника и форму регистрации ответа. Психолог читает инструкции в начале опросника. Как только заполнение начато, инструкции или объяснения не допускаются.

В форме регистрации ответов, номера ответов для шкалы указаны в одной строке (исключение составляет 6 шкал, подчеркнутых в форме регистрации). Это позволяет быстро рассчитать баллы по каждой шкале, суммируя положительные ответы. За каждый положительный ответ присуждается 1 балл. Сокращенное название шкалы и диагностическое значение указаны справа в форме регистрации ответа. Если количество баллов достигает или превышает диагностическое значение, у обследуемого родителя диагностируется тот или иной стиль воспитания.

Выбор данных методик обусловлен тем, что они относятся к числу наиболее известных и давно применяемых в экспериментальной и прикладной психологии методов оценки изучаемых качеств. Методики обладают валидностью, а также надежностью отражения изучаемых признаков. Статистическая обработка результатов проводилась с использованием метода коэффициента корреляции Спирмена

Далее мы обратимся к анализу полученных результатов и их психологической интерпретации.

2.2. Результаты эмпирического исследования уровня агрессии в подростковом возрасте и стилей семейного воспитания

В исследовании приняли участие 22 обучающихся подросткового возраста. Для определения уровня агрессии в подростковом возрасте использовался опросник А. Басса и А. Дарки.

Результаты диагностики уровня проявления различных видов реакций представлены на рисунке 1.

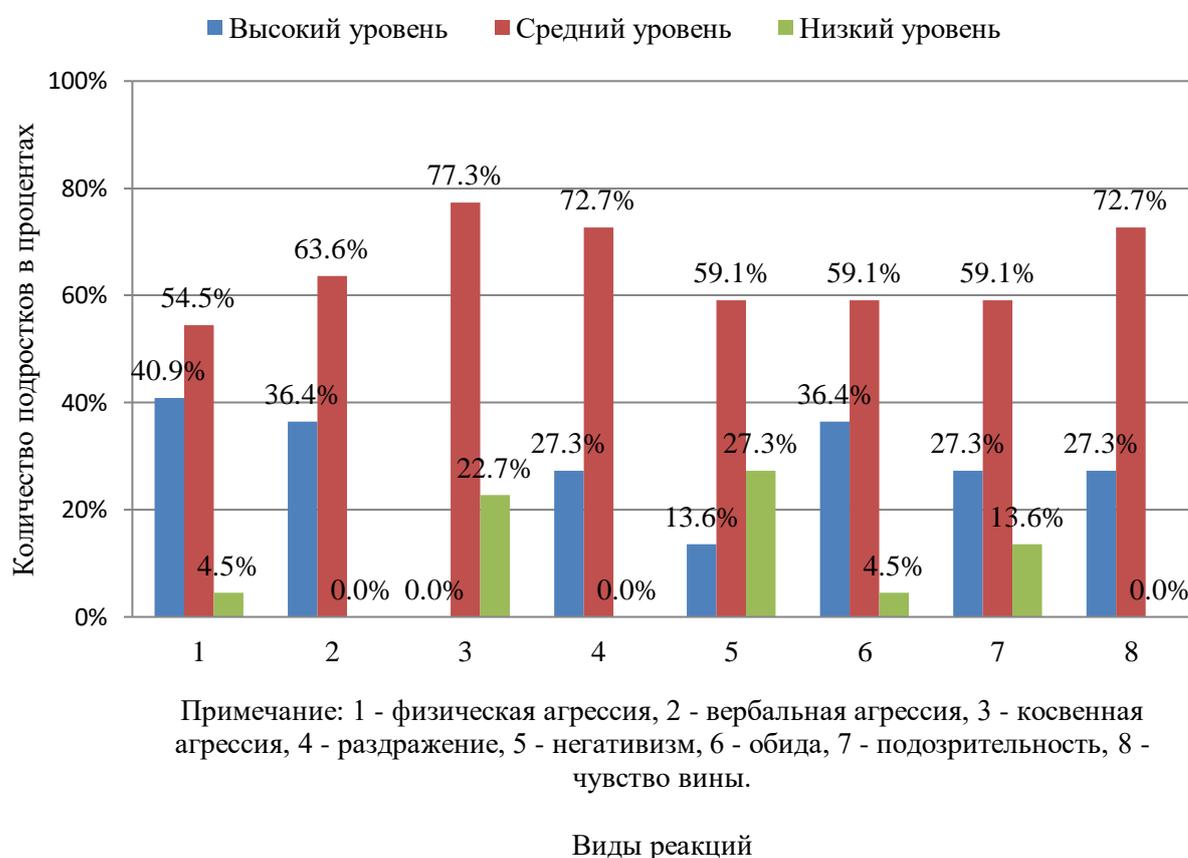


Рисунок 1. Распределение по видам реакций детей подросткового возраста

Согласно данным, представленным на рисунке 1, мы видим, что средний уровень косвенной агрессии имеют 77,3% подростков. Для них проявления данной формы агрессивной реакции зависит от ситуации: в одних ситуациях они могут проявлять высокий уровень косвенной агрессии,

а в других такие проявления могут быть минимальны или отсутствовать вообще. Низкий уровень косвенной агрессии имеют 22,7% подростков. Для них не характерно проявления агрессии, которое направленно на других окольными путями.

Высокий уровень физической агрессии имеют 40,9%. Это говорит о том, что подростки склонны прибегать к физическим нападениям, к таким как толчки, щипания. Средний уровень физической агрессии выявлен у 54,5%. Это значит, что подростки прибегают к физическим выражениям враждебности.

По шкале «вербальная агрессия» 63,6% подростков имеют средний уровень выраженности данной реакции. Это говорит о том, что негативные чувства и агрессия проявляются в их речи умеренно и, вероятно, такие проявления носят ситуативный, а не закономерный характер. Высокий уровень имеют 36%, что означает для них характерно выражение негативных чувств через ссоры, крики, так и через содержание словесных ответов – упреки, угрозы, проклятья, ругань, насмешки.

По шкале «раздражение» средний уровень имеют 72,7% подростков. Для них присуща умеренно выраженная готовность к проявлению вспыльчивости, резкости, грубости в поведении. Высокий уровень имеют 27,3%, это говорит о том, что при малейшем возбуждении подростки проявляют резкость и грубость.

По шкале «обида» анализ показывает, что средний уровень имеют 59,1%, это значит, что подростки склонны к зависти и ненависти. Высокий уровень имеют 36,4% испытуемых. Для них не характерно проявления зависти и ненависти к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания. Низкий уровень – 4,5% говорит о том, что для них не характерно проявления ненависти к окружающим людям.

Большинство подростков имеют средний уровень выраженности по шкале «подозрительность» – 59,1%. Это свидетельствует о том, что для этих

подростков характерно умеренное проявление недоверия и осторожности по отношению к окружающим людям. Высокий уровень имеют 27,3% испытуемых, это значит, что они очень недоверчивы и осторожны по отношению к другим людям, так как убеждены в том, что окружающие намерены причинить вред им. Низкий уровень присутствует у 13,6%, данной группе подростков характерно проявление доверия к окружающим, открытость.

Таким образом, в наибольшей степени в группе детей подросткового возраста по всем видам агрессии и враждебности отмечается средний уровень выраженности данных проявлений. Это говорит о том, что подростки склонны демонстрировать различные виды агрессии, такие как ссора, крик, злобные шутки, использование физической силы против другого лица, проявление негативных чувств, но все это выражается не в очень грубой форме с присутствием извинений.

Результаты исследования индекса агрессивности и индекса враждебности представлены на рисунке 2.

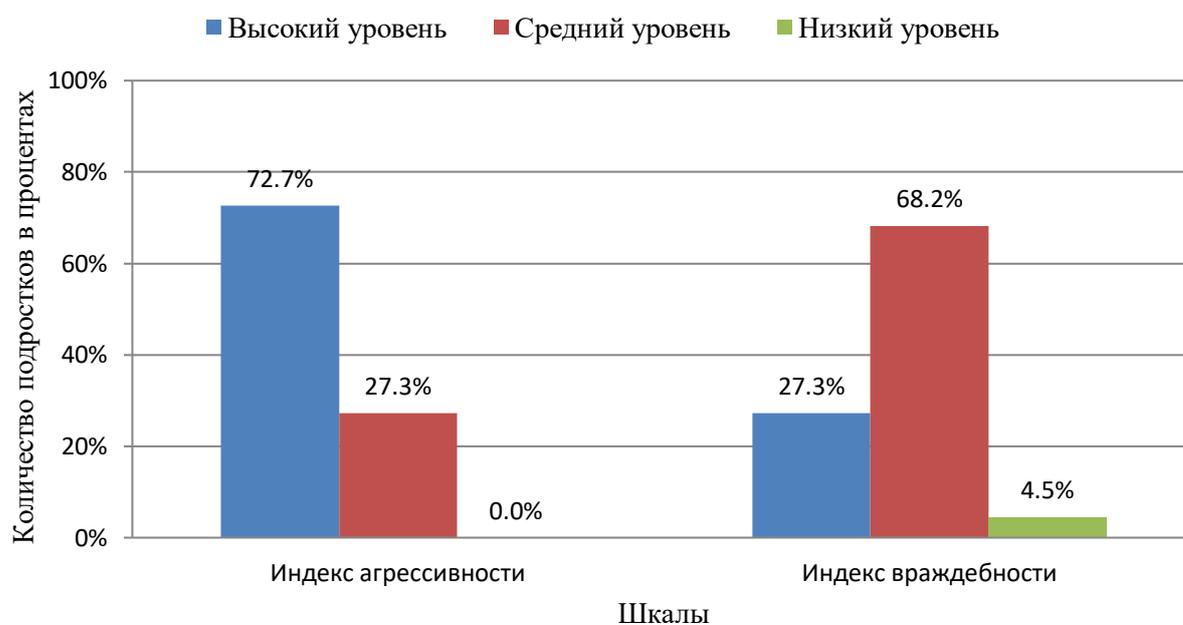


Рисунок 2. Уровень индекса агрессивности и враждебности в подростковом возрасте

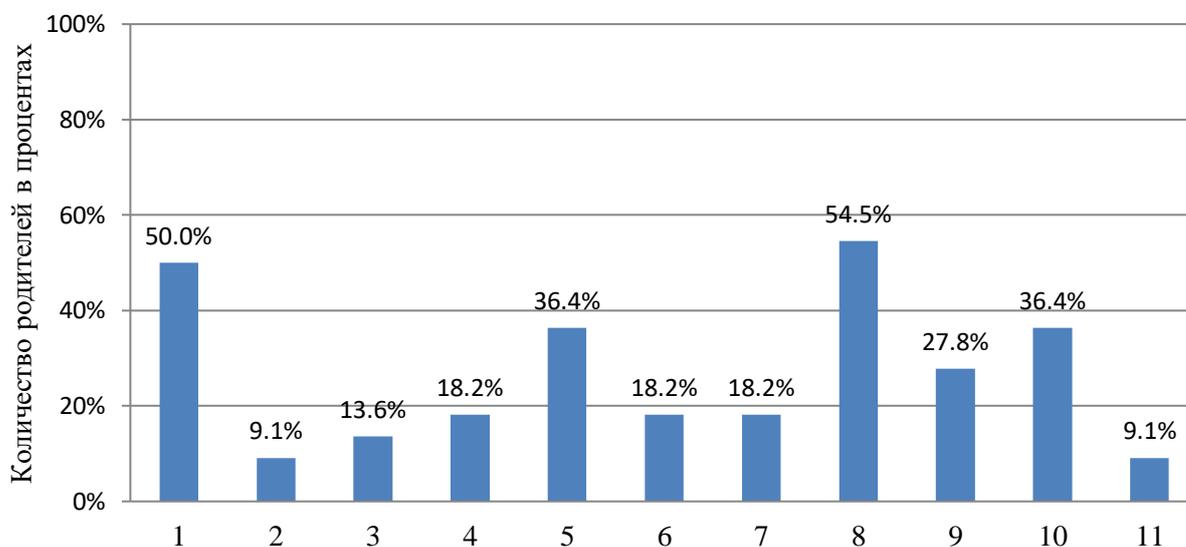
Анализ данных на рисунке 2 показывает, что высокий уровень индекса агрессивности имеют 73% подростков. Это свидетельствует о том, что большинство детей подросткового возраста выражают свою агрессию открыто, используя физическую силу против другого лица и выражая негативные чувства. Средний уровень имеют 27,3%, что означает умеренный характер проявления агрессивного поведения. Низкий уровень выявлен у 0% подростков, что означает стремление подростков к социально-приемлемой форме поведения в обществе. Подростки, имеющие низкий уровень характеризуются как уступчивые и конформные, которым не хватает напористости в достижении целей.

По индексу враждебности высокий уровень выраженности имеют 27,3%. Для них характерно проявление негативных чувств и критичность в социальных контактах, недоверие по отношению к окружающим. Средний уровень имеют 68,2% подростков, это значит, что для них характерна умеренная выраженность негативных чувств и негативных оценок окружающих людей и происходящих событий. Низкий уровень враждебности имеют 4,5%. Это говорит о том, что подростки приветливы по отношению к окружающим людям, не проявляют враждебные формы и проявляют приветливость в общении.

Таким образом, мы видим, что в подростковом возрасте большинство детей имеют средний уровень выраженности различных видов агрессии. При анализе уровня агрессии и враждебности мы выявили, что большая часть подростков имеют тенденцию использовать активные внешние реакции агрессии по отношению к другим людям, физическая и вербальная агрессия появляются чаще других реакций. Также, для большинства подростков характерна умеренная недоверчивая позиция по отношению к окружающим, они проявляют опасливо-осторожное отношение к другим людям.

Далее мы рассмотрим результаты, полученные по методике «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис, который проходили родители подростков.

Результаты диагностики стилей семейного воспитания представлены на рисунке 3.



Примечание: 1 - гиперпротекция, 2 - гипопротекция, 3 - потворствование, 4 - игнорирование, 5 - чрезмерность требований, 6 - недостаточность обязанностей, 7 - чрезмерность требований-запретов, 8 - недостаточность требований-запретов, 9 - чрезмерность санкций, 10 - минимальность санкций, 11 - неустойчивость стиля воспитания.

Стили семейного воспитания

Рисунок 3. Преобладающие стили семейного воспитания в семьях, воспитывающих детей подросткового возраста

Исходя из данных, представленных на рисунке 3, мы видим, что у большинства родителей выражена шкала «недостаточность требований-запретов к ребенку» – 54,5%, что является наибольшим показателем среди остальных шкал. Это говорит о том, что родители не устанавливают каких-либо рамок запретов в поведении своего ребенка, в этом случае, подросток находится в системе отношений, где ему «все можно».

Для 50% родителей характерна гиперпротекция, при таком типе воспитания родители уделяют ребенку крайне много времени, сил и внимания. Равное количество процентов набрали шкалы «чрезмерность требований» и «минимальность санкции» – 36,4%. Данные показатели

говорят о том, что родители демонстрируют высокие требования к подростку и предпочитают обходиться вовсе без наказаний, или применяют их крайне редко к подростку.

Чрезмерность санкций характерна для 27,8% родителей. Это говорит о том, что они склонны к строгим наказаниям, чрезмерным реакциям даже на незначительные нарушения. Типичные высказывания этих родителей отражают их убеждения в полезности для детей максимальной строгости.

Игнорирование потребностей ребенка присуще 18,2% родителям. Данный стиль воспитания характеризуется недостаточным стремлением родителей к удовлетворению потребностей ребенка. Недостаточность обязанностей характерна для 18,2% родителей. В этом случае, родители возлагают на ребенка минимальное количество обязанностей в семье. Чрезмерность требований-запретов выявлена у 18,2%. При таком стиле воспитания родители придерживаются такой позиции, что ребенку «все нельзя». Ребенку предъявляется огромное количество требований.

Стиль воспитания как поворствование имеют 13,6% семей. Для таких семей характерно максимальное удовлетворение всех потребностей ребенка.

Неустойчивость стиля воспитания имеют 9,1% семей. Это говорит о том, что родители постоянно меняют стиль воспитания и приемы воспитания. Гипопротекция имеется у 9% родителей. Это значит, что при таком стиле воспитания подросток находится на периферии внимания родителя, до него «не доходят руки», родителю не до него.

Исходя из представленного анализа, мы видим, что большинство семей используют такой стиль семейного воспитания как недостаточность требований-запретов к ребенку и гиперпротекция.

2.3. Результаты исследования взаимосвязи стиля семейного воспитания и агрессии подростков

Для выявления взаимосвязи между стилем семейного воспитания и уровнем агрессии в подростковом возрасте мы провели статистическую обработку данных с помощью коэффициента корреляции Спирмена.

Так как выборка была небольшого размера, мы рассматривали показатели корреляции средней связи.

В таблице 1 представлены результаты статистической обработки данных с помощью коэффициента корреляции Спирмена.

Таблица 1

Результаты статистической обработки параметров агрессии с параметрами стилей семейного воспитания с помощью коэффициента корреляции Спирмена

Стили семейного воспитания Виды агрессии	Гипопротекция	Чрезмерность требований	Минимальность санкций
Физическая агрессия	–	$r=0,392$	$r=0,326$
Косвенная агрессия	–	$r=0,391$	–
Вербальная агрессия	$r=0,381$	–	–
Индекс агрессивности	–	$r=0,357$	–

Согласно данным представленным в таблице 1, мы видим, что выявлена положительная взаимосвязь физической агрессии и чрезмерность требований ($r = 0,392$), физическая агрессия и минимальность санкций ($r = 0,326$). Это говорит о том, что уровень физической агрессии выше у

подростков, если родители демонстрируют завышенные требования к подростку, которые не соответствуют его возможностям. Также, если родители предпочитают обходиться в воспитании подростка без наказаний, то и уровень физической агрессии будет расти.

Установлена положительная связь между косвенной агрессией и чрезмерностью требований ($r = 0,391$), что свидетельствует о возрастании уровня косвенной агрессии при повышении моральной ответственности к подростку.

Положительная взаимосвязь вербальной агрессии и гипопротекции ($r = 0,381$) говорят о следующем, что вербальная агрессия через ссоры, крики более выражена у подростков, чьи родители проявляют недостаточное внимание и заботу к своему ребенку.

Положительная взаимосвязь индекса агрессивности и чрезмерности требований-обязанностей ($r = 0,357$) означает, что более высокий уровень агрессии характеризует подростков, родители которых проявляют высокие требования к ребенку, не соответствующие его способностям.

2.4. Психолого-педагогические рекомендации по снижению уровня агрессии в подростковом возрасте в системе родительских отношений

Мы провели исследование по изучению уровня агрессии в подростковом возрасте и стилю семейного воспитания в семьях, воспитывающих детей подросткового возраста. По полученным результатам мы выявили, что существует взаимосвязь между такими параметрами агрессии и параметрами стилей семейного воспитания как: «физическая агрессия», «чрезмерность требований» и «минимальность санкций». Между «косвенной агрессией» и «чрезмерностью требований», «вербальная агрессия» и «гипопротекция». Выявилась взаимосвязь между «индексом агрессивности» и «чрезмерностью требований-обязанностей».

Это означает то, что при повышении одного показателя, другой показатель тоже будет увеличиваться. Например, подростки будут больше применять по отношению к другим людям физическое воздействие, если родители довольно часто будут предъявлять требования к подростку и обходиться без наказаний в его воспитании. При остальных параметрах будет происходить то же самое.

Поэтому, исходя из анализа результатов эмпирического исследования, мы решили, что необходимо разработать психолого-педагогические рекомендации по снижению уровня агрессии в подростковом возрасте в системе родительских отношений.

Нами были разработаны две группы рекомендаций. Одна группа рекомендаций разработана для школьных психологов, вторая для родителей, имеющих детей подросткового возраста с высоким уровнем агрессии. Для школьного психолога предлагается программа по коррекции уровня агрессии в подростковом возрасте.

Данная программа разработана для работы с детьми подросткового возраста, которые имеют высокий уровень агрессии.

Цель данной программы: снижение уровня агрессии подростков с помощью обучения их навыкам адаптивного поведения.

Задачи программы:

- развить у подростков способность к осознанию не конструктивности их агрессивного поведения;
- обучить подростков понимать чувства, интересы и состояния окружающих людей;
- развивать способность подростков выражать свои эмоции безопасным, социально приемлемым способом и сдерживать агрессивные реакции;
- сформировать у подростков навыки конструктивного разрешения затруднительных конфликтных ситуаций.

Категория участников программы, которые могут принять участие, подростки, у которых был диагностирован высокий уровень агрессии. Данная группа подростков формируется на основе диагностического исследования, которое позволит определить степень проблемы подростка. Основанием для проведения занятий является диагностика уровня агрессии по опроснику Басса-Дарки.

Организация и формы работы по программе: программа состоит из 9 занятий по коррекции уровня агрессии подростков. Длительность одного занятия не превышает 45 минут. Все занятия по программе проводятся в групповой форме. Возраст подростков от 13 до 15 лет.

Занятия состоят из 3 частей: вводная, основная и заключительная.

Данная программа включает несколько этапов:

- ориентировочный;
- воплощение трудностей развития подростков;
- конструктивно-формирующий;
- закрепляющий.

Программа коррекции агрессии подростков содержит тематический план занятий, он представлен в таблице 2.

Таблица 2

Тематический план занятий

№	Занятие		Приложения
	Тема	Содержание	
1	2	3	4
1.	«Первая встреча»	Ритуал приветствия Упражнение «Имя-движение» Упражнение «Выстраивание круга» Психометрический тест Ритуал прощания	Приложение В
2.	«Объединение и взаимодействие»	Ритуал приветствия Упражнение «Связь» Упражнение «Необитаемый остров» Упражнение-игра «Встреча взглядами» Ритуал прощания	
3.	«Включим фантазию»	Ритуал приветствия Упражнение «А Шапокляк против!» Упражнение «Если бы ты был...» Упражнение «Воображаемый подарок» Ритуал прощания	
4.	«Взгляд со стороны»	Ритуал приветствия Упражнение «Я делаю так...» Упражнение «Разожми кулак» Упражнение «Пьедестал и лобное место» Ритуал прощания	Приложение Г
5.	«Плюсы и минусы»	Ритуал приветствия Упражнение «Снежки»	

1	2	3	4
		Упражнение «Врасти в землю» Упражнение «Возьми себя в руку» Упражнение «Ты – царь зверей» Ритуал прощания	
6.	«Как правильно выражать злость»	Ритуал приветствия Притча «Змея и мудрец» Упражнение «Выставка врагов» Упражнение «Кукольный театр» Ритуал прощания	Приложение Д
7.	«Конструктивная агрессия»	Ритуал приветствия Упражнение «Датский бокс» Упражнение «Веревочка» Упражнение «Разминаем челюсть» Ритуал прощания	
8.	«Анализируем поведение»	Ритуал приветствия Дискуссия «Согласен – не согласен» Дискуссия «Пословицы» Ритуал прощания	Приложение Е
9.	«Последняя встреча»	Ритуал приветствия Упражнение «Разыгрывание ситуаций» Упражнение «Встреча» Упражнение «Мы» Ритуал прощания	

Все представленные упражнения находятся в приложениях. Занятия для подростков разделены на 4 этапа: ориентировочный, активизирующий, конструктивно-формирующий, закрепляющий. Занятия 1, 2 и 3 относятся к ориентировочному этапу, занятия 4, 5 к активизирующему этапу. Занятия 6, 7 входят в конструктивно-формирующий этап, а занятие 8 и 9 в закрепляющий этап.

Программа позволит модифицировать поведение агрессивных подростков. С помощью данной программы, школьный психолог сформирует у агрессивных подростков социально-приемлемое поведение. Различные приемы и техники позволят обучить навыкам самоконтроля.

Вторая группа рекомендации разработана для родителей. Семья играет важную роль в воспитании подростка, показывая ему, определенные манеры общения, правила поведения в семье. Психологически благоприятные взаимоотношения родителей и подростков формируют положительные личностные качества у детей подросткового возраста.

Методические рекомендации родителям при попустительском стиле воспитания подростков:

- воспитание ребенка невозможно без контроля, старайтесь контролировать поведение подростка;
- принимайте подростка таким, какой он есть;
- оказывайте помощь в трудных ситуациях, но не старайтесь все делать за него;
- разрешайте проводить время с друзьями;
- помогите ему участвовать в жизни семьи, четко обозначьте функциональные обязанности подростка;
- искренне участвуйте в жизни своего ребенка;
- интересуйтесь проблемами и успехами подростка;
- создавайте атмосферу любви, заботы и доброты;
- интересуйтесь увлечениями подростка, поддерживайте его увлечения.

Методические рекомендации родителям при опекающем стиле воспитания подростков:

- старайтесь стимулировать в подростке самостоятельность в действиях;
- давайте подростку свободу выбора;

- прислушивайтесь к пожеланиям подростка, не старайтесь навязывать ему свои идеи;
- помогайте подростку разрешать трудные ситуации;
- проявляйте эмоциональную поддержку по отношению к подростку, чаще проводите с ним время;
- установите границы дозволенного, допустимого в поведении подростка, делать это надо постепенно;
- чаще общайтесь с подростком;
- учитывайте нужды и потребности своего ребенка.

Стили семейного воспитания оказывают серьезное влияние на развитие подростка и формирование его личности. От стиля воспитания зависит, будет ли подросток независимым, уверенным, социально-ответственным, общительным.

Таким образом, нами были разработаны психолого-педагогические рекомендации для школьного психолога и родителей.

Выводы по главе 2

Для исследования уровня агрессии в подростковом возрасте, была подобрана методика «Опросник исследования уровня агрессивности» авторы методики А. Басс и А. Дарки. Для исследования стилей семейного воспитания, мы выбрали методику «Анализ семейных взаимоотношений» авторы данной методики В.В. Юстицкис, Э.Г. Эйдемиллер.

В исследовании приняли участие 22 подростка в возрасте 14–15 лет и их родители в количестве 22 человека.

По результатам опросника исследования уровня агрессивности, мы выявили, что 72,7% подростков имеют высокий уровень агрессии, 27,3% подростков имеют средний уровень агрессии и 0% подростков имеют низкий уровень агрессии. В результате исследования видов реакций, выяснилось, что для детей подросткового возраста характерен средний уровень выраженности всех видов реакций: физическая, аномальная и командная агрессия, обида, подозрительность, негативизм, обида, чувство вины. Это говорит о том, что подростки демонстрируют различные виды агрессии, к примеру, ссора, крики, используют физическую силу в сторону человека, проявляют негативные чувства.

Методика «Анализ семейных взаимоотношений» выявили следующие результаты. У 54,5% родителей наблюдается «недостаточность требований-запретов к ребенку» в воспитании подростка, 50% родителей используют в воспитании «гиперпротекцию», для 36,4% родителей характерна «чрезмерность требований», так же 36,4% родителей используют «минимальность санкции». «Чрезмерность санкций» характерна для 27,8% родителей, 18,2% родителям присуще «игнорирование потребностей ребенка». «Недостаточность обязанностей» характерна для 18,2% родителей и «чрезмерность требований-запретов» выявлена у 18,2% родителей. Стиль воспитания как «поворствование» имеют 13,6% семей. «Неустойчивость

стиля воспитания» имеют 9,1% семей. «Гипопротекция» имеется у 9% родителей.

Для определения взаимосвязи стиля семейного воспитания и агрессии подростков мы провели статистическую обработку данных с помощью коэффициента корреляции Спирмена.

Мы пришли к следующим выводам:

- между «физической агрессией» и «чрезмерностью требований» обнаружена положительная корреляция ($r=0,392$);
- между «физической агрессией» и «минимальностью санкций» выявлена положительная корреляция ($r=0,326$);
- между «косвенной агрессией» и «чрезмерностью требований» установлена положительная корреляция ($r=0,391$);
- между «вербальной агрессией» и «гипопротекцией» установлена положительная корреляция ($r=0,381$);
- между «индексом агрессивности» и «чрезмерностью требований-обязанностей» существует положительная корреляция ($r=0,357$).

Таким образом, мы доказали выдвинутую нами гипотезу: взаимосвязь между стилем семейного воспитания и агрессивностью подростков существует, а именно, высокий уровень агрессии характерен для подростков, воспитывающихся при попустительском и опекающем стиле воспитания. Низкий уровень агрессии наблюдается при демократическом стиле воспитания.

В целях коррекции агрессии, мы разработали психолого-педагогические рекомендации для школьного психолога и родителей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретическое и эмпирическое исследование проблемы привело к следующим выводам.

Целью нашего исследования являлось выявление взаимосвязи между стилем семейного воспитания и агрессией подростков. Для достижения указанной цели, нами была выдвинута гипотеза: мы предполагаем, что существует взаимосвязь между стилем семейного воспитания и уровнем агрессии подростков, а именно, высокий уровень агрессии более характерен для подростков при опекающем и попустительском стиле воспитания; низкий уровень агрессии наблюдается при демократическом стиле воспитания.

Нами был разработан ряд задач, позволяющий подтвердить или опровергнуть гипотезу. Для решения поставленных задач:

1. Были рассмотрены основные подходы к характеристике понятий «агрессия» и «агрессивное поведение». В ходе изучения психолого-педагогической литературы выяснилось, что под агрессивностью стоит понимать черту личности и готовность к агрессии. Агрессивное поведение – это действие, направленное на причинение вреда другому человеку. Агрессия – это форма поведения, которая нацелена на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающего подобного обращения.

2. Были изучены особенности проявления агрессии в подростковом возрасте. Проявления агрессии у подростков имеют физиологические и психологические причины. Физиологические причины агрессии: половое созревание, выработка гормонов, интенсивное развитие подкорковых структур. Психологические причины агрессии: низкая самооценка, стремление к самоутверждению, внутриличностные конфликты подростка, непринятие группой сверстников, стремление к сепарации от родителей, наличие авторитетных друзей с девиантными формами поведения и любые виды зависимостей у подростка.

Агрессия – это не только разрушительная сила, но ещё и очень мощная энергия, позволяющая подростку проявить волевые качества, такие как: настойчивость, решительность, целеустремлённость, инициативность и смелость.

3. Рассмотрели влияние стиля семенного воспитания на возникновение агрессии в подростковом возрасте. В зависимости от отношений, сложившихся между членами семьи, отношения родителей с ребенком и стиля воспитания, того или иного стиля поведения, формируются те или иные характерологические особенности.

Выделяется три основных стиля воспитания: демократический, авторитарный и попустительский. Каждый стиль воспитания по-разному влияет на поведение детей подросткового возраста.

4. Провели исследование уровня агрессии в подростковом возрасте и стиля семейного воспитания. По результатам опросника исследования уровня агрессивности, мы выявили, что 72,7% подростков имеют высокий уровень агрессии, 27,3% подростков имеют средний уровень агрессии и 0% подростков имеют низкий уровень агрессии.

По результатам методики «Анализ семейных взаимоотношений» выявили следующие результаты: «недостаточность требований-запретов к ребенку» – 54,5% родителей; «гиперпротекция» – 50% родителей; «чрезмерность требований» – 36,4% родителей; «минимальность санкции» – 36,4% родителей. Также, «чрезмерность санкций» наблюдается у 27,8% родителей; «игнорирование потребностей ребенка» – 18,2% родителей; «недостаточность обязанностей» – 18,2% родителей; «чрезмерность требований-запретов» – 18,2% родителей.

5. Провели сравнительный анализ взаимосвязи стиля семейного воспитания и агрессии подростков. Корреляционный анализ показал, что существует взаимосвязь между стилем семейного воспитания и уровнем агрессии подростков. Результаты говорят о то, что чем больше родители

возлагают обязанностей на подростка, тем больше у подростка уровень физической и вербальной агрессии. Также, в семьях, где родители воспитывают детей в условиях повышенной моральной ответственности при отсутствии наказаний, у детей подросткового возраста в большей степени появляются различные формы агрессии.

6. Разработали психолого-педагогические рекомендации по снижению уровня агрессии в подростковом возрасте в системе родительских отношений.

Полученные данные могут быть применены в коррекционно-развивающей и просветительской работе практических психологов, а так же стать основой для разработки программ психологических тренингов, направленных на снижения уровня агрессии в подростковом возрасте.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авдеева Н.Н. Теория привязанности: современные исследования и перспективы // Современная зарубежная психология. 2017. Том 6. № 2. С. 7–14.
2. Аверин В.А. Психология детей и подростков: учебное пособие / Сост. В.А. Аверин. 2-е изд, перераб. СПб.: Издательство Михайлова В.А., 1998. 379 с.
3. Андросова М.И. Вербальное проявление скрытой агрессии // Молодой ученый. 2014. №6 (65). С. 792–793.
4. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия: изучение влияния воспитания и семейных отношений. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 1999. 512 с.
5. Баскакин Т.И. Ответственность и преодолевающее поведение в подростковом возрасте // Современные подходы в оказании экстренной психологической помощи. Материалы V Всероссийской научно-практической конференции / Под редакцией А.В. Кокурина, В.И. Екимовой, Е.А. Орловой. 2017. С. 217–223.
6. Бережнова О.В. Влияние семейных отношений на развитие агрессии в подростковом возрасте // В мире научных открытий. 2010. № 6–2 (12). С. 100–102.
7. Бернс, Р. Самосознание и защитные механизмы личности: Я-концепция и Я-образы / Под ред. Д.Я. Райгородский. Самара: Бахрах-м. 2003. 654 с.
8. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. 4-е изд. М.: АСТ, 2009. 811 с.
9. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб: Питер, 2001. 352 с.
10. Варга А. Я., Драбкина Т. С. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс. СПб.: Речь, 2001. 144 с.

11. Выгодский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. Т.3. Проблема возраста. М.: Педагогика, 1984. С. 244–268.
12. Грецов А.Г. Практическая психология для подростков и родителей. СПб.: Питер, 2017. 144 с.
13. Дворянкина Д.С., Дунаевская Э.Б. Особенности теоретических подходов к рассмотрению понятий: агрессивность, агрессия, агрессивное поведение // Студенческий вестник. 2017. №3 (3). С. 30–32.
14. Донцов А.И., Полозова Т.А. Психологические детерминанты конфликтности подростков // Психологический журнал. 2011. №6. С. 33–34.
15. Драгунова Т.В. Проблема конфликта в подростковом возрасте // Вопросы психологии. 2004. №2. С. 24–29.
16. Дубровина Д.А. Взаимосвязь вербальной агрессии и отклоняющегося поведения подростков // Педагогическое образование в России. 2015. №6. С. 151–154.
17. Иванова И.П., Патева О.В. Изучение особенностей агрессивного поведения в подростковом возрасте // Современные проблемы науки и образования. 2015. №6. С. 420–423.
18. Ильин Е.П. Психология агрессивного поведения. СПб.: Питер, 2014. 368 с.
19. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учебное пособие. М.: Гардарики, 2005. 320 с.
20. Клайн В. Как подготовить ребенка к жизни. М., 1991. 283 с.
21. Кречина А.А., Эльрих И.В. Особенности взаимоотношений подростков с родителями // Профессиональное образование и общество. 2018. № 3 (27). С. 151–156.
22. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении. СПб.: Питер, 2009. 320 с.

23. Молодцова Т.Д., Шалова С.Ю. Роль социальных и психологических рисков в проявлении школьной дезадаптации // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2016. Т. 5. № 1 (14). С. 82–86.
24. Набиуллина В.Р. Типы семейного воспитания и их разновидности // Дополнительное образование и воспитание. 2008. №11. С. 3–7.
25. Немов Р.С. Психология: учеб. для студ. высш. пед. учеб. зав: в 3 кн. 4-е изд. М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2002. 688 с.
26. Переведенцев Р.К. Понятие агрессия и подходы к её изучению // Фундаментальные науки и современность. 2019. №11 (32). С. 17–23.
27. Петровский А.В. Дети и тактика семейного воспитания. М.: Просвещение, 2005. 76 с.
28. Реан А.А. Психология подростка / под ред. А.А. Реана. М.: Просвещение, 2007. 203 с.
29. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности / Сост. Х. Ремшмидт. М.: Мир, 1994. 320 с.
30. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М.: Флинт, 2018. 230 с.
31. Силяева Е.Г. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Е.Г. Силяевой. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 192 с.
32. Смирнова Е.О. Детская психология. М.: ВЛАДОС, 2006. 366 с.
33. Смолянинова И.А. Влияние семейных отношений на социальную адаптацию подростков // Теория и практика современной науки. 2019. № 3 (45). С. 266–269.
34. Султанова Т.А. Работа с неблагополучной семьей: учебное пособие / Под ред. Т.И. Шульга. М.: Дрофа, 2005. 254 с.
35. Харитонов Е.Г. Особенности агрессивного поведения подростков в условиях разных типов семейного воспитания // Наука и молодежь: новые

идеи и решения / Материалы XII Международной научно-практической конференции молодых исследователей. 2018. С. 400–403.

36. Шестакова Е.Г., Дорфман Л.Я. Агрессивное поведение и агрессивность личности // Образование и наука. 2017. №7 (64). С. 51–55.

37. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций. М.: Эксмо – Пресс, 2010. 396 с.

38. Эльконин Д.Б. психология развития человека. М.: аспект пресс, 2001. 460 с.

39. Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи // Монография: для психологов, психотерапевтов и представителей смежных специальностей. СПб.: Питер, 2010. 668 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Опросник исследования уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки

Бланк опросника

Фамилия _____ Год рождения _____

Имя _____ Класс _____

Инструкция: в колонке «ответы» поставьте «+», если Вы согласны с соответствующим утверждением хотя бы наполовину или «-», если не согласны (то есть это, в общем-то, к Вам не относится).

№	Утверждения	Ответы
1.	Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другому	
2.	Иногда я сплетничаю о людях, которых не люблю	
3.	Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь	
4.	Если меня не попросят по-хорошему, то я не выполню просьбу	
5.	Я не всегда получаю то, что мне положено	
6.	Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной	
7.	Если я не одобряю друзей, я даю им это почувствовать	
8.	Если мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести	
9.	Мне кажется, что я не способен ударить человека	
10.	Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами	
11.	Я всегда снисходителен к чужим недостаткам	
12.	Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его	
13.	Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными	

	обстоятельствами	
14.	Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружественно, чем я ожидал	
15.	Я часто бываю не согласен с людьми	
16.	Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь	
17.	Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему	
18.	Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми	
19.	Я гораздо более раздражен, чем кажется	
20.	Если кто-нибудь корчит из себя начальника, я всегда поступаю ему наперекор	
21.	Меня немного огорчает моя судьба	
22.	Я думаю, что многие люди не любят меня	
23.	Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной	
24.	Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины	
25.	Тот, кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку	
26.	Я не способен на грубые шутки	
27.	Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются	
28.	Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались	
29.	Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится	
30.	Довольно многие люди завидуют мне	
31.	Я требую, чтобы люди уважали мои права	
32.	Меня угнетает, что я мало делаю для своих родителей	
33.	Люди, которые постоянно изводят вас, стоят, чтобы их щелкнули по носу	

34.	От злости я иногда бываю мрачен	
35.	Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь	
36.	Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на него внимания	
37.	Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть	
38.	Иногда мне кажется, что надо мной смеются	
39.	Даже если я злюсь, я не прибегаю к "сильным" выражениям	
40.	Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены	
41.	Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня	
42.	Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь	
43.	Иногда люди раздражают меня своим присутствием	
44.	Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел	
45.	Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам»	
46.	Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что я о нем думаю	
47.	Я делаю много такого, о чем впоследствии сожалею	
48.	Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь	
49.	С десяти лет я никогда не проявлял вспышек гнева	
50.	Я часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться	
51.	Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым легко ладить	
52.	Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня	
53.	Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ	
54.	Неудачи огорчают меня	
55.	Я дерусь не реже и не чаще, чем другие	
56.	Я не могу вспомнить случая, когда я был настолько зол, что	

	хватал поправшуюся под руку вещь и ломал ее	
57.	Иногда я чувствую, что готов первым начать драку	
58.	Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо	
59.	Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю	
60.	Я ругаюсь только со злости	
61.	Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть	
62.	Если для защиты своих прав мне надо применять физическую силу, я применяю ее	
63.	Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу по столу кулаком	
64.	Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся	
65.	У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить	
66.	Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает	
67.	Я часто думаю, что жил неправильно	
68.	Я знаю людей, которые способны довести меня до драки	
69.	Я не огорчаюсь из-за мелочей	
70.	Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня	
71.	Я часто просто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение	
72.	В последнее время я стал занудой	
73.	В споре я часто повышаю голос	
74.	Я стараюсь скрывать плохое отношение к людям	
75.	Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить	

Опросник «Анализ семейных взаимоотношений»

Авторы Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис

Инструкция: Уважаемый родитель! Предлагаемый Вам опросник содержит утверждения о воспитании детей. Утверждения пронумерованы. Такие же номера есть в "Бланке для ответов".

Читайте по очереди утверждения опросника. Если Вы в общем согласны с ними, то на "Бланке для ответов" обведите кружком номер утверждения. Если Вы в общем не согласны – зачеркните этот же номер в бланке. Если очень трудно выбрать, то поставьте на номере вопросительный знак. Старайтесь, чтобы таких ответов было не больше 5.

В опроснике нет "неправильных" или "правильных" утверждений. Отвечайте так, как Вы сами думаете. Этим Вы поможете психологу в работе с Вами.

Текст опросника для родителей детей в возрасте от 11 до 21 года

1. Все, что я делаю, я делаю ради моего сына (дочери).
2. У меня часто не хватает времени позаниматься с сыном (дочерью) чем-нибудь интересным – куда-нибудь пойти вместе, поговорить подольше о чем-нибудь интересном.
3. Мне приходится разрешать моему ребенку такие вещи, которых не разрешают многие другие родители.
4. Не люблю, когда сын (дочь) приходит ко мне с вопросами. Лучше, чтобы догадался сам (сама).
5. Наш ребенок имеет больше обязанностей, чем большинство его товарищей.
6. Моего сына (дочь) очень трудно заставить что-нибудь сделать по дому.
7. Всегда лучше, если дети не думают о том, правильны ли взгляды их родителей.
8. Мой сын (дочь) возвращается вечером тогда, когда хочет.

9. Если хочешь, чтобы твой сын (дочь) стал человеком, не оставляй безнаказанным ни одного его (ее) плохого поступка.
10. Если только возможно, стараюсь не наказывать сына (дочь).
11. Когда я в хорошем настроении, нередко прощаю своему сыну (дочери) то, за что в другое время наказал бы.
12. Я люблю своего сына (дочь) больше, чем люблю (любила) супруга.
13. Младшие дети мне нравятся больше, чем старшие.
14. Если мой сын (дочь) подолгу упрямится или злится, у меня бывает чувство, что я поступил(а) по отношению к нему (ней) неправильно.
15. У нас долго не было ребенка, хотя мы его очень ждали.
16. Общение с детьми в общем-то утомительное дело.
17. У моего сына есть некоторые качества, которые выводят меня из себя.
18. Воспитание моего сына (дочери) шло бы гораздо лучше, если бы мой муж не мешал бы мне.
19. Большинство мужчин легкомысленнее, чем женщины.
20. Большинство женщин легкомысленнее, чем мужчины.
21. Мой сын (дочь) для меня самое главное в жизни.
22. Часто бывает, что я не знаю, что делает в данный момент мой сын (дочь).
23. Стараюсь купить своему сыну (дочери) такую одежду, какую он сам(а) хочет, даже если она дорогая.
24. Мой сын (дочь) непонятлив(а). Легче самому два раза сделать, чем один раз объяснить ему (ей).
25. Моему сыну (дочери) нередко приходится (или приходилось раньше) присматривать за младшим братом (сестрой).
26. Нередко бывает так: напоминаю, напоминаю сыну (дочери) сделать что-нибудь, а потом плюну и сделаю сам(а).
27. Родители ни в коем случае не должны допускать, чтобы дети подмечали их слабости и недостатки.

28. Мой сын (дочь) сам(а) решает, с кем ему (ей) играть.
29. Дети должны не только любить своих родителей, но и бояться их.
30. Я очень редко ругаю сына (дочь).
31. В нашей строгости к сыну (дочери) бывают большие колебания. Иногда мы очень строги, а иногда все разрешаем.
32. Мы с сыном понимаем друг друга лучше, чем мы с мужем.
33. Меня огорчает, что мой сын (дочь) слишком быстро становится взрослым.
34. Если ребенок упрямится, потому что плохо себя чувствует, лучше всего сделать так, как он хочет.
35. Мой ребенок рос слабым и болезненным.
36. Если бы у меня не было детей, я бы добился (добилась) в жизни гораздо большего.
37. У моего сына (дочери) есть слабости, которые не исправляются, хотя я упорно с ними борюсь.
38. Нередко бывает, что когда я наказываю моего сына (дочь), мой муж (жена) тут же начинает упрекать меня в излишней строгости и утешать его.
39. Мужчины более склонны к супружеской измене, чем женщины.
40. Женщины более склонны к супружеской измене, чем мужчины.
41. Заботы о сыне (дочери) занимают большую часть моего времени.
42. Мне много раз пришлось пропустить родительское собрание.
43. Стараюсь купить ему (ей) все то, что он (она) хочет, даже если это стоит дорого.
44. Если подольше побыть в обществе моего сына (дочери), можно сильно устать.
45. Мне много раз приходилось поручать моему сыну (дочери) важные и трудные дела.
46. На моего сына (дочь) нельзя положиться в серьезном деле.
47. Главное, чему родители могут научить своих детей – это слушаться.
48. Мой сын сам решает, курить ему или нет.

49. Чем строже родители к ребенку, тем лучше для него.
50. По характеру я – мягкий человек.
51. Если моему сыну (дочери) что-то от меня нужно, он(а) старается выбрать момент, когда я в хорошем настроении.
52. Когда я думаю о том, что когда-нибудь мой сын (дочь) вырастет и я буду ему (ей) не нужна, у меня портится настроение.
53. Чем старше дети, тем труднее иметь с ними дело.
54. Чаще всего упрямство ребенка бывает вызвано тем, что родители не умеют к нему подойти.
55. Я постоянно переживаю за здоровье сына (дочери).
56. Если бы у меня не было детей, мое здоровье было бы гораздо лучше.
57. Некоторые очень важные недостатки моего сына (дочери) упорно не исчезают, несмотря на все меры.
58. Мой сын (дочь) недолюбливает моего мужа (жену).
59. Мужчина хуже умеет понимать чувства другого человека, чем женщина.
60. Женщина хуже умеет понять чувства другого человека, чем мужчина.
61. Ради моего сына (дочери) мне от многого в жизни пришлось отказаться.
62. Бывало, что я не узнавал о замечании или двойке в дневнике потому, что не посмотрел(а) дневник.
63. Я трачу на моего сына (дочь) значительно больше денег, чем на себя.
64. Не люблю, когда сын (дочь) что-то просит. Сам(а) лучше знаю, чего ему (ей) больше надо.
65. У моего сына (дочери) более трудное детство, чем у большинства его (ее) товарищей.

66. Дома мой сын (дочь) делает только то, что ему (ей), хочется, а не то, что надо.

67. Дети должны уважать родителей больше, чем всех других людей.

68. Мой сын (дочь) сам решает, на что ему тратить свои деньги.

69. Я строже отношусь к своему сыну (дочери), чем другие родители к своим.

70. От наказаний мало проку.

71. Члены нашей семьи неодинаково строги с сыном (дочерью). Одни балуют, другие, наоборот, – очень строги.

72. Мне бы хотелось, чтобы мой сын (дочь) не любил никого, кроме меня.

73. Когда мой сын (дочь) был маленький, он(а) мне нравился больше, чем теперь.

74. Часто я не знаю, как правильно поступить с моим сыном (дочерью).

75. В связи с плохим здоровьем сына (дочери) нам приходилось в детстве многое позволять ему.

76. Воспитание детей — тяжелый и неблагодарный труд. Им отдаешь все, а взамен не получаешь ничего.

77. С моим сыном (дочерью) мало помогает доброе слово. Единственное, что на него действует – это постоянные строгие наказания.

78. Мой муж (жена) старается настроить сына (дочь) против меня.

79. Мужчины чаще, чем женщины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.

80. Женщины чаще, чем мужчины, действуют безрассудно, не обдумав последствий.

81. Я все время думаю о моем сыне (дочери), о его делах, здоровье и т.д.

82. Нередко мне приходится (или приходилось) подписываться в дневнике за несколько недель сразу.

83. Мой сын (дочь) умеет добиться от меня того, чего он хочет.

84. Мне больше нравятся тихие и спокойные дети.
85. Мой сын (дочь) много помогает мне (дома, на работе).
86. У моего сына (дочери) мало обязанностей по дому.
87. Даже если дети уверены, что родители неправы, они должны делать так, как говорят родители.
88. Выходя из дома, мой сын (дочь) редко говорит, куда он идет.
89. Бывают случаи, когда лучшее наказание – ремень.
90. Многие недостатки в поведении моего сына (дочери) прошли сами собой с возрастом.
91. Когда наш сын (дочь) что-то натворит, мы боремся за него (нее). Если все тихо, мы опять оставляем его (ее) в покое.
92. Если бы мой сын не был бы моим сыном, а я была бы помоложе, то я наверняка в него влюбилась.
93. Мне интереснее говорить с маленькими детьми, чем с большими.
94. В недостатках моего сына (дочери) виноват(а) я сам(а), потому что не умел(а) его (ее) воспитывать.
95. Только благодаря нашим огромным усилиям сын (дочь) остался жив.
96. Нередко завидую тем, кто живет без детей.
97. Если предоставить моему сыну (дочери) свободу, он(а) немедленно использует это во вред себе или окружающим.
98. Нередко бывает, что если я говорю сыну (дочери) одно, то муж (жена) специально говорит наоборот.
99. Мужчины чаще, чем женщины, думают только о себе.
100. Женщины чаще, чем мужчины, думают только о себе.
101. Я трачу на сына (дочь) больше сил и времени, чем на себя.
102. Я довольно мало знаю о делах сына (дочери).
103. Желание моего сына (дочери) — для меня закон.
104. Когда мой сын был маленьким, он очень любил спать со мной.
105. У моего сына (дочери) плохой желудок.

106. Родители нужны ребенку лишь пока он не вырос. Потом он все реже вспоминает о них.

107. Ради сына (дочери) я пошел (пошла) бы на любую жертву.

108. Моему сыну (дочери) нужно уделять значительно больше времени, чем я могу.

109. Мой сын (дочь) умеет быть таким милым, что я ему (ей) все прощаю.

110. Мне бы хотелось, чтобы сын женился попозже, после 30 лет.

111. Руки и ноги моего сына (дочери) часто бывают очень холодными.

112. Большинство детей – маленькие эгоисты. Они совсем не думают о здоровье и чувствах своих родителей.

113. Если не отдавать моему сыну (дочери) все время и силы, то все может плохо кончиться.

114. Когда все благополучно, я меньше всего интересуюсь делами сына (дочери).

115. Мне очень трудно сказать своему ребенку "Нет".

116. Меня огорчает, что мой сын (дочь) все менее нуждается во мне.

117. Здоровье моего сына (дочери) хуже, чем у большинства его сверстников.

118. Многие дети испытывают слишком мало благодарности по отношению к родителям.

119. Мой сын (дочь) не может обходиться без моей постоянной помощи.

120. Большую часть своего свободного времени сын (дочь) проводит вне дома.

121. У моего сына (дочери) очень много времени на развлечения.

122. Кроме моего сына мне больше никто на свете не нужен.

123. У моего сына (дочери) прерывистый и беспокойный сон.

124. Нередко думаю, что слишком рано женился (вышла замуж).

125. Все, чему научился мой ребенок к настоящему моменту (в учебе, работе или другом), он добился только благодаря моей постоянной помощи.

126. Делами сына (дочери) в основном занимается мой муж (жена).

127. Кончив уроки (или придя домой с работы), мой сын (дочь) занимается тем, что ему нравится.

128. Когда я вижу или представляю сына с девушкой, у меня портится настроение.

129. Мой сын (дочь) часто болеет.

130. Семья не помогает, а осложняет мою жизнь.

I этап – ориентировочный.

Тема занятия 1: «Первая встреча»

Цель занятия: объединение группы подростков, создание чувства близости с другими подростками, развитие способности принимать друг друга.

Материалы для занятия: небольшой мячик, белые листы формата А4, ручки.

В начале занятия проводится вводная беседа. Когда подростки рассядутся в круг, психолог начинает небольшой монолог о том, что будет происходить на протяжении 12 занятий, чем будут заниматься подростки на встречах.

Психолог говорит: «Перед тем, как мы начнем наше занятие, я хочу ответить на два вопроса: что нам предстоит сделать? Каковы преимущества участия в этих занятиях?».

Упражнение «Имя-движение».

Цель упражнения: знакомство с членами группы, возможность лучше узнать друг друга, а также получить обратную связь от группы.

Процедура проведения упражнения: участники встают в круг, каждый из них делает шаг вперед по очереди, произносит свое имя и делает какое-то движение, давая ему возможность выразить себя. Группа повторяет имя хором, сопровождая его в том же движении. После того, как все участники представились, можно повторить процедуру, но имена и движения воспроизводятся по кругу уже по памяти, без повторной демонстрации.

Обсуждение выполнения упражнения: короткий обмен впечатлениями между участниками.

Упражнение «Выстраивание круга».

Цель упражнения: сплочение участников занятия, развитие навыков координации совместной деятельности. Вместе с тем, развитие невербальных навыков общения и саморегуляции.

Процедура проведения упражнения: участники закрывают глаза и начинают случайным образом перемещаться по комнате, при этом издавая жужжащий звук, похожий на беспокойных пчел. По условному сигналу психолога. Все останавливаются в тех местах, где их поймал сигнал, после чего они пытаются встать по кругу, не открывая глаз и не говоря ни слова, можно только коснуться друг друга руками. Когда все занимают свои места и останавливаются, психолог издает второй условный сигнал, согласно которому участники открывают глаза. Как правило, невозможно построить идеально равномерный круг; напротив, есть некоторые другие фигуры, чью форму желательно рисовать на бумаге и показывать участникам во время обсуждения.

Обсуждение выполнения упражнения: что дает эта игра, кроме возможности повеселиться? Кто именно виноват в том, что идеально ровный круг не сложился? И кто не виноват, кто встал в правильный круг? Смысл обсуждения не в том, чтобы действительно найти виновных, а в том, чтобы участники поняли: дело не в конкретных людях, а в общей координации их действий.

Упражнение «Поиск сходства».

Цель упражнения: поиск общих черт и увлечений участников.

Процедура проведения упражнения: группа становится в круг. Психолог берет небольшой предмет, подходящий для метания из рук в руки, и объясняет правила игры: «Тот, кто держит этот предмет в руках, должен передать его другому участнику как можно скорее, при этом называя линию сходства с тем, кому брошен объект».

Обсуждение выполнения упражнения: постарайтесь донести до участников мысль о том, что, хотя они все такие разные, сходства между ними гораздо больше, чем может показаться на первый взгляд.

После всех упражнений, подросткам предлагается выполнить одно задание, которое называется психогометрический тест.

Подросткам психолог сообщает о том, что необходимо свободно перемещаться в пространстве, чтобы успокоиться и почувствовать музыку. Психолог, двигаясь с ними говорит, что разным людям удобно идти разными путями: кто-то по кругу, кто-то с крутыми поворотами (описывает квадрат, треугольник или прямоугольник), а кто-то по открытой тропе – зигзаг. Во время рассказа психолог показывает эти траектории движения. Тогда у участников есть несколько минут, чтобы опробовать все эти траектории и выбрать наиболее удобный для себя. Участники не должны говорить по ходу выполнения теста.

После этого, участником выдаются листы и ручки, психолог показывает пять геометрических фигур и говорит инструкцию: «Посмотрите на эти пять изображенных фигур. Выберите ту фигуру, которая у вас ассоциируется с вами. Попробуйте почувствовать свою фигуру. Если у вас возникли серьезные трудности, выберите фигуру, которая вас больше всего привлекла, когда вы смотрели на страницу с их изображением. Расставьте на листе бумаги фигуры в порядке возрастания от 1 до 5. От самой привлекательной фигуры, или фигуры, похожей на вас, до самой не привлекательной. Постарайтесь долго не думать».

В конце занятия выполняется ритуал прощания. Цель ритуала прощания: снятие напряжения и закрепление полученной информации.

Психолог говорит участникам занятия: «Сегодня мы все плодотворно поработали и все заслужили свою благодарность. Когда я считаю до пяти, у вас должно быть время, чтобы поблагодарить друг друга рукопожатием».

Тема занятия 2: «Объединение и взаимодоверие»

Цель занятия: продолжение работы над групповой сплоченностью, усложнение взаимодействия между участниками, формирование доверительной среды.

Материалы занятия: веревка, один лист ватмана, фломастеры, карандаши, пустая бутылка.

Перед началом занятия проводится ритуал приветствия. Процедура его проведения следующая: подростки усаживаются в круг. Правая ладонь должна располагаться на левой ладони человека, сидящего справа. В результате подростки взаимосвязаны. Психолог просит подростков поздороваться с соседом, называя его полное имя.

Упражнение «Связь».

Цель упражнения: организовать совместное действие в группе, создать условие для активизации лидерских качеств у подростков.

Процедура проведения занятия: участникам необходимоделиться на две команды. Каждая из команд встает в колонну друг от друга на расстоянии 1,5 м. Выбираются два командира из каждой группы. Каждый участник держит в руках веревку, которая протянута вдоль всей колонны. Задача двух команд – не отрывая рук от веревки, участником необходимо завязать узел посередине между двумя колоннами. Участники сами должны догадаться, как им лучше всего выполнить данное упражнение.

Обсуждение выполнения упражнения: психолог задает вопросы участникам, касающиеся того, как им удалось завязать узел? Какие возникали трудности? Как они с этими трудностями справлялись?

Упражнение «Необитаемый остров».

Цель упражнения: усложняет взаимодействие между участниками, объединяет группу, развивает способность действовать слаженно в непредсказуемой ситуации. Кроме того, упражнение направлено на развитие творческого мышления.

Процедура проведения упражнения: психолог дает участникам инструкцию: «Ваш корабль, на котором все путешествовали, упал в шторм и затонул. К счастью, вам всем удалось сбежать. Вы находитесь на необитаемом острове, где жизнь долгое время невозможна. На острове нет пресной воды или пищевых продуктов. Просто случайно у вас в руках оказался большой лист бумаги, разорванный морем, который вам удалось высушить, и набор маркеров, лежащий в чем-то кармане. Кроме того, у вас

была пустая бутылка, которую выбросила на берег волна. Вам также удалось установить координаты острова. Это означает, что вы можете написать свое сообщение тому, кто может вас спасти. Следует иметь в виду, что тот, кто попадает в руку бутылки с сообщением, может не понимать свой язык и, как правило, неграмотен. Составьте сообщение таким образом, чтобы оно было понятно каждому».

Обсуждение выполнения упражнения: психолог задает вопросы участникам, касающиеся того, какие трудности возникали в процессе выполнения упражнения? Сразу ли вам удалось найти способ передачи послания? Все принимали участие?

Упражнение-игра «Встреча взглядами».

Цель упражнения: развитие навыков межличностного восприятия, эмпатии, наблюдения.

Процедура проведения упражнения: подросткам необходимо встать в круг и опустить глаза. По команде психолога они одновременно поднимают головы, их задача – встретиться с кем-то глазами.

Обсуждение выполнения упражнения: психолог задает вопрос участникам, касающийся того, на что ориентировались участники при выполнении данного упражнения?

В конце занятия выполняется ритуал прощания. Цель ритуала прощания: снятие напряжения и закрепление полученной информации.

Психолог говорит участникам занятия: «Сегодня мы все плодотворно поработали и все заслужили свою благодарность. Когда я считаю до пяти, у вас должно быть время, чтобы поблагодарить друг друга рукопожатием».

Тема занятия 3: «Включи фантазию».

Цель занятия: обнаружение скрытой агрессии, страхов, преодоление стадии групповой разобщенности.

Материалы занятия: маленькие листочки на каждого участника группы, ручки, шляпа, клубок ниток.

Упражнение «А Шапокляк против!».

Цель упражнения: подготовка к самоуверенному восприятию критики и мягкому способу ее выражения, диагностика доброты группы по отношению друг к другу.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит участникам, что им нужно написать на листочке свое имя, скрутить и положить в шляпу. После этого психолог ставит шляпу в цент круга и предлагает участникам подойти к шляпе и вытянуть один листочек, но не открывать. Затем все усаживаются на свои места.

Психолог говорит: «Теперь вы разворачиваете листок и увидите там имя одного из членов нашей группы. Если вы видите свое имя, вы должны обменять кого-либо, не узнав имя на листке другого участника.

После вы, в свою очередь, должны сказать участнику, указанному на вашей бумажке: «Я недавно встретил Шапокляк. Она сказала, что ты ... (продолжите предложение, назовите реальный факт, поступок, привычку). И ей действительно не понравилось это. Тот, кому сказали это, отвечает следующее: «Спасибо, Шапокляк. Я подумаю об этом». Затем задает вопрос сосед справа от первого участника. Ваша задача – сказать это так, что: это правда; так, чтобы она выглядела доброй, и если вы можете, чтобы это выглядело как юмор. Если нет вопросов, то приступим».

Обсуждение выполнения упражнения: психолог задает следующие вопросы, какие трудности возникли? Тяжело было слушать критику в свою сторону? Какую пользу принесло данное упражнение?

Упражнение «Если бы ты был...».

Цель упражнения: обнаружить у участников группы скрытую агрессию.

Процедура проведения упражнения: психолог сообщает участникам по кругу задание, заключающееся в том, что им необходимо рассказать свою фантазию относительно соседа, сидящего справа по следующим темам: «Если бы ты был деревом, то был бы..., потому что...»; «Если бы ты был машиной, то был бы..., потому что...»; «Если бы ты был погодой, то был

бы..., потому что...». Тема выбирается любая, из предпочтений участников. Каждый участник должен обосновать свое мнение насчет другого человека.

Обсуждение выполнения упражнения: психолог задает вопрос, что было трудным для выполнения данного задания?

Упражнение «Воображаемый подарок».

Цель упражнения: закончить занятие и снять эмоциональное напряжение участников группы.

Процедура проведения упражнения: все участники садятся в круг. Психолог говорит условие: «Каждый любит принимать и дарить подарки. Поэтому ваша задача будет следующая, вам нужно своему соседу слева подарить подарок, но подарок не простой. Чтобы его подарить, вам нужно из воздуха с помощью жестов и мимики изобразить подарок. Задача соседа – угадать, что за подарок вы ему подарили».

Обсуждение выполнения упражнения: при данном упражнении обсуждение не выполняется.

В конце занятия выполняется ритуал прощания. Цель ритуала прощания: снятие напряжения и закрепление полученной информации.

Психолог говорит участникам занятия: «Сегодня мы все плодотворно поработали и все заслужили свою благодарность. Когда я считаю до пяти, у вас должно быть время, чтобы поблагодарить друг друга рукопожатием».

II этап – активизирующий.

Тема занятия 4: «Взгляд со стороны».

Цель занятия: выяснить стратегии поведения подростков в конфликтных ситуациях.

Материалы для занятия: не требуются.

Упражнение «Я делаю так...».

Цель упражнения: выявить агрессию подростков в деятельности в сфере.

Процедура проведения упражнения: психолог раздает каждому участнику листочки с утверждениями. Участники должны выбрать те утверждения, с которыми они согласны. Утверждения на листочках следующие: когда меня обижают, я даю сдачи; когда меня обзывают, я обзываюсь тоже; когда другие говорят нехорошие слова, я в ответ говорю тоже; когда другие плюются, я плююсь тоже; когда я вижу, что обижают животное, я поступаю также.

Обсуждение выполнения упражнения: психолог задает вопросы, что в данной ситуации можно сделать по-другому? Что для этого нужно сделать?

Упражнение «Разожми кулак».

Цель упражнения: найти способы реагирования в конфликтных ситуациях.

Процедура проведения упражнения: каждому участнику нужно найти пару. Один из пары сжимает кулак, а второй должен сделать так, чтобы его партнер разжал кулак.

Обсуждение выполнения упражнения: какие способы вы использовали, чтобы вам партнер разжал кулак? Реагировали ли вы на его действия?

Упражнение «Пьедестал и лобное место».

Цель упражнения: развитие способности свободно говорить о собственных качествах и оценивать их эффективность в зависимости от обстоятельств.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит: «Вы все знаете, что людей хвалят за их особые услуги. Мы говорим: «Возвели на пьедестал». А за ошибки начинают стыдить, ругать. Мы говорим: «Поставили на лобное место». В старые времена лобным местом называли площадь в каждом городе, где происходили казни. Сегодня каждый участник побывает и на пьедестале, и на лобном месте.

Я задам вам ситуацию. Кто-то, кто является самым смелым, встанет и скажет, какие качества у него есть, которые помогают ему в таких ситуациях. Это пьедестал, мы ему хлопаем. Затем он идет в центр круга и говорит, какое качество мешает ему в той же ситуации.

Качество мешает, если оно мешает достижению цели, нравится вам это или нет. Это лобное место. Но мы не будем его казнить. Напротив, если кто-то полагает, что он также обладает качеством, которое мешает ему в этой ситуации, он может подойти и положить руку на плечо говорящего. Так, по очереди, каждый участник побывает на пьедестале и на лобном месте. Всем понятно задание?»

Обсуждение выполнения упражнения: к каким выводам вы пришли?

В конце занятия выполняется ритуал прощания. Цель ритуала прощания: снятие напряжения и закрепление полученной информации.

Психолог говорит участникам занятия: «Сегодня мы все плодотворно поработали и все заслужили свою благодарность. Когда я считаю до пяти, у вас должно быть время, чтобы поблагодарить друг друга рукопожатием».

Тема занятия 5: «Плюсы и минусы».

Цель занятия: показать участникам, как рождается агрессия и как с ней бороться, не выходя за рамки поведения, принятого в обществе.

Материалы занятия: чистые листы на каждого участника.

Упражнение-игра «Снежки».

Цель упражнения: с помощью практики показать подросткам как зарождается агрессия.

Процедура проведения упражнения: подростки делятся на две подгруппы. Они получают чистые листы для создания снежков. Каждый участник формирует один снежок. Группы становятся друг напротив друга на расстоянии 5-6 метров, их разделяет веревка на полу.

Задача упражнения: каждая группа по сигналу психолога должна забросить как можно больше снежков соперникам. Выигрывает команда, у которой окажется меньше «снежков» на поле. Игра начинается и заканчивается по сигналу, после финишного сигнала бросать уже нельзя.

Обсуждение выполнения упражнения: какое чувство у вас возникло? Как возникает агрессия?

Упражнение «Врасти в землю».

Цель упражнения: снять эмоционально напряжение.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит инструкцию: «Представьте, что вы большое могучее дерево. Сильно прижмите пятки к полу. Руки сожмите в кулак, а зубы крепко стиснув. Вы крепкое дерево, имеющее сильные корни и вам ничего не страшно».

Упражнение «Возьми себя в руки»

Цель упражнения: гармонизация чувственного состояния, мысленная корректировка конфликтных обстановок.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит участникам: «Как только вы ощущаете, что вам охота кого-либо ударить, что-нибудь крикнуть, обхватите ладонями локти и крепко прижмите руки к груди – это поза выдержанного человека. Ты – владелец собственных эмоций и переживаний».

Упражнение «Ты – царь зверей».

Цель упражнения: снять эмоциональное напряжение.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит участникам: «Закройте глаза и представьте льва, который обладает силой, уверенностью в себе, мудростью. Он красив, горд и свободен. Его зовут так, как и тебя, у него твое имя. Лев – это ты!».

В конце занятия выполняется ритуал прощания. Цель ритуала прощания: снятие напряжения и закрепление полученной информации.

Психолог говорит участникам занятия: «Сегодня мы все плодотворно поработали и все заслужили свою благодарность. Когда я досчитаю до пяти, у вас должно быть время, чтобы поблагодарить друг друга рукопожатием».

III этап – конструктивно-формирующий.

Тема занятия 6: «Как правильно выразить злость».

Цель занятия: снятие эмоционального напряжения, реконструкция предыдущих конфликтных ситуаций и их психологическая коррекция.

Материалы для занятия: не требуются.

Притча «Змея и мудрец».

Цель притчи: выбор наиболее приемлемого способа разрядки гнева и агрессии, и реагирования на негативные эмоции.

Процедура проведения: психолог зачитывает притчу подросткам: «Сейчас я вам прочитаю одну притчу. Жила-была невероятно свирепая, ядовитая и злобная Змея. Однажды она повстречала мудреца и, поразившись его доброте, утратила свою злобность. Мудрец посоветовал ей прекратить обижать людей, и Змея решила жить простодушно, не нанося никому ущерба. Но как только люди узнали про то, что Змея не опасна, они стали бросать в нее камни, таскать ее за хвост и издеваться. Это были тяжелые дни для Змеи. Мудрец увидел, что происходит и, выслушав жалобы Змеи, сказал: «Дорогая Змея, я просил, чтобы ты перестала причинять людям боль и страдания, но я не говорил, чтобы ты никогда не шипела и не отпугивала их».

В конце притчи, психолог задает вопрос подросткам: как вы думаете, в чем смысл этой притчи?

Упражнение «Выставка врагов».

Цель упражнения: обучение социально приемлемому способу выражения своих эмоций, реагированию на негативные эмоции.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит: «Сядьте на стул и расслабьтесь, сделайте глубокий вдох 3-4 раза и закройте глаза. Вообразите, что вы попали на маленькую выставку. Эта выставка содержит фотографии людей, которые злят вас, обижают или несправедливо. Прогуляйтесь по этой выставке, попробуйте рассмотреть эти портреты. Выберите одного из них и оставайтесь с ним. Постарайтесь вспомнить

конфликтную ситуацию, связанную с этим человеком. Попробуйте увидеть себя в этой ситуации.

Представьте, что вы выражаете свои чувства человеку, который вас злит. Не сдерживайте свои эмоции, не стесняйтесь в выражениях, говорите ему, что хотите. Представьте, что вы делаете с этим человеком все, что вызывают ваши чувства. Не держи их. Не ограничивайте свои действия, делайте все, что вы хотите с этим человеком.

Когда решите закончить упражнение, то дайте сигнал – кивок головой, глубоко вдохните 3-4 раза и открывайте глаза».

Обсуждение выполнения упражнения. Психолог задает вопросы: что легко, что было трудно сделать в этом упражнении? Что понравилось в данном упражнении? На ком вы остановились в вашей галерее? Какую конфликтную ситуацию вы представили?

Упражнение «Кукольный театр».

Цель упражнения: расслабление участников.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит: «Сейчас вы превратитесь в кукол. Я буду Карабасом Барабасом, а вы – куклами. Я буду развешивать вас на гвоздики. Я буду подходить к каждому из вас и прикасаться к какому-то месту на вашем теле. Вы должны изобразить, как вы висите именно от этого места».

Психолог дотрагивается до любой части участников. Важно следить, чтобы эта часть тела была выставлена наверх, а остальное расслаблено и «моталось на сквозняке».

В конце занятия выполняется ритуал прощания. Цель ритуала прощания: снятие напряжения и закрепление полученной информации.

Психолог говорит участникам занятия: «Сегодня мы все плодотворно поработали и все заслужили свою благодарность. Когда я досчитаю до пяти, у вас должно быть время, чтобы поблагодарить друг друга рукопожатием».

Тема занятия 7: «Конструктивная агрессия».

Цель занятия: изучение индивидуальных эмоций и поиск путей их приемлемого выражения. Развитие навыков построения конструктивных отношений со сверстниками и взрослыми.

Материалы для занятия: веревка 2 метра на каждую пару.

Упражнение «Датский бокс»

Цель: получить опыт конструктивной агрессии, умение поддерживать контакт с партнером во время спора. Разряд во время спора между членами группы.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит: «Я хочу показать вам, как вы можете иметь хороший аргумент с большим пальцем. Хороший спор заключается в том, что мы следуем правилам спора и радуемся тому, что наш партнер также следует этим правилам. Однако мы не хотим никого обидеть.

Разделитесь на пары и встаньте на расстоянии друг от друга. Затем сожмите руку в кулак и прижмите ее к кулаку вашего партнера так, чтобы ваш мизинец прижимался к его мизинцу, ваш безымянный палец к его пальцу. Стойте так, как будто вы привязаны друг к другу. Более того, это так – в любом споре те, кто спорит, так или иначе зависят друг от друга. Затем восемь пальцев прижимаются друг к другу, и большие пальцы вступают в бой. Прежде всего, они направлены вертикально вверх.

Затем один из вас считает до трех, и бокс начинается с результата «три». Победителем становится тот, чей большой палец находится сверху, удерживая большой палец партнера как минимум секунду. Тогда вы можете начать новый раунд игры.

Сделайте перерыв после пяти раундов, чтобы отдохнуть рукой и выбрать другого партнера. попрощайтесь с партнером и поблагодарите его за честный бой. Если нет вопросов, то начинаем».

Обсуждение выполнения упражнения. Психолог задает вопросы: не возникало ли у вас трудностей в выполнении установленных правил ведения борьбы? В споре для вас важна победа?

Упражнение «Веровочка».

Цель упражнения: стимуляция опыта переживания отношений, основанных на сопротивлении.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит инструкцию: «Разделитесь на две группы «день» и «ночь». Сейчас вы встанете в пары «день» с «ночь», возьметесь за концы веревки и натяните ее так, чтобы каждый из вас отклонялся.

Перед тем, как начать выполнять задание, я каждому раздам тайную инструкцию. Её необходимо прочитать и никому не показывать».

Для «день» инструкция следующая: «Ваш партнер постарается потянуть вас в своем направлении. Но ты не хочешь туда идти. Там не интересно. Сопротивляйся до конца. Победителем становится тот, кто перетянет партнера».

Для «ночь» инструкция следующая: «Вы должны попытаться вытащить своего партнера из болота, в котором он застрял. Старайся изо всех сил, иначе он утонет. Но, по моему сигналу (я буду держать ухо пальцами) отпустите веревку. В конце концов, пусть он решит, что делать». После того как «ночь» неожиданно для «день» отпустит веревку, «А» переживают мгновение испуга.

Обсуждение выполнения упражнения. Психолог задает вопрос: какие чувства у вас возникли, когда ваш партнер отпустил веревку?

Упражнение «Разминаем челюсть».

Цель: расслабление мышечных блокировок в челюсти, разрядка заблокированного гнева.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит: «Опустите нижнюю челюсть. Нажмите на жевательные мышцы в углу челюсти. Если мышцы слишком напряжены, это может быть очень больно. Помассируйте в течение 3 минут, сделайте небольшой перерыв и снова помассируйте в течение 3 минут. Регулярно подтягивайте, напрягайте эти мышцы - это способствует их расслаблению».

В конце занятия выполняется ритуал прощания. Цель ритуала прощания: снятие напряжения и закрепление полученной информации.

Психолог говорит участникам занятия: «Сегодня мы все плодотворно поработали и все заслужили свою благодарность. Когда я досчитаю до пяти, у вас должно быть время, чтобы поблагодарить друг друга рукопожатием».

IV этап – закрепляющий.

Тема занятия 8: «Анализируем поведение».

Цель занятия: развитие навыков самоуважения, саморегуляции и самоанализа.

Материалы для занятия: не требуются.

Межгрупповая дискуссия «Согласен – не согласен».

Цель дискуссии: стимулирование самообучения, продвижение изменений в поведении, обучение способности отстаивать свою точку зрения.

Процедура проведения дискуссии: все участники стоят. Стулья расположены вдоль противоположных стен. Психолог зачитывает инструкцию: «Я вам буду зачитывать различные жизненные проблемы, по мнению людей. Если вы согласны с этим мнением, то садитесь на стул у левой стены. Каждый должен выбрать однозначное решение. Послушайте данные утверждения:

- не все плохие поступки остаются безнаказанными;
- людям, которые лгут, трудно смотреть в глаза другим;
- любой преступник может быть освобожден через защиту адвоката;
- каждый должен следовать чувству долга и ответственности;
- соблюдение закона обязательно для всех;
- если установленное правило не похоже, оно может быть нарушено;
- вы можете простить все для своих детей; люди должны уважать свои взаимные права;
- обманутый человек будет мучиться совестью.

Обсуждение дискуссии. Как только все участники расселись, психолог просит каждого участника обосновать свою точку зрения.

Межгрупповая дискуссия «Пословицы».

Цель дискуссии: выяснение внутренней позиции, формирование навыков выражения собственного мнения и принятие обратных связей, стимулирование изменений в поведении.

Процедура проведения дискуссии: все участники стоят. Стулья расположены вдоль противоположных стен. Психолог зачитывает инструкцию: «Сейчас я вам буду зачитывать пословицы. Если вы согласны с данной пословицей, то садитесь на стул у правой стены. Послушайте данные пословицы:

- нет такого человека, чтобы век без греха прожил;
- всякая неправда – грех;
- от судьбы не уйдешь;
- риск – благородное дело;
- когда деньги говорят – тогда правда молчит;
- раз украл – навеки вором стал;
- кто сильнее, тот и прав;
- с кем поведешься, от того и наберешься;
- умная ложь лучше глупой правды.

Обсуждение дискуссии. Психолог обращается к двум группам с просьбой, объяснить как они понимают пословицы.

В конце занятия выполняется ритуал прощания. Цель ритуала прощания: снятие напряжения и закрепление полученной информации.

Психолог говорит участникам занятия: «Сегодня мы все плодотворно поработали и все заслужили свою благодарность. Когда я досчитаю до пяти, у вас должно быть время, чтобы поблагодарить друг друга рукопожатием».

Тема занятия 9: «Последняя встреча».

Цель занятия: закрепление навыков саморегуляции, подведение проделанной работы.

Материалы для занятия: не требуются.

Упражнение «Разыгрывание ситуаций».

Цель упражнения: обобщение сформированных адекватных способов коммуникации.

Процедура проведения упражнения: все участники делятся на пары. Каждой паре дается разыграть ситуацию: «Во время игры, ваш партнер нечаянно подставил вам подножку. Вы упали и повредили колено. Вам захотелось ударить своего партнера, но.... Какая у вас будет реакция?»

Как только все участники проработают ситуацию в парах, происходит смена ролей.

Обсуждение выполнения упражнения. Психолог задает вопросы: какую стратегию вы использовали, чтобы выйти из конфликтной ситуации? Какие эмоции и чувства у вас возникли?

Упражнение «Встреча».

Цель упражнения: использование различных способов выхода из конфликтной ситуации.

Процедура проведения упражнения: участники делятся на две команды. Одна команда образует внутренний круг, другая – внешний круг. Те, кто стоит во внутреннем круге, поворачиваются лицом к участникам внешнего круга. Затем психолог говорит ситуацию: «Представьте, что ваш друг рассказал тайну другим людям». Ваша задача – постараться поговорить с этим другом, при этом выражая ему словами свои эмоции и чувства, это необходимо сделать спокойно и без криков.

Обсуждение выполнения упражнения. Психолог задает вопросы: удалось ли вам сдержать негативные чувства?

Упражнение «Мы».

Цель упражнения: рефлексия выполненных занятий, подведение итогов.

Процедура проведения упражнения: психолог говорит: «Давайте встанем в круг. Я хочу пригласить вас принять участие в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить взаимное чувство благодарности.

Один из вас становится центром, другой подходит к нему, пожимает ему руку и говорит ему: «Спасибо за совместную работу». Два остаются в центре, держась за руки. Затем прибывает третий участник, берет первого или второго за свободную руку, встряхивает его и говорит: «Спасибо за совместную работу».

Таким образом, группа в центре круга постепенно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда последний участник присоединяется, круг закрывается, и церемония заканчивается сильным рукопожатием.