

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.
Астафьева»**
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Институт социально–гуманитарных технологий
Кафедра специальной психологии

Порубова Алина Ивановна

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**Изучение и профилактика агрессивных тенденций школьников
подросткового возраста**

Направление: 37.04.01 Психология
направленность (профиль) образовательной программы
Психологическое консультирование и психотерапия

Допускаю к защите:

Заведующий кафедрой

д.м.н., профессор С.Н. Шилов

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Шилов С.Н. 9.12.2019

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

к.психол.н., доцент Н.Ю. Верхотурова

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Верхотурова Н.Ю. 9.12.2019

(дата, подпись)

Научный руководитель

к.м.н., доцент Я.В. Бардецкая

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

09.12.2019 Бардецкая Я.В.

(дата, подпись)

Обучающийся Порубова А.И.

(фамилия, инициалы)

9.12.2019 Порубова А.И.

(дата, подпись)

Красноярск 2019

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	3
Глава 1. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИЗУЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНЫХ ТЕНДЕНЦИЙ ШКОЛЬНИКОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА.....	9
1.1. Агрессия как психолого-педагогическая проблема в трудах отечественных и зарубежных исследователей.....	9
1.2. Причины агрессивного поведения подростков.....	17
1.3. Психологические подходы к профилактике агрессивного поведения подростков.....	25
Выводы по первой главе.....	36
Глава 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ АГРЕССИВНЫХ ТЕНДЕНЦИЙ ШКОЛЬНИКОВ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА.....	38
2.1. Организация, методы и методики исследования агрессивных тенденций школьников подросткового возраста	38
2.2. Анализ результатов исследования агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.....	43
Выводы по второй главе.....	50
Глава 3. Психологическая профилактика агрессивных тенденций школьников подросткового возраста	52
3.1. Основные направления, формы, методы психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.....	52
3.2. Анализ результатов контрольного этапа исследования.....	67
Выводы по третьей главе.....	79
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	81
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	85
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	94

Введение

Актуальность исследования. Напряженная, неустойчивая социальная, экономическая, экологическая, идеологическая обстановка, сложившаяся в настоящее время в нашем обществе, обуславливает рост различных отклонений в личностном развитии и поведении растущих людей. Современный подросток живет в мире, сложном по своему содержанию и тенденциям социализации.

Проблема детской и подростковой агрессивности является актуальной для общества в целом и для детской психологии, в частности. Рост агрессивных тенденций, распространение насилия и жестокости, отмечаемые в детской среде, трудности регуляции и контроля агрессивных проявлений вызывают озабоченность психологов, педагогов и родителей. Вопрос адекватной саморегуляции поведения особенно важен для школьников подросткового возраста. Необходимость исследования проблемы агрессивных тенденций подростков определяется реалиями современного общества, в котором имеется тенденция накапливать психологическое напряжение и прибегание к антисоциальному поведению, как к одному из возможных способов избавления от состояния фрустрации и напряжения. Способность же преодолевать стрессовые ситуации и формирование самоконтроля над агрессивностью, сдерживанию агрессивных актов большую роль играет развитие психологических процессов эмпатии, идентификации и децентрализации, лежащих в основе способности к пониманию других людей и к сопереживанию им, способствующих формированию представления о другом человеке как уникальной ценности.

В настоящее время школьники не застрахованы от проявлений агрессии и насилия во время уроков, перемен и на улице. На почве социальных противоречий возникают межгрупповые и межличностные конфликты. Участились случаи групповых драк подростков, носящих ожесточенный характер. Подростки стали употреблять алкоголь, наркотики, нарушают об-

ественный порядок, занимаются хулиганством, вандализмом. Проблема агрессии, находясь многие годы в фокусе внимания исследователей, остаётся недостаточно разработанной. За последние годы было выполнено психологами и педагогами ряд исследований по изучению, диагностике и предупреждению педагогической запущенности и правонарушений подростков. Этому посвящены работы Г.С. Абрамовой, М.А. Алемаскина, Ю.М. Антонян, С.А. Беличевой, В.М. Бехтерева, А.Д. Глоточкина, И.В. Дубровиной, В.В. Знакова, Е.Я. Иванова, К.Е. Игошева, Д.Д. Исаева, Д.Н. Исаева, А.Г. Ковалёва, И.С. Кона, В.Т. Кондрашенко, А.Е. Личко, Г. М. Миньковского, И.А. Невского, В.Ф. Пирожкова, К.К. Платонова, Г.М. Потанина, Д.И. Фельдштейна и др. Однако анализ этих работ показывает, что существующая практика профилактики не в полной мере решает задачи по предупреждению агрессивного поведения школьников подросткового возраста.

Подростковый возраст – один из наиболее сложных периодов развития человека. Именно в подростковом возрасте преимущественно происходит формирование характера и других основ личности. Неизмеримое количество внутренних и внешних факторов воздействуют на подрастающего ребенка: переход от опекаемого взрослыми детства к самостоятельности, смена привычного школьного обучения на другие виды социальной деятельности, а также бурная гормональная перестройка организма. Эти факторы делают подростка особенно уязвимым и податливым к отрицательным влияниям среды. В связи с этим целесообразно рассмотреть в рамках подросткового возраста особенности проявлений агрессивных тенденций, а также факторы регуляции и становления конструктивных форм проявления агрессии.

Воспитательная и психолого-педагогическая деятельность школы часто ограничивается разрозненными мероприятиями, направленными, в основном, на запугивание подростков (об этом свидетельствует факт введения в школы «Совета профилактики», с участием полиции), либо коррек-

цию тех нежелательных форм поведения, которые уже освоены подростками. При этом перспективная работа, направленная на предотвращение такого поведения, школой не ведётся.

Таким образом, можно выделить **противоречие** между ростом агрессивных тенденций школьников подросткового возраста и недостаточностью знаний об эффективных психопрофилактических мерах помощи подросткам в их успешной социализации, которая способствует снижению обращения к агрессивным способам взаимодействия.

Объект исследования: агрессивные тенденции школьников подросткового возраста.

Предмет исследования: изучение и профилактика агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.

Цель исследования: изучить агрессивные тенденции школьников подросткового возраста, теоретически обосновать и разработать программу психологической профилактики агрессивных тенденций изучаемого контингента лиц и проверить ее эффективность.

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что разработанная нами программа психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста позволит предотвратить развитие агрессивного поведения у изучаемого контингента лиц и не допустить формирование у них эмоционально-личностных расстройств.

Задачи исследования:

1. На основе анализа психолого-медико-педагогической литературы, определить современное состояние изучения проблемы исследования.
2. Изучить особенности агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.
3. Разработать и экспериментально проверить эффективность программы психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.

Методологическая основа исследования: являются работы следующих отечественных и зарубежных авторов: А. Бандура (2000), А. Басс (1957), Г.Э. Бреслав (2004), Р. Бэрн (2001), Е.В. Гребёнкин (2013), А. Дарки (1957), Е.В. Змановская (2008), В.П. Кащенко (1994), Е.К. Лютова (2000), Г.Б. Моница (2002), Г. Паренс (1997), Н.Я. Петрусь (2007), Н.М. Платонова (2011), И.П. Подласый (2004), Д. Ричардсон (2001), Л.М. Семенов (1996), Д.И. Фельдштейн (2005), И.А. Фурманов (1996) и др.

Методы исследования:

Теоретические методы: анализ научной литературы по проблеме исследования, анализ экспериментальных результатов исследования.

Эмпирические методы: беседа, наблюдение, опрос, тестирование, анкетирование, констатирующий, формирующий и контрольный эксперименты.

Психодиагностические методики использованные в исследовании:

- Опросник «Басса-Дарки», разработан А. Бассом и А. Дарки (1957);
- Методика «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера (1993);
- Графическая методика «Кактус» М.А. Панфиловой (1990).

Организация исследования. Экспериментальной базой для реализации исследования была выбрана МАОУ СШ № 137 г. Красноярска. В исследовании принимали участие 40 школьников в возрасте 12–13 лет.

Этапы реализации исследования:

Первый этап (сентябрь 2017 — декабрь 2017) – анализ общей и специальной психолого-медико-педагогической литературы по проблеме исследования; изучение теоретических подходов к проблеме по проблеме исследования в трудах зарубежных и отечественных авторов.

Второй этап (январь 2018 — апрель 2018) – формулирование проблемы и гипотезы исследования, определение его теоретических основ, целей и задач; уточнение объекта и предмета исследования; разработка экспериментальных планов.

Третий этап (май 2018 — декабрь 2018) – подбор диагностического инструментария для экспериментального исследования. Выявление агрессивных тенденций школьников подросткового возраста на основании отобранных диагностических методов и методик. Анализ результатов исследования.

Четвертый этап (январь 2019 — июнь 2019) – разработка и реализация программы психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.

Пятый этап (июль 2019 — ноябрь 2019) – обработка результатов контрольного эксперимента, оценка эффективности разработанной программы психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста. Формулирование выводов и заключения.

Теоретическая значимость. Данная работа вносит вклад в решение проблемы своевременного изучения и профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста. Представленные данные расширяют и конкретизируют современное представление о процессе психологической профилактики агрессивных тенденций изучаемого контингента лиц. В исследовании разработаны и представлены оптимальные направления, содержание и формы психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.

Практическая значимость. Получены экспериментальные данные об особенностях агрессивных тенденций школьников подросткового возраста и разработана программа психологической профилактики агрессивных тенденций изучаемого контингента лиц, которая может быть использована в работе социальных педагогов, психологов, педагогов как в школе, так и в других образовательных учреждениях.

Структура и объём работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы в количестве 103 источников и приложения.

Глава 1. Анализ литературы по проблеме изучения и профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста

1.1. Агрессия как психолого-педагогическая проблема в трудах отечественных и зарубежных исследователей

В психологической литературе понятие «агрессия» определяется как мотивированное, деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее физический вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), а также моральный ущерб живым существам (негативные переживания, состояние напряженности, подавленности, страха и т.п.)

И.П. Подласый раскрывает понятие «агрессивное поведение» как «действие человека, выражающееся в непосредственном агрессивном акте причинения вреда другому человеку: оскорблениях, издевательствах, драках, избиениях и т.д.» [45, С. 282]

Проблема агрессии всегда вызывала интерес психологов. Данной теме посвящено много фундаментальных теоретических исследований (Р. Бэрн, Д. Ричардсон, А. Бандура, Г. Бреслав, А. Басс, Э. Фром, В. Оклендер и др.) Существует много определений агрессии, однако, ни одно из них не признано исчерпывающим.

В быту термин «агрессия» имеет широкое распространение для обозначения насильственных захватнических действий. Агрессия и агрессоры всегда оцениваются резко отрицательно, как выражение наличия культа грубой силы. В основном же под агрессией понимается вредоносное поведение. В понятии "агрессия" объединяются различные по форме и результатам акты поведения – от злых шуток, сплетен, враждебных фантазий, до бандитизма и убийств.

В науке агрессия – (от лат.«agressio» – нападение, приступ) – это мотивированное, деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам существования людей в обществе, наносящее физический вред

объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), а также моральный ущерб живым существам (негативные переживания, состояние напряженности, подавленности, страха т.п). [25]

Наиболее общим определением агрессии является поведение, причиняющее ущерб. Причем ущерб может быть как прямым (нападение), так и косвенным (распространение порочащих слухов). Термином «агрессивность» обозначают ситуативную или личностную склонность к разрушительному поведению. Н.Д. Левитов (1964) описал состояние агрессивности как стеничное переживание гнева с потерей самоконтроля.

На сегодняшний день в научном мире существует немало теорий, объясняющих природу агрессивного поведения. Данная проблема является предметом значительного числа психологических работ как в нашей стране, так и за рубежом. Ей, в частности, посвящены специальные монографии (А. Бандура, Л. Берковиц, К. Лоренц, М. Браун).

По форме агрессия подразделяется на физическую (избиение, ранение, изнасилование) и вербальную (оскорбление, распространение клеветы, отказ общаться); прямую и косвенную.

А. Басс ввел понятия враждебной и инструментальной агрессии. Враждебная агрессия мотивируется негативными эмоциями и намерением причинить зло. При инструментальной агрессии, наоборот, преследуются цели, не связанные с причинением вреда, т.е. агрессия становится инструментом личного обогащения или продвижения.

Американские психологи Д. Креч и Р. Кратчфилд (1992) определяют понятие «агрессия» как любой вид поведения, приносящий вред другому [15, с. 88].

Немецкий психолог К. Бютнер (1991) рассматривает агрессию как «акты поведения, оскорбляющие, ранящие партнера и даже направленные на его уничтожение» [9, с. 7].

Психолог А.А. Реан под агрессией понимает «любые намеренные действия, которые направлены на причинение ущерба другому человеку, группе людей или животному» [39, с. 218].

По своему трактует данный термин психолог Л.Д. Столяренко – «это однобокое, подпитанное отрицательными эмоциями отражение реальности, приводящее к искажению, необъективности, неверности понимания действительности, к неадекватному поведению». Часто анализ показывает, что агрессия преследовала какую-либо позитивную цель для человека, но выбранный агрессивный способ поведения является неудачным, неадекватным, приводит к обострению конфликта и ухудшению ситуации [47, с. 382].

Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон (2001) дают следующее толкование агрессии - «это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения [10, с. 27]. Данное определение позволяет уточнить ряд параметров, характеризующих агрессию как поведенческое проявление: это всегда целенаправленное, умышленное действие, нацеленное именно на причинение вреда. Агрессия прямо или косвенно направлена на живые объекты, и вред наносится именно им. Жертвы агрессии пассивно или активно противодействуют агрессору. Подростковая агрессия значительно превосходит агрессию взрослых. Чаще всего это объясняется необходимостью самоутверждения [25, с. 243].

По мнению этих авторов:

– агрессия обязательно подразумевает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве;

– в качестве агрессии может рассматриваться только такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам;

– жертва должна обладать мотивацией избегания подобного обращения с собой.

Из отечественных психологов эту точку зрения разделяют Т.Г. Румянцева [44] и И.Б. Бойко [9]. Они рассматривают агрессию как форму социального поведения, которое реализуется в контексте социального взаимодействия, но поведение будет агрессивным при двух условиях: когда имеют место губительные для жертвы последствия, и когда нарушаются нормы поведения.

Отечественный психолог И.А. Фурманов [57, с.11–12] понимает агрессию как любую активность и инициативность ребенка, считая ее, «неотъемлемой динамической характеристикой активности и адаптивности». Он, наряду с деструктивной агрессией, признает существование и агрессии конструктивной, социально одобряемой и полагает, что «личность должна неизбежно обладать определенной степенью агрессивности и в «норме» она может оказываться качеством социально приемлемым и даже необходимым».

Из этого множества определений агрессии ни одно не является исчерпывающим и всеобъемлющим. Л. Берковиц (2001) обратил внимание на то, что одна из главных проблем в определении агрессии в том, что в английском языке этот термин подразумевает большое разнообразие действий. Когда люди характеризуют кого-то как агрессивного, они могут сказать, что он обычно оскорбляет других, или что он часто недружелюбен, или же что он, будучи достаточно сильным, пытается делать все по-своему, или, может быть, что он твердо отстаивает свои убеждения, или, возможно, без страха бросается в омут неразрешенных проблем.

Таким образом, при изучении агрессивного поведения человека мы сразу же сталкиваемся с серьезной и противоречивой задачей: как найти выразительное и пригодное определение основного понятия. Одно из определений агрессии, предложено А. Бассом (1957), агрессия – это любое поведение, содержащее угрозу или наносящее ущерб другим.

Второе определение, предложенное несколькими известными исследователями, содержит следующее положение: чтобы те или иные действия были квалифицированы как агрессия, они должны включать в себя намерение обиды или оскорбления, а не просто приводить к таким последствиям и наконец.

Третья точка зрения, высказанная Н. Зильманном, (1988) ограничивает употребление термина агрессия попыткой нанесения другим телесных или физических повреждений. Несмотря на значительные разногласия относительно определений агрессии, многие специалисты в области социальных наук склоняются к принятию определения, близкого ко второму из приведенных здесь. В это определение входит как категория намерения, так и актуальное причинение оскорбления или вреда другим. Таким образом, в настоящее время большинством принимается следующее определение: Агрессия – это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения. На первый взгляд, это определение кажется простым и откровенным, а также тесно связанным с пониманием агрессии с позиции обиденного сознания. Однако при более внимательном изучении оказывается, что оно включает в себя некоторые особенности, требующие более глубокого анализа. Из представления о том, что агрессия предполагает или ущерб, или оскорбление жертвы, следует, что нанесение телесных повреждений реципиенту не является обязательным. Агрессия имеет место, если результатом действий являются какие-либо негативные последствия. Таким образом, помимо оскорблений действием, такие проявления, как выставление кого-либо в невыгодном свете, очернение или публичное осмеяние, лишение чего-то необходимого и даже отказ в любви и нежности могут при определенных обстоятельствах быть названы агрессивными.

Ввиду того, что проявления агрессии у людей бесконечны и многообразны, весьма полезным оказывается ограничить изучение

подобного поведения концептуальными рамками, предложенными А. Бассом (1957). По его мнению, агрессивные действия можно описать на основании трех шкал: физическая – вербальная, активная – пассивная и прямая – непрямая. Их комбинация дает восемь возможных категорий, под которые попадает большинство агрессивных действий. Например, такие действия, как стрельба, нанесение ударов холодным оружием или избиение, при которых один человек применяет физическое насилие над другим, могут быть классифицированы как физические, активные и прямые. С другой стороны, распространение слухов или пренебрежительные высказывания за глаза можно охарактеризовать как вербальные, активные и не прямые. Эти восемь категорий агрессивного поведения и примеры к каждой из них:

Физическая – активная – не прямая агрессия, например, закладка мин-ловушек; сговор с наемным убийцей с целью уничтожения врага.

Физическая – пассивная – прямая, например, стремление физически не позволить другому человеку достичь желаемой цели или заняться желаемой деятельностью (например, сидячая демонстрация).

Физическая – пассивная – не прямая агрессия, например, отказ от выполнения необходимых задач (например, отказ освободить территорию во время сидячей демонстрации).

Вербальная – активная – прямая агрессия, например, словесное оскорбление или унижение другого человека.

Вербальная – активная – не прямая агрессия, например, распространение злостной клеветы или сплетен о другом человеке.

Физическая – активная – прямая агрессия, например, нанесение другому человеку ударов холодным оружием, избиение или ранение при помощи огнестрельного оружия.

Вербальная – пассивная – прямая агрессия, например, отказ разговаривать с другим человеком, отвечать на его вопросы.

Вербальная – пассивная – непрямая агрессия, например, отказ дать определенные словесные пояснения или объяснения (например, отказ высказаться в защиту человека, которого незаслуженно критикуют).

Таким образом, агрессия, в какой бы форме она ни проявлялась, представляет собой поведение, направленное на причинение вреда или ущерба другому живому существу, имеющему все основания избегать подобного с собой обращения. Данное комплексное определение включает в себя следующие частные положения: 1) агрессия обязательно подразумевает преднамеренное, целенаправленное причинение вреда жертве; 2) в качестве агрессии может рассматриваться только такое поведение, которое подразумевает причинение вреда или ущерба живым организмам; 3) жертвы должны обладать мотивацией избегания подобного с собой обращения.

Многие авторы разводят понятия агрессии как специфической формы поведения и агрессии как свойства личности. В последнем случае речь идет об агрессивности как компоненте личностной структуры.

«Агрессивность» в «Психологическом словаре» определяется как «склонность личности действовать враждебно и агрессивно» [35, с.7].

Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон (2001) несколько иначе трактуют данное понятие: «Агрессивность – относительно устойчивая черта личности, выражающаяся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное» [10, с. 29].

По-своему определяет «агрессивность» психолог С.Н. Еникополов (1995) : «личностная характеристика, приобретенная и зафиксированная в процессе развития личности на основе социального научения и заключающаяся в агрессивных реакциях на различного рода раздражители» [14, с.32].

Возможна агрессия без агрессивности, в то же время агрессивность может проявляться не только в открытом агрессивном поведении. Оба термина входят в состав агрессивного поведения, как действия,

направленного на причинение вреда другому человеку. Все подходы к классификации агрессивного поведения отражают сущность различия его форм, но в то же время схожесть мотивов.

Психолог Т.Г. Румянцева (1992) определяет «агрессивное поведение» как специфическую форму действий человека, характеризующуюся демонстрацией превосходства в силе или применением силы по отношению к другому человеку или к группе лиц, которым субъект стремится причинить ущерб [44, с.83].

Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон трактуют этот термин следующим образом: «это, прежде всего, внешне выраженное действие, направленное против другого человека. Обычно такое поведение носит кратковременный (преходящий) характер и меняется в зависимости от особенностей ситуации или смены одной ситуации другой» [10, с.29].

Обобщая все вышесказанное нужно выделить, что под агрессией понимают поведение, направленное на нанесение физического либо психологического вреда или ущерба, либо на уничтожение другого человека или группы людей. Агрессивность понимается как относительно устойчивая черта личности, которая проявляется в готовности к агрессивному поведению. Возможна агрессия без агрессивности, в то же время агрессивность может проявляться не только в открытом агрессивном поведении. Оба термина входят в состав агрессивного поведения, как действия, направленного на причинение вреда другому человеку. Все подходы к классификации агрессивного поведения отражают сущность различия его форм, но в то же время схожесть мотивов.

На наш взгляд, агрессивность – это свойство, присущее любому человеку. Сама по себе агрессивность не делает субъекта опасным, т.к. акт агрессии может не принимать социально опасные и неодобряемые формы, в противном случае агрессивность может мешать эффективной социализации человека. Каким образом подросток осваивает негативные формы выражения агрессии, а также приобретает агрессивность в качестве

устойчивого личностного образования, мы рассмотрим в следующем параграфе.

1.2.Причины агрессивного поведения подростков

Вопрос психологической коррекции агрессивного поведения подростков освещается в сравнительно небольшом количестве работ. Как правило, в существующей литературе внимание уделяется предупреждению и устранению агрессивных проявлений у детей. Во многом психотерапевтическая и психокоррекционная практика зависит от теоретических взглядов на природу агрессии, факторов и причин, приводящих к проявлению агрессивных тенденций в детской среде.

Формирование агрессивного поведения подростков зависит от ряда факторов, к которым следует отнести: ближайшее окружение подростка (родительская семья, группы сверстников), макросреда (образовательные учреждения, в которых ребенок прибывает длительное время: школа, училище), а также – традиции и законы средовой культуры, средства массовой информации [44, с.142].

Становление агрессивного поведения у подростков – сложный процесс, в котором участвуют многие факторы. Агрессивное поведение определяется влиянием семьи, сверстников, а также массовой информации. Дети учатся агрессивному поведению, как посредством прямых подкреплений, так и путем наблюдения агрессивных действий. Пытаясь пресечь негативные отношения между своими детьми, родители могут ненамеренно поощрять то самое поведение, от которого хотят избавиться. Родители, которые применяют крайние суровые наказания и не контролирующее занятия детей, могут обнаружить, что их дети агрессивны и непослушны.

Данные современной науки убеждают, что агрессивный подросток – это прежде всего обычный ребенок, которому свойственна нормальная

наследственность. Черты, качества агрессивности он приобретает под воздействием ошибок, недоработок, упущений в воспитательной работе, сложностей в окружающей его среде. Агрессивность в личностных характеристиках подростка формируется в основном как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется в соответствующем поведении. Также могут влиять и его природные особенности – темперамент, например возбудимость и сила эмоций, способствующие формированию таких черт характера, как вспыльчивость, раздражительность [19, с.101].

Не менее важным в формировании индивида являются воздействия макросреды – школы, различных групп, в которых находится подросток. К неблагоприятным факторам стоит отнести смену школьного учреждения и коллектива, частую смену педагогов, различающихся педагогической позицией.

Решающая роль отводится семье. Именно в ней в процессе взаимодействия и взаимовлияния супругов, родителей и детей закладываются основы норм и правил нравственности, навыков совместной деятельности, формируются мировоззрение, ценностные ориентации, жизненные планы и идеалы. Реакция родителей на неправильное поведение ребёнка, характер отношений между родителями и детьми, уровень семейной гармонии или дисгармонии, характер отношений с родными братьями и сёстрами - вот факторы, которые могут предопределить агрессивное поведение ребенка в семье и вне ее, а также влиять на его отношения с окружающими в зрелые годы. Характер отношений между родителями и подростками является очень важным фактором [2, с.186–187].

Как замечает психолог Л.М. Чепелева [52, с. 3], в наши дни школа не всегда является примером мирного сосуществования. Так, разрыв между интеллектуальным уровнем и подготовленностью ребенка к школе, с одной стороны, и системой школьных требований, связанных с учебной, с другой

стороны, образует конфликтную ситуацию, которая может иметь длящийся характер. Этот внутренний конфликт может способствовать проявлению агрессивности в общественно-отрицательных формах поведения: пропуске занятий, обмане, уходе из дома, чрезмерной раздражительности.

Сведения об агрессии ребенок получает также из общения со сверстниками. Дети учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением других детей. Подростки, кто наиболее агрессивен, скорее всего, оказываются отверженными большинством в своей возрастной группе и будут искать друзей среди других агрессивных сверстников. Это создает дополнительные проблемы, т.к. в агрессивной компании происходит взаимное усиление агрессивности ее членов [62, с.217].

Агрессивное поведение, направленное против сверстников, встречается гораздо чаще, чем против взрослых. Во-первых, со сверстниками ребенок сталкивается ежедневно. Во-вторых, будучи слабым сам, он ищет жертву заведомо слабее себя, что вообще свойственно для тех, кто желает самоутвердиться [22, с.104–112]. Мальчики-агрессоры доминантны. Девочки-агрессоры незаметны и изворотливы, агрессия с их стороны может проявляться в скрытой форме. Они высмеивают, подтрунивают, манипулируют кругом подруг, распространяют слухи и подстрекают других детей против персоны, которая им не нравится. Конфликты между детьми возникают не только в ситуации конкуренции и борьбы за лидерство, но и некомпетентных действий или оценок педагогов [17, с.85–88].

На формирование агрессивного поведения особое влияние оказывают средства массовой информации и реклама. Исследователи в области массовой рекламы отмечают, что за последнее время произошло усиление агрессивной направленности многих телевизионных рекламных роликов, часто повторяющихся в течение длительного времени. Учитывая то, что реклама на телевидении обладает сильным психологическим

воздействием на население, можно утверждать: наиболее сильное воздействие она оказывает на психику подростков [40, с.297].

Психиатры и психологи пришли к выводу, что воздействие телевидения на подростков преимущественно негативное. Ученые убеждены в следующем:

- подростки в серьезных ситуациях, в игре, в межличностном общении подражают насилию, увиденному на экране;
- они склонны отождествлять себя с определенными жертвами или агрессорами;
- подростки становятся не чувствительными к грубости, жестокости, посмотрев много сцен насилия;
- они начинают считать насилие приемлемой формой и моделью поведения и способом решения своих проблем [40, с.141–142].

Выделяют четыре основных детерминанты агрессии: социальные, внешние, индивидуальные и биологические. Значимость социальных детерминант обусловлена тем, что сама агрессия «не возникает в социальном вакууме». Психологи Р. Бэрн и Д. Ричардсон (2001) отмечают, что на агрессивное поведение влияют присутствие и действия других людей из социального окружения. Среди социальных детерминант агрессии ведущее место принадлежит фрустрации (блокированию разворачивания целенаправленного поведения), физическим и вербальным провокациям, характеристикам объекта агрессии (пол, раса) и подстрекательству со стороны окружающих.

Однако агрессию порождают не только слова и поступки других людей. Она может стать следствием действия особенностей среды или ситуации обитания, которые повышают вероятность агрессии. Ими могут стать параметры физической среды, создающие дискомфортные условия, – жара, шум, теснота, загрязненный воздух, а также воздействие средств массовой информации, прежде всего кино и телевидения [33, с.261].

Среди основных причин проявления агрессивности подростков необходимо выделить личностные черты (акцентуация характера, тревожность), установки, систему ценностей [58, с.211–225].

Важным аспектом в понимании причин проявления агрессивности являются акцентуации характера. По определению психиатра А.Е. Личко (1979), акцентуации характера есть «крайний вариант нормы, при котором отдельные черты характера чрезмерно усилены». Из-за предельного усиления одних личностных черт за счет других подростки оказываются уязвимыми при попадании в ситуации или окружение определенного типа. Предрасполагающими к проявлению агрессивного поведения у подростков могут быть астено-невротический, гипертимный, истероидный, неустойчивый, эпилептоидный типы акцентуаций характера [26, с.8–13].

Одна и та же поведенческая реакция разными индивидами может восприниматься и как недопустимо агрессивная, и как нормальная – все зависит от системы норм и ценностей, закрепленных в сознании подростка, и той культуры, в которой он живет.

Уровень самоконтроля, как пониженный, так и повышенный, может быть причиной агрессивных реакций. У людей со сниженным самоконтролем внутренние сдерживающие механизмы развиты слабо, поэтому они чаще могут проявлять агрессивность. Люди, обладающие необычайно развитыми внутренними сдерживающими механизмами, способны воздержаться от агрессивных проявлений даже в случае чрезвычайно мощной провокации. Однако, когда ресурс внутренних ингибиторов иссякает, агрессивность, проявляемая лицами с повышенным самоконтролем, может принять крайние меры [14, с.109].

Психолог И.В. Дубровина (1997) выделяет две наиболее распространенные причины агрессивного поведения подростков:

– боязнь быть травмированным, обиженным, подвергнуться нападению, получить повреждения;

– пережитая обида или душевная травма, или само нападение. Часто страх порождается нарушенными социальными отношениями ребенка и окружающих его взрослых. [30]

Психолог В.В. Лебединский (1990) связывает причину возникновения агрессивного поведения с критическими периодами в онтогенетическом развитии ребенка и подчеркивает, что дети более агрессивны в период их возрастных кризисов.

По мнению психолога Е.И. Рогова (1999), к агрессивному поведению приводят длительные и частые фрустрации: унижения, оскорбления ребенка со стороны родителей [41, с.52].

Психические нарушения имеют определенные этапы развития, проходя через которые они достигают наибольшей степени выраженности. Любые психопатологические феномены, синдромы включают начальные проявления, развернутую стадию, этап завершения, период остаточных симптомов. Во время подросткового кризиса скорость этого болезненного цикла увеличивается, в результате чего какой-то из этапов может быть либо очень коротким, либо не обнаруживаться вообще. Поэтому очень часто агрессивное поведение подростка является для его близких, знакомых, сверстников и очевидцев совершенно неожиданным.

Внутри подросткового возраста, как у мальчиков, так и у девочек, существуют возрастные периоды с более высоким и более низким уровнем проявления агрессивного поведения. Так, установлено, что у мальчиков имеются два пика проявления агрессии: 12 лет и 14–15 лет. У девочек также обнаруживаются два пика: наибольший уровень проявления агрессивного поведения отмечается в 11 лет и в 13 лет.

Сравнение степени выраженности различных компонентов агрессивного поведения у мальчиков и девочек показало, что у мальчиков наиболее выражена склонность к прямой физической и прямой вербальной агрессии, а у девочек – к прямой вербальной и к косвенной вербальной. Таким образом, для мальчиков наиболее характерно не столько предпочтение агрес-

сии по критерию «вербальная – физическая», сколько выражение ее в прямой, открытой форме и непосредственно с конфликтующим. Для девочек же характерно предпочтение именно вербальной агрессии в любых ее формах – прямой или косвенной.

Говоря об особенностях агрессии в подростковом возрасте, необходимо учитывать тот факт, что подросток растет в семье, семья является почти всегда основным фактором социализации, она же является главным источником живых примеров агрессивного поведения для большинства детей.

Многочисленные исследования показали, что для семей, из которых выходят агрессивные дети, характерны особые взаимоотношения между членами семьи. Подобные тенденции психологами описаны как «цикл насилия». Дети склонны воспроизводить те виды взаимоотношений, которые «практикуют» их родители по отношению друг к другу. Подростки, выбирая методы выяснения отношений с братьями и сестрами, копируют тактику разрешения конфликтов у родителей. Когда дети вырастают и вступают в брак, они используют отрететированные способы разрешения конфликтов и, замыкая цикл, передают их своим детям, посредством создания характерного стиля дисциплины. Похожие тенденции наблюдаются и внутри самой личности. Достоверно установлено, что жестокое обращение с ребенком в семье не только повышает агрессивность его поведения в отношении со сверстниками, но и способствует развитию склонности к насилию в более зрелом возрасте, превращая физическую агрессию в жизненный стиль личности.

На становление агрессивного поведения влияют степень сплоченности семьи, близости между родителями и ребенком, характер взаимоотношений между братьями и сестрами, а также стиль семейного руководства.

Дети, у которых в семье сильный разлад, чьи родители отчуждены и холодны, сравнительно более склонны к агрессивному поведению. Подростки получают сведения об агрессии также из общения со сверстниками.

Они учатся вести себя агрессивно, наблюдая за поведением других детей. Однако те, кто очень агрессивен, скорее всего, окажутся отверженными большинством. С другой стороны, эти агрессивные дети могут найти друзей среди других агрессивных сверстников.

Один из самых спорных источников обучения агрессии – средства массовой информации. После многолетних исследований с использованием самых разнообразных методов и приемов психологи и педагоги все еще не выяснили степень влияния СМИ на агрессивное поведение.

Признаки проявления агрессивности у подростков:

- они ожидают от окружающих враждебности,
- они недооценивают собственную враждебность,
- в своих проблемах они винят окружающих и обстоятельства,
- они редко выражают свои чувства словами, предпочитая действие,
- часто не думают о последствиях своих поступков,
- завышают интенсивность своих эмоций: гнев вместо грусти или раздражения,
- они невосприимчивы к чувствам окружающих, у них низкий уровень эмпатии (умение принимать чувства других людей),
- их не волнует страдание, ответная агрессия, возможность быть отвергнутыми сверстниками,
- ценят превосходство и месть превыше дружбы,
- они менее склонны к компромиссам, чем другие дети,
- полагают, что их агрессивные действия дают ощутимые результаты, уменьшая агрессивность окружающих,
- не задумываются (скорее просто не знают) о собственной значимости, у них ограниченный выбор реакций на проблемную ситуацию.

Проанализировав различные подходы к проблеме возникновения агрессивного поведения, мы можем сделать вывод, что причина возникновения агрессии у подростков разнообразна. На возникновение

агрессивного поведения влияет как наследственный фактор (наличие агрессивности, как личностной предрасположенности к агрессивным действиям), так и микросоциальный фактор (взаимодействие в семье, референтной группе, школьном классе), а также макросоциальный фактор (модель поведения, принятая в обществе, пропагандируемая с помощью средств массовой информации). Можно предположить, что для эффективной профилактики агрессивных проявлений в среде школьников необходим системный подход, в котором будут учтены все эти факторы.

1.3. Психологические подходы к профилактике агрессивного поведения подростков

В современной отечественной и зарубежной психологии накоплено большое разнообразие подходов, методов и техник к коррекции агрессивного поведения взрослых. Сравнительно меньше работ, посвящённых коррекции проявлений агрессии в детском и подростковом возрасте. Имеющиеся исследования в основном касаются коррекции уже оформленных форм агрессивного поведения. Вопросам профилактики агрессивных тенденций в подростковом возрасте не уделялось должного внимания, о чём свидетельствует малая представленность данных исследований в современных изданиях и публикациях.

Целью коррекции в психоанализе является усиление «Я» ребёнка (А.-Фрейд, 1993). Терапевт сосредотачивается на интерпретации бессознательной мотивации агрессивных действий ребёнка. В процессе терапии ребёнку предоставляется возможность спонтанно выразить своё состояние.

В клиентцентрированной терапии (К. Роджерс, 1994), основное внимание уделяется эмоциональным отношениям между терапевтом и ребёнком, существующим «здесь и сейчас». Целью работы в этом направлении является получение ребёнком опыта самоуправления и самопознания, чтобы он мог самостоятельно справляться с проблемами. Помимо работы с

ребёнком проводится консультирование родителей. Кроме того, семье предлагается пройти тренинг детско-родительских отношений, в рамках которого родители приобретают навыки взаимодействия с ребёнком. Цель такой работы – принятие родителями ребёнка и его потребностей.

В поведенческом подходе существуют множество практических разработок по вопросам коррекции агрессивного поведения детей. С позиции теории социального научения, агрессия – приобретённая форма поведения, а следовательно, коррекционная работа должна быть направлена на модификацию поведения ребёнка. Это касается уменьшения агрессии, выработке навыков торможения, формирования новой модели конструктивного поведения. В данном теоретическом учении считается, что агрессивное поведение ребёнка формируется в результате применения неэффективных способов взаимодействия родителей с детьми. Следовательно, психологическая работа должна быть ориентирована на изменение средств и способов воздействия. В данном подходе разработано большое разнообразие тренингов, социальных навыков, направленных на детей, родителей и семьи в целом.

В рамках когнитивной модели агрессии психокоррекционная работа базируется на преодолении ошибочного приписывания агрессивных намерений окружающим. Основной акцент делается на изменение стереотипов взаимодействия родителей с детьми.

Практикующие психологи в зависимости от характера проявлений детской и подростковой агрессии на разных основаниях могут использовать различные методы коррекции, практикуемые в разных психотерапевтических школах и течениях (А.Г. Долгова, 2011; И.А. Зелененко, 2008; Е.К. Лютова, Г.Б. Моница, 2001; И.В. Ковалец, 2003 и др.). Так, техники арт-терапии, игровой терапии, сказкотерапии и другие могут применяться психологами, практикующими в разных теоретических направлениях психологии.

Практическая психология образования предполагает пять основных видов деятельности психолога: диагностика, коррекционно-развивающая работа, просвещение, консультирование и профилактика. Последняя, по мнению И.В. Дубровиной, является самым мало разработанным видом деятельности [30, с.80].

В «Социологическом энциклопедическом словаре» дано следующее определение понятия «профилактика» – «система мер, направленных на охрану здоровья, предупреждение возникновения и распространения болезней, улучшения физического развития населения, сохранение трудоспособности и обеспечение долголетия» [54, с.276].

По мнению педагога М.А. Галагузовой (2000), «профилактика – это совокупность государственных, общественных, социально-медицинских и организационно-воспитательных мероприятий, направленных на предупреждение, устранение или нейтрализацию основных причин и условий, вызывающих различного рода социальные отклонения в поведении подростков» [52, с.286].

Педагог Р.В. Овчарова следующим образом толкует понятие: «профилактика – это профилактическая деятельность, осуществляемая на уровне государства через систему мер повышения качества жизни, минимизацию факторов социального риска, создание условий для реализации принципа социальной справедливости [25, с.289].

Психологическая профилактика – деятельность по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии учащихся и созданию психологических условий, максимально благоприятных для этого развития [42, с.298].

Таким образом, суть данного вида деятельности практического психолога образования состоит в том, чтобы предупредить нежелательные отклонения в развитии ребёнка, посредством своевременного «вооружения» его необходимым набором компетентностей.

Мы выбрали профилактическую работу в качестве средства решения проблемы агрессивного поведения подростков в связи с тем, что данный вид деятельности, на наш взгляд, является наиболее эффективным не только для предотвращения нежелательных форм поведения, но и для развития личности ребёнка в целом.

В психологической литературе отражены различные подходы к профилактической работе с подростками. Так, например, К. Бютнер считает, что профилактика и предупреждение агрессивного поведения подростков становится не только социально значимой, но и психологически необходимой. Проблема повышения эффективности ранней профилактики, согласно мнению данного психолога, должна решаться в следующих направлениях:

- выявление неблагоприятных факторов и десоциализирующих воздействий со стороны ближайшего окружения, которые обуславливают возникновение агрессивного поведения, и своевременное устранение этих неблагоприятных воздействий;

- современная диагностика агрессивных проявлений в поведении подростков и осуществление дифференцированного подхода в выборе профилактических средств.

Ведущая роль в предупреждении и профилактики агрессивности у детей и подростков принадлежит семье, родителям. Однако большое значение отводится педагогам и психологам [11, с.16–17].

В соответствии с тем, что развитие ребенка осуществляется в деятельности, а подросток стремится к утверждению себя, своей позиции, как взрослый, среди взрослых, необходимо обеспечить включение подростка в такую деятельность, которая лежит в сфере интересов взрослых, но в то же время создает возможности подростку реализовать и утвердить себя на уровне взрослых.

Д.И. Фельдштейн (2005) вычленил социально признаваемую и социально одобряемую деятельность. Психологический смысл этой

деятельности состоит для подростка в том, что участвуя в ней, он фактически приобщается к делам общества, занимает в нем определенное место и удерживает свою новую социальную позицию среди взрослых и сверстников. В процессе этой деятельности подросток осознает себя и признается окружающими, как равноправный член общества, занимает в нем определенное место и утверждает свою новую социальную позицию среди взрослых и сверстников. Такая деятельность предоставляет подростку возможность развития его самосознания, формирует нормы его жизнедеятельности. Основные принципы, формы и методы построения такой деятельности требуют значительной корректировки при включении в нее подростков, отличающихся повышенной агрессивностью. Необходима организация системы развернутой деятельности, создающей жесткие условия, определенный порядок действий и постоянный контроль [55, с.46–48].

Одним из условий эффективной социализации и предупреждения становления агрессивных форм поведения является развитие мотивации привязанности, посредством которой ребенок научается желать внимания и одобрения окружающих. В качестве вторичного подкрепления привязанность может способствовать приспособлению ребёнка к социальным требованиям и запретам.

Игнорирование актов агрессивного поведения подростков как способ предупреждения и «снятия» агрессии оказывается неэффективным, так как грозит плохими последствиями и может вести к дальнейшему развитию агрессивного поведения, превращения его в привычную форму поведения личности. Если родители игнорируют акты агрессии подростка, то оно найдет подкрепление в кругу общения подростка, не ограничивающемся семьей. В том числе, в виде одобрения сверстниками агрессии против «несправедливо действующих родителей».

Наказание также рассматривается в качестве способа профилактики агрессивного поведения. Однако заторможенные таким способом

агрессивные реакции не обязательно исчезнут совсем и могут проявиться в ситуациях, где угроза наказания слабее [50, с.21–22].

Для профилактики агрессивного поведения необходимо научить подростков навыкам позитивного общения, взаимодействия с другими членами социума, умения находить мирные пути решения конфликтов.

Большую важность также имеют навыки совместной работы, получаемые, в частности, в рамках школы.

В работе по профилактике может использоваться метод дискуссии. Дискуссия – это метод обсуждения и разрешения спорных вопросов. Результатом ее может быть общее соглашение, лучшее понимание, новый взгляд на проблему, совместное решение. Дискуссия предполагает общение, что является ведущим видом деятельности в подростковом возрасте. Дискуссия высокоэффективна для закрепления сведений, осмысления проблемы и формирования ценностных ориентаций [20, с. 102].

Для снятия раздражительности и напряжения, имеющих на фоне гормональной перестройки, в работе с подростками могут использоваться игровые упражнения.

Д. И. Фельдштейн (1988) отмечает, что детей 10 – 12 лет отличает весьма своеобразное отношение к себе: около 34 % мальчиков и 26 % девочек относятся к себе полностью отрицательно. Остальные 70 % детей отмечают у себя и положительные черты, однако отрицательные черты все равно перевешивают. Таким образом, характеристикам детей этого возраста присущ отрицательный эмоциональный фон.

Периодизация В. В. Лебединского и О. С. Никольской (1990) в которой авторы выделяют четыре уровня развития эмоциональной регуляции поведения.

Первый уровень— решает задачи защиты организма от разрушающих воздействий внешней среды. Здесь осуществляется самая примитивная оценка самой возможности контакта с окружением, еще до

непосредственного соприкосновения с ним. Эмоциональная ориентировка на этом уровне оценивает интенсивность воздействия и связана лишь с общим ощущением комфорта или дискомфорта, позволяющим адекватно «вписаться» в окружающую среду.

Второй уровень— аффективных стереотипов— способствует установлению стабильных взаимодействий со средой, позволяя оценивать не только интенсивность воздействий, но и их качество (качество сигналов из внешнего мира и из внутренней среды организма). Именно этот уровень ответственен за выработку аффективных стереотипов сенсорного контакта и способов удовлетворения соматических потребностей, когда избирательно оценивается качество сенсорных впечатлений, ярко окрашенных удовольствием или неудовольствием. Этот уровень уже не только обеспечивает общее равновесие, но избирательно усиливает стенические состояния и противодействует развитию астенических. Процесс аффективной ориентировки на этом уровне активно проецирует внутренние переживания вовне, что позволяет превращать исходно нейтральные внешние впечатления в качественно значимые для ребенка.

Третий уровень— аффективной экспансии— осуществляет активную адаптацию к нестабильной ситуации. Задача данного уровня— овладение меняющейся, динамичной средой. Этот уровень создает эмоциональный опыт успехов и поражений, вырабатывает основу притязаний субъекта, его эмоциональное самоощущение «могу» или «не могу». Происходит оценка возможности преодоления неожиданных препятствий на пути к афферентной цели. Переживание успеха компенсирует страх перед препятствием, усиливает стенические эмоции, тем самым вносит значительный вклад в тоническую регуляцию психических процессов.

Четвертый уровень— эмоционального контроля— отвечает за организацию жизни и поведения субъекта в сообществе и осуществляет

эмоциональную оценку реакций других людей, налаживание взаимоотношений с ними. Ориентация на переживание другого человека обеспечивает контроль сообщества над индивидуальной аффективной жизнью, приводя ее в соответствие с требованиями и нуждами окружающих, с нормами и правилами взаимодействия.

Выделенные уровни аффективной регуляции образуют в совокупности систему аффективной организации поведения и сознания, имеющую четкую иерархию. Переживание каждого уровня имеет свою модальность, структуру, динамику и культурные особенности развития.

С. Л. Рубинштейн (1946) выделяет три уровня в развитии эмоционального реагирования, появление которых в онтогенезе происходит постепенно по мере развития всех психических функций и структур.

В работе А. Д. Кошелевой (1985), В. И. Перегруда (1985), О. А. Шаграевой (1985) представлены уровни развития эмоциональной регуляции поведения в онтогенезе: первый уровень- соматически обусловленного переживания, второй уровень- аффилиативно, эмпатийного переживания, третий- уровень инструментальных эмоций, четвертый- уровень собственно социальных эмоций.

Необходимым условием профилактической работы с подростками, проявляющими агрессивное поведение, является привлечение специалистов: классного руководителя, психолога, инспектора по делам несовершеннолетних.

Классный руководитель является связующим звеном в комплексной группе специалистов по организации профилактической работы с подростками. Он делает первичный запрос специалистам и даёт первичную информацию о ребенке.

Не менее важным специалистом в данной проблеме является психолог. Он изучает личность учащегося и коллектива класса, анализирует адаптацию ребенка в среде, выявляет дезадаптированных

учащихся, изучает взаимоотношения подростков со взрослыми и сверстниками. В его обязанности также входит подбор диагностических методик для организации профилактической и коррекционной работы [12, с.56–58].

В крайнем случае, когда агрессивное поведение выходит за рамки допустимого, к взаимодействию привлекается инспектор по делам несовершеннолетних. Он проводит пропаганду правовых знаний в образовательном учреждении, участвует в проведении родительских собраний, классных часов. Совместно с представителями педагогического коллектива образовательного учреждения в классах со сложной психолого-педагогической обстановкой проводит профилактические беседы, другие необходимые мероприятия. На основе изучения психологами и социальными педагогами причин девиантного поведения несовершеннолетних, конфликтных ситуаций в семьях принимает меры к их устранению [49, с.73–79].

Коррекционная направленность профилактической работы состоит в том, что подросткам предоставляется возможность удовлетворить свои интересы, реализовать свои потребности, проявить свои способности, оценить самого себя, быть оцененным другими в ходе участия в работе и, наконец, попытаться найти оптимальный вариант взаимоотношений со сверстниками и учителями и выбрать приемлемую форму поведения.

Анализируя подходы к возникновению агрессии и агрессивности, мы пришли к выводу, что причина возникновения агрессии у подростков полифакторна. Следовательно, наиболее эффективной будет системная профилактическая работа, направленная как на личностное развитие подростка, так и на просвещение и консультирование родителей и педагогов, чьё взаимодействие с подростком является важным микросоциальным фактором, влияющим на его развитие.

Далее мы рассмотрим вопрос содержания профилактической работы по снижению агрессии и агрессивности, направленной на самих

школьников. Известно, что в подростковом возрасте осуществляются сложные процессы развития самосознания, формирования системы ценностей, определяющей новый тип отношений с социумом. Однако в ряде психолого-педагогических исследований отмечается тот факт, что в образовательном процессе основной общеобразовательной школы отсутствует система методов и форм работы, обеспечивающая достижение учащимися коммуникативной компетентности (Д.И. Архарова, 2008; Н.Ш. Галлямова, 2010; Т.А. Долинина, 2008; Т.А. Ладыженская, 1990; А.Ю. Маслова, 2010; М.А. Мосина, 2001; О.С. Саламатова, 1996 и др.)

При этом важной особенностью коммуникативной компетентности является её способность формирования успешной деятельности личности в меняющихся условиях социального окружения. Для различных сфер профессионального взаимодействия специалистов наличие коммуникативной компетентности является важным качеством. Поэтому её развитие у учащихся является одним из главных направлений в современном образовании, так как общество требует наличия высокого уровня коммуникативной культуры у человека.

Кроме того, на наш взгляд, специально организованная деятельность, направленная на развитие коммуникативной компетентности и самосознания, позволит подросткам расширить репертуар социального поведения, позволит освоить социально приемлемые формы поведения, соответственно, уменьшит агрессивные реакции за счёт более эффективных социальных действий.

Другое направление профилактической работы – консультирование и просвещение учителей и родителей, осуществляемые в процессе развивающей работы с детьми – позволит, на наш взгляд, создать необходимые условия микросоциума, направленные на оптимизацию межличностных отношений подростков.

Выводы по первой главе

1. В современных исследованиях, понятие «агрессия» понимают поведение, направленное на нанесение физического либо психологического вреда или ущерба, либо на уничтожение другого человека или группы людей. Агрессивность понимается как относительно устойчивая черта личности, которая проявляется в готовности к агрессивному поведению.

2. Анализ литературы позволил изучить существенные современные подходы к определению сущности агрессивного поведения и его разновидностей. Определив, что проявления агрессии у людей бесконечны и многообразны, мы ограничили изучение подобного поведения концептуальными рамками, предложенными А. Бассом. По его мнению, агрессивные действия можно описать на основании трех шкал: физическая – вербальная, активная – пассивная и прямая – непрямая. Их комбинация дает восемь возможных категорий, под которые подпадает большинство агрессивных действий.

3. Теоретический анализ показал, что существует три фактора, вызывающих агрессивное поведение: индивидуально-психологические особенности самого подростка, микросоциум (семья, учителя, сверстники), а также макросоциум (общество, в котором живёт подросток). Соответственно, мы предположили, что профилактика агрессии и агрессивности должна представлять из себя системно организованную работу.

4. Определившись с понятием психологической профилактики как деятельности по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии учащихся и созданию психологических условий, максимально благоприятных для этого развития, мы описали два возможных направления психопрофилактической работы в условиях общеобразовательной школы: первое направлено на развитие личности учащегося, второе – на создание благоприятных условий для такого развития.

5. Содержанием первого направления профилактики выступает специально организованная деятельность, направленная на развитие коммуникативной компетентности и самосознания, которая позволяет подросткам расширить репертуар социального поведения, а также освоить социально приемлемые формы поведения, соответственно, уменьшает агрессивные реакции за счёт более эффективных социальных действий.

Второе направление представлено просветительской и консультативной работой с учителями и родителями подростков.

Глава 2. Экспериментальное изучение агрессивных тенденций

школьников подросткового возраста

2.1. Организация, методы и методики исследования агрессивных тенденций школьников подросткового возраста

Экспериментальной базой для реализации исследования была выбрана МАОУ СШ № 137 г. Красноярска. В исследовании принимали участие 40 школьников в возрасте 12–13 лет. Из них были сформированы экспериментальные группы ЭГ 1 (6 А) и ЭГ 2 (6 Б) (приложение 1.)

Формирование репрезентативной выборки испытуемых осуществлялось по следующим критериям отбора:

1. Равное экспериментальной группе общее количество воспитанников.
2. Практически равное экспериментальной группе количество воспитанников по гендерному признаку.
3. Равный экспериментальной группе средний возраст воспитанников.

Исследование проводилось в несколько этапов:

- Подготовительный этап: беседа с классным руководителем, психологом, отбор психодиагностических методов и методик.
- Констатирующий этап: проведение диагностического обследования в группах, систематизация результатов и их интерпретация.
- Разработка и реализация в экспериментальной группе программы психологической профилактики.
- Контрольный этап: проверка эффективности программы путем повторного диагностического обследования.

На первом этапе исследования была изучена информация о педагогических условиях подростков. Источниками послужили:

- личные дела учащихся;
- журнал успеваемости;

- социальный паспорт класса.

Из беседы с классным руководителем было выяснено, кого из класса, по внешним признакам, она относит к учащимся, склонным к агрессивному поведению. Педагог исходила из того, проявляется или нет агрессия в поведении учащихся во время уроков, на переменах и в часы самоподготовки (оскорбление учащимися друг друга, применение физической силы, отказ от выполнения заданий). Психолог, исходя из проведенных ранее диагностических исследований, также сообщила, на кого стоит обратить внимание, как проявляющего агрессивное поведение.

Методики для обследования отбирались с учетом возрастных показателей применения, информативности, возможности группового проведения, простоты и быстроты обработки. Все отобранные нами методики являются валидными и надёжными.

Следующим этапом исследования было проведение психодиагностического обследования по изучению и оценке агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.

Для достижения цели исследования и проверки гипотезы были сформулированы следующие задачи:

1. Провести теоретический анализ по проблеме исследования посредством работы с психолого-педагогической, социально-педагогической и социально-психологической литературой.
2. Отобрать адекватные методы и методики эмпирического исследования, определить основные методологические подходы исследования
3. Составить и реализовать психологическую программу по профилактике агрессивных тенденций изучаемого контингента лиц.
4. Провести контрольный срез и интерпретацию результатов, полученных в ходе эмпирического исследования после реализации психологической программы по профилактике агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.

5. Разработать психологические рекомендации для педагогов и родителей школьников подросткового возраста.

Таким образом, для решения поставленных в исследовании задач нами был скомпилирован пакет психодиагностических методик, включающий в себя методики на выявление подростков, склонных к агрессивному поведению:

- Опросник «Басса-Дарки» (1957);
- Тест «Оценка агрессивности в отношениях» А.Ассингера (1993);
- Графическая методика «Кактус» М.А. Панфиловой (1990).

С учащимися экспериментальной группы (ЭГ) в последующем была реализована программа психологической профилактики агрессивных тенденций.

Рассмотрим психодиагностические процедуры, используемые в нашем исследовании с целью изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.

Опросник «Басса-Дарки» (1957)

Для выявления уровня агрессивных тенденций школьников подросткового возраста нами был использован тест Басса–Дарки. Агрессивность имеет качественные и количественные характеристики. Как и всякое свойство, она имеет различную степень выраженности: от почти полного отсутствия до ее предельного развития. Каждая личность должна обладать определенной степенью агрессивности. Отсутствие ее ведет к пассивности, ведомости, конформности и т.д.

Целевой значимостью было выявление подростков, склонных к агрессивному поведению.

Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А.Басс и А.Дарки выделили следующие виды реакций:

1. Физическая агрессия - использование физической силы против
другого лица.

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

3. Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

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

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

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

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

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

Опросник состоит из 75 утверждений, на который испытуемые отвечали "да" или "нет". При составлении опросника авторы пользовались следующими принципами:

1. Вопрос может относиться только к одной форме агрессии.

2. Вопросы сформулированы таким образом, чтобы в наибольшей степени ослабить влияние общественного одобрения ответа на вопрос.

Используя данную методику, следует помнить о том, что агрессивность, как свойство личности, и агрессия, как акт поведения, могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности.

Диагностические испытания проводились с группами подростков 6 классов. Каждому испытуемому выдавались листы с текстом опросника

Басса-Дарки. Зачитывалась инструкция: «Ответьте «да» на те положения, с которыми Вы согласны и «нет» на те, с которыми Вы не согласны.

Методика «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера (1993)

Методика А. Ассингера позволяет определить, достаточно ли человек корректен в отношении с окружающими и легко ли общаться с ним. Для большей объективности ответов можно провести взаимооценку, когда школьники подросткового возраста отвечают на вопросы друг за друга. Это поможет понять, насколько верна их самооценка. Испытуемому выдавался стимульный материал, бланк ответов. Время не засекалось. Давалась инструкция, что в каждом задании вам предстоит выбрать один из трех вариантов ответа. Тест состоит из 20-ти вопросов с тремя вариантами ответов.

Графическая методика «Кактус» М.А. Панфиловой (1990)

Целевой направленностью послужило исследование эмоционально-личностной сферы ребенка.

Испытуемым было предложено на листе бумаги нарисовать кактус. Зачитывалась инструкция: «На листе бумаги нарисуйте кактус, такой, какой вы его себе представляете!». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. По завершении рисования с ребенком проводилась беседа. Ребенку давалось столько времени, сколько ему необходимо. По завершении рисования с ребенком проводится беседа. Можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Кактус домашний или дикий?
2. Его можно потрогать? Он сильно колется?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают: поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?

6. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем проективным графическим методам, а именно:

- пространственное положение;
- размер рисунка;
- характеристики линий;
- сила нажима на карандаш.

Полученные, по отобранным нами методикам результаты психодиагностических испытаний, сопоставлялись между собой, осуществлялась количественная и качественная обработка материала и их последующая интерпретация. На основании полученных результатов анализировались и оформлялись выводы об особенностях агрессивных тенденций школьников подросткового возраста.

2.2. Анализ результатов исследования агрессивных тенденций школьников подросткового возраста

По результатам констатирующего этапа исследования нами была составлена сводная таблица диагностики выявления подростков, склонных к агрессивному поведению экспериментальной группы 1 (ЭГ 1) 6 А класс и экспериментальной группы 2 (ЭГ 2) 6 Б класс по Опроснику «Басса-Дарки». Результаты представлены в табл. 1.

В результате психодиагностического изучения по методике Басса-Дарки было установлено, что в ЭГ 1 детей с индексом агрессивности – 40%, а с индексом враждебности – 60%. В ЭГ 2 эти показатели составили 45% и 55 %. Полученные результаты свидетельствуют о том, что индекс агрессивности и враждебности превышает норму.

**Таблица 1. Результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста по методике
«Басса-Дарки» (1957)**

Показатели агрессии	Испытуемые											
	ЭГ 1						ЭГ 2					
	Количество человек			%			Количество человек			%		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Физическая	18	2		90	10	-	14	6		70	30	-
Вербальная	20			100	-	-	16	4		80	20	-
Косвенная	12	6	2	60	30	10	10	6	4	50	30	20
Негативизм	10	6	4	50	30	20	12	6	2	60	30	10
Раздражение	12	8		60	40	-	16	4		80	20	-
Подозрительность	8	10	2	40	50	10	12	6	2	60	30	10
Обида	12	8		60	40	-	14	6		70	30	-
Чувство вины	14	6		70	30	-	12	6	2	60	30	10
Индекс агрессивности	8			40			9			45		
Индекс враждебности	12			60			11			55		

Результаты диагностики, представленные в таблице 2, показывают, что в классе есть подростки с высоким уровнем показателя агрессии, превышающим норму. При использовании методики Басса – Дарки был выявлен повышенный уровень агрессивности у подростков, что подтверждает большинство наших испытуемых, склонны к агрессии и насилию.

Представим выявленные нами результаты исследования по изучению индекса агрессивности школьников подросткового возраста, полученные на материале методики «Басса–Дарки» в виде гистограммы.

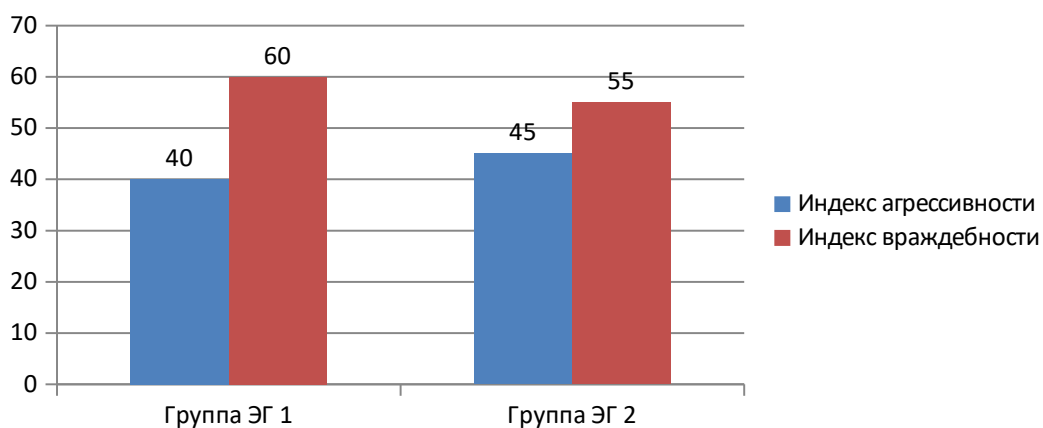


Рисунок 1. Гистограмма 1. Результаты изучения индекса агрессивности школьников подросткового возраста по методике «Басса-Дарки» (1957) (%).

Из полученных результатов видно, что из ЭГ 1 60% и 40 % имеют высокий индекс агрессивности и враждебности. ЭГ2 также имеет высокие показатели агрессивности и враждебности, что говорит о том, что испытуемые попадают в конфликтные ситуации, либо испытуемые достаточно часто попадают в неприятные или даже опасные для здоровья и жизни ситуации. Чаще всего это – стремление к агрессивному, необдуманному действию спонтанного характера.

Результаты диагностики по оценке агрессивных тенденций в отношениях школьников подросткового возраста экспериментальной группы (ЭГ 1) и экспериментальной группы (ЭГ 2) по тесту А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (1993г.) представлены в табл. 3.

Таблица 3. Сводная таблица результатов исследования по методике А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (1993)

Уровень агрессивности	Испытуемые			
	ЭГ 1		ЭГ 2	
	Кол-во человек	%	Кол-во человек	%
Высокий	16	80	18	90
Средний	2	10	2	10
Низкий	2	10	-	-

Из результатов диагностики, представленных в таблице 4 видно, что показатель высокого уровня агрессии в ЭГ 1 равен 80%; в ЭГ 2 равен 90%. Полученные данные позволяют нам отметить более высокий уровень агрессивных тенденций в отношениях подростков в ЭГ 1 и ЭГ 2.

Анализируя полученные данные, мы можем сказать, что у школьников подросткового возраста преобладает высокий уровень агрессивности. Полученные и проанализированные данные по группам указывают на то, что подростки излишне агрессивны, притом нередко бывают неуравновешенными и жестоким по отношению к другим. Подростки надеются добиться успеха, жертвуя интересами окружающих.

Наглядно данные результаты исследования по оценки агрессивности в отношениях школьников подросткового возраста ЭГ 1 и ЭГ 2 на констатирующем этапе эксперимента по методике А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (1993) представлены на рис. 2.

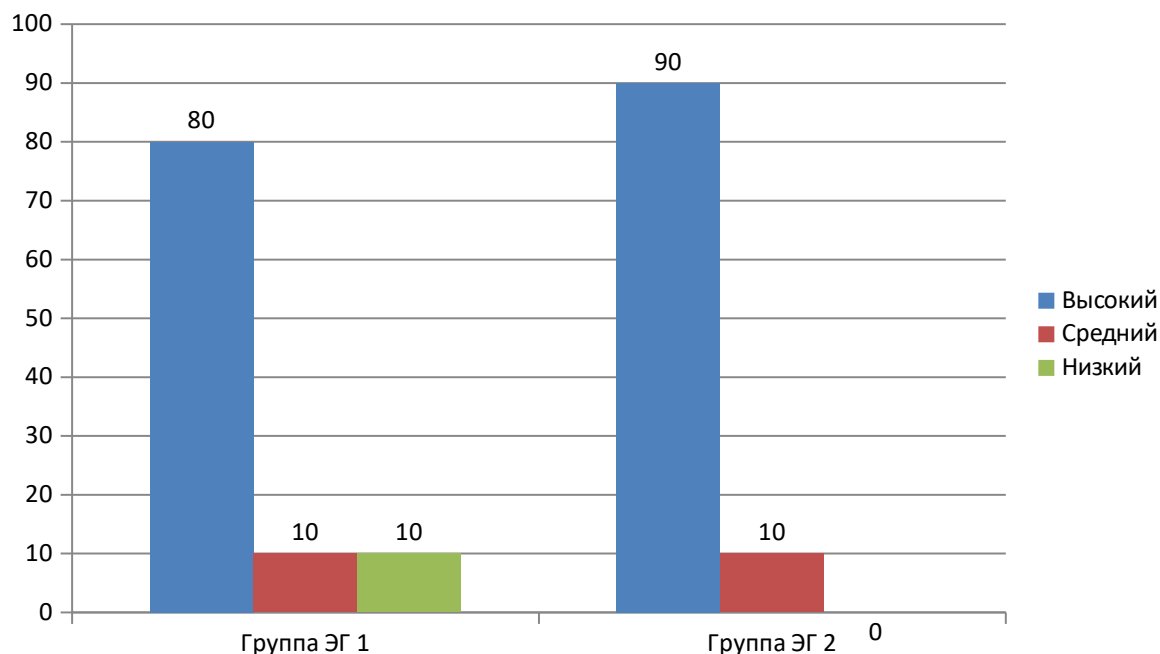


Рисунок 2. Гистограмма 2. Результаты изучения уровня агрессивных тенденций школьников подросткового возраста по методике А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (1993) (%)

Результаты диагностики, представленные на рис. 2, показывают, что в классе есть подростки с высоким уровнем показателя агрессии, превышающим норму. При использовании методики был выявлен повышенный уровень агрессивности у подростков, что подтверждает большинство наших испытуемых, склонны к агрессии и насилию. В ходе диагностики по методике А. Ассингера было установлено, что в ЭГ 1 детей с низким уровнем агрессивности – 10%, со средним – 10%, а высокий уровень агрессивности имеют 80%. В ЭГ 2 эти показатели составили 10% среднего уровня агрессивности и 90% высокого уровня.

Результаты диагностики по выявлению наличия агрессивных тенденций, ее направленности и интенсивности подростков ЭГ 1 и ЭГ 2 по графической методике «Кактус» М.А. Панфиловой представлены в табл. 4.

Таблица 4. Результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста по методике «Кактус» М.А. Панфиловой (1990)

Состояние эмоциональной сферы	Испытуемые			
	ЭГ 1		ЭГ 2	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Повышенный уровень агрессии	5	25	4	20
Тревожность	3	15	4	20
Стремление к защите	1	5	2	10
Эгоцентризм	5	25	4	20
Интровертированность	2	10	1	5
Жертвенность	1	5	2	10
Оптимизм	2	10	2	10
Стремление к одиночеству	1	5	1	5

По результатам методики М.А. Панфиловой преобладают такие личностные характеристики, как агрессия и тревожность. Их процент составляет соответственно 20% и 25%. Менее выраженными являются женственность, интровертированность, оптимизм и стремление к одиночеству. В среднем процент данных характеристик составляет 5–10% .

После анализа рисунков была выделена группа по критериям, которые указывают на проявления достаточно высокой степени тревожности и агрессии.

У подростков выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы). Удовлетворение своих интересов, происходит в ущерб другому человеку. Также можно отметить, что констатирующий срез показывает практически одинаковые результаты как у ЭГ 1, так и группы ЭГ 2 – высокий уровень агрессии.

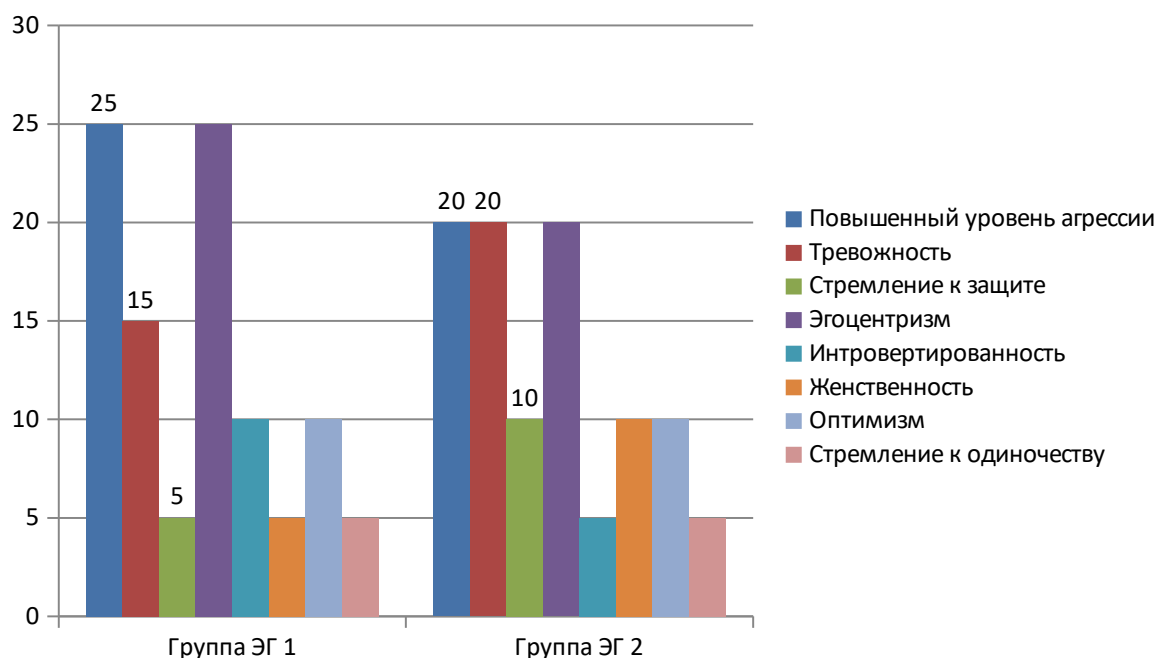


Рисунок 3. Гистограмма 3. Сравнительные результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста по методике «Кактус» М.А. Панфиловой (1990)

Из полученных данных видно, что уровень агрессивности превышает норму 25 % и 20 %, так же превышает норму уровень тревожности 25 % и 20 % и эгоцентризм 25 % и 20 %.

При сопоставлении полученных значений по трем методикам, мы можем заключить следующее: у школьников подросткового возраста преобладает вербальная форма агрессии, при этом доминирует соперничество как тип поведения в конфликтной ситуации.

Следовательно, до начала проведения формирующего эксперимента между группами явных различий по уровню агрессии не наблюдается.

Для последующего исследования проблемы содержания профилактической работы по снижению агрессивных тенденций подростков мы приступаем к реализации разработанной нами профилактической программы.

Выводы по второй главе

В исследовании принимали участие 40 учащихся 6–х классов МАОУ СШ №137 г. Красноярска.

1. Экспериментальной базой для реализации исследования была выбрана МАОУ СШ №137 г. Красноярска. В исследовании принимали участие 40 школьников в возрасте 12–13 лет.

2. Целью эмпирического исследования являлась проверка выдвинутой гипотезы о том, что разработанная нами программа психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста позволит предотвратить развитие агрессивного поведения у изучаемого контингента лиц и позволит не допустить формирование у них эмоционально-личностных расстройств.

3. Учитывая возрастные особенности детей подросткового возраста, для диагностики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста нами были использованы следующие методики:

- Опросник «Басса–Дарки», разработан А. Бассом и А. Дарки (1957);
- Методика «Оценка агрессивности в отношениях» А. Ассингера (1993);
- Графическая проективная методика «Кактус» М.А. Панфиловой (1990).

4. По результатам использования методики «Басса–Дарки» (1957) выявлено, что в классе есть подростки с высоким уровнем агрессивных тенденций, превышающим норму. При использовании методики Басса–Дарки был выявлен повышенный уровень агрессивности у подростков, что подтверждает большинство наших испытуемых склонны к агрессии и насилию. В ходе диагностики по методике Басса–Дарки было установлено, что в ЭГ 1 детей с низким уровнем агрессивности – 40%, со

средним – 20%, а высокий уровень агрессивности имеют 50%. В ЭГ 2 эти показатели составили 30%, 20% и 10 % соответственно.

5. Из результатов диагностики по методике А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» видно, что показатель высокого уровня агрессии в ЭГ 1 равен 80%; в ЭГ 2 равен 90%. Полученные данные позволяют нам отметить более высокий уровень агрессивности в отношениях у младших подростков в ЭГ 1 и ЭГ 2.

6. По результатам использования методики М.А. Панфиловой преобладают такие личностные характеристики, как агрессия и тревожность. Их процент составляет соответственно 20% и 25%. Менее выраженными являются жертвенность, интровертированность, оптимизм и стремление к одиночеству. В среднем процент данных характеристик составляет 5–10% .

7. Полученные нами результаты констатирующего эксперимента, направленные на изучение особенностей агрессивных тенденций школьников подросткового возраста, легли в основу разработки программы психологической профилактики по их нивелированию у изучаемого контингента лиц.

Глава 3. Психологическая профилактика агрессивных тенденций школьников подросткового возраста

3.1. Основные направления, формы, методы психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста

Анализ результатов констатирующего эксперимента, показал потребность в разработке программы психологической профилактики агрессивных тенденций поскольку подростки нуждается в специально организованных условиях психологического воздействия направленных на формирование социальной и коммуникативной компетентности, а также навыков самосознания. По нашему мнению формирование данных умений и навыков окажет положительное влияние на формирование конструктивных форм эмоциональной регуляции поведения, приведёт к снижению агрессивных тенденций во взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

В теоретической части нашего исследования мы определились с теми психолого-педагогическими условиями, которые направлены на профилактику агрессивных тенденций школьников подросткового возраста. Прежде всего, это: расширение базовых социальных умений посредством развития коммуникативной компетентности и самосознания подростков, а также просветительская и консультативная работа с учителями и родителями. Данные теоретические основания позволили нам следующим образом определить цель и задачи программы профилактической работы.

Цель: развитие социальной и коммуникативной компетентности, а также навыков самосознания школьников подросткового возраста.

Задачи:

1. Развитие социальной и коммуникативной компетентности, а также навыков самосознания учащихся.

2. Обеспечение реализации в школе психолого – педагогических условий, способствующих расширению базовых социальных умений детей (посредством разработки методических рекомендаций учителям и родителям).

Методологический аспект программы (принципы, формы и методы работы).

Методологической основой программы профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста стали принципы структурного, когнитивного и деятельностного, личностно-ориентированного подходов. Организация работы строится на принципах:

- Гуманизма – утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к каждому ребенку, исключение принуждения и насилия над личностью;
- Конфиденциальности – информация, полученная психологом в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению. Участие обучающихся должно быть сознательным и добровольным.
- Компетентности – психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности.
- Ответственности – психолог заботится, прежде всего, о благополучии детей и не использует результаты работы им во вред.

В ходе исследовательской работы были использованы следующие *принципы*:

1. *Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.* Цели и задачи любой коррекционно-развивающей программы должны быть сформулированы как система задач трех уровней: — коррекционного (исправление отклонений и нарушений развития, разрешение трудностей развития); — профилактического (предупреждение отклонений и трудностей в развитии);

— развивающего (оптимизация, стимулирование, обогащение содержания развития).

2. *Принцип единства коррекции и диагностики.* Этот принцип отражает целостность процесса оказания психологической помощи в развитии ребенка как особого вида деятельности практического психолога.

3. *Принцип приоритетности коррекции каузального типа.* Этот принцип означает, что приоритетной целью проведения коррекционных мероприятий должно стать устранение причин трудностей и отклонений в развитии ребенка.

4. *Деятельностный принцип коррекции.* Теоретической основой для формулирования указанного принципа является теория психического развития ребенка, разработанная в трудах А. Н. Леонтьева (1975), центральным моментом которой является положение о роли деятельности в психическом развитии ребенка. Деятельностный принцип коррекции определяет тактику проведения коррекционной работы, пути и способы реализации поставленных целей,

5. *Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей ребенка.* Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей согласует требования соответствия хода психического и личностного развития нормативному развитию, с одной стороны, и признание бесспорного факта уникальности и неповторимости конкретного пути развития личности — с другой. Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенетического развития.

6. *Принцип комплексности методов психологического воздействия.* Принцип комплексности методов психологического воздействия, являясь одним из наиболее прозрачных и очевидных принципов построения коррекционно-развивающих программ, утверждает необходимость использования всего многообразия методов, техник и приемов из арсенала практической психологии.

7. *Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе.* Принцип определяется той ролью, которую играет ближайший круг общения в психическом развитии ребенка. То есть объектом развития является не изолированный ребенок, а целостная система социальных отношений, субъектом которых он является.

8. *Принцип опоры на разные уровни организации психических процессов.*

При составлении коррекционных программ необходимо опираться на более развитые психические процессы и использовать методы, их активизирующие. Это эффективный путь коррекции интеллектуального и перцептивного развития.

9. *Принцип программированного обучения.* Наиболее эффективно работают программы, состоящие из ряда последовательных операций, выполнение которых сначала с психологом, а затем самостоятельно приводит к формированию необходимых умений и действий.

10. *Принцип усложнения.* Каждое задание должно проходить ряд этапов: от минимально простого — к максимально сложному. Формальная сложность материала не всегда совпадает с его психологической сложностью. Наиболее эффективная коррекция на максимальном уровне трудности доступна конкретному человеку.

11. *Учет объема и степени разнообразия материала.* Во время реализации программы необходимо переходить к новому объему материала только после относительной сформированности того или иного умения. Увеличивать объем материала и его разнообразие необходимо постепенно.

12. *Учет эмоциональной сложности материала.* Проводимые игры, занятия, упражнения, предъявляемый материал должны создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции. Коррекционное занятие должно завершаться на позитивном фоне.

В работе используются следующие методы:

- Дискуссия, обсуждение.
- Работа в парах.
- Рисунок.
- Психологическая игра.
- Работа в малых группах.
- Визуализация.
- Интерактивные игры, которые позволяют помочь детям ощу-

тить единение с другими.

Организационные условия проведения занятий

Программа предназначена для работы со школьниками подросткового возраста с 12 до 13 лет; оптимальная численность группы – 18–20 человек; продолжительность занятий – 40 минут. Периодичность занятий определяется самим психологом, но не реже одного раза в неделю. Программа рассчитана на 10 занятий (одна учебная четверть).

В качестве средств реализации программы нами были отобраны методы арт-терапии, игротерапии, метод моделирования (ситуаций социального взаимодействия) и метод социального научения.

По средствам *метода моделирования* школьникам подросткового возраста демонстрировались модели-ситуации, в рамках которых проходило обучение умениям конструктивного взаимодействия с окружающими и сверстниками; анализировались модели социального взаимодействия, принятые в обществе; обсуждались причины неконструктивных форм сотрудничества, приводящие к конфликтным ситуациям, сопровождающиеся неконтролируемыми эмоциональными реакциями гнева и агрессии.

Особое место в программе занимал *метод социального научения*, посредством которого подростки отработывали умения эмоциональной регуляции поведения и развивали навыки самосознания. Метод

социального научения позволил обучить приёмам распознавания эмоциональных состояний, их идентификации, регуляции и контроля.

Игра имеет сильное влияние на развитие личности школьника подросткового возраста, способствует развитию общения, коммуникации, созданию близких отношений, повышает самооценку. В игре формируется навыки произвольного поведения, регуляции эмоциональных состояний и умения конструктивного взаимодействия.

Игротерапия используется при проявлениях агрессии, помогает замкнутым подросткам, повышает самооценку, снимает эмоциональное напряжение, учит находить выход из конфликтных ситуаций, решает проблемы с адаптацией в школе, в семье.

Важным методом профилактики является *интерактивная игра* – активный метод обучения, основанный на опыте, полученном в результате специально организованного социального взаимодействия участников с целью изменения индивидуальной модели поведения. То есть, это такие методы, которые организуют процесс социального взаимодействия, на основании которого у участников возникает некое «новое» знание, возникшее непосредственно в ходе этого процесса, либо явившееся его следствием. Результатом хорошо организованной и эффективно проведенной интерактивной игры могут быть изменения в восприятии участников, инсайт, который приводит к быстрому, немедленному решению или новому пониманию имеющейся проблемы [55, с.173–177].

Групповая работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении, в интерьере комнаты должны преобладать спокойные неяркие цвета. Для обеспечения занятий необходимы бумага, карандаши, мелки, ножницы, гуашь, клей, фломастеры, мячи, мягкие игрушки.

Психогимнастика - это курс специальных занятий (этюдов, игр, упражнений), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка, как его познавательной, так и эмоционально-личностной

сферы. Основная цель здесь — преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения. Во время занятий психогимнастикой, в основном, используется бессловесный материал, хотя вербальное выражение детьми своих чувств поощряется ведущим.

Структура занятий программы включает в себя:

1. *Ритуал приветствия* – выполняет функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с подростком и формирования у подростка направленности на сверстников;
2. *Разминка* – упражнения, которые помогают подросткам настроиться на работу, повышают уровень их познавательной активности и способствует формированию их групповой сплоченности;
3. *Основная часть занятия* – психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач программы;
4. *Рефлексия занятия* предполагает эмоциональную и смысловую оценку занятия в ходе заключительного обсуждения;
5. *Ритуал прощания*, который сплавивает подростков, создает атмосферу группового доверия и принятия, им завершается занятие.

Разминки и ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и саморефлексия (при необходимости рефлексия проводится после или в процессе выполнения упражнения).

Перед началом занятий проводятся индивидуальные консультации с каждым подростком. После окончания групповой работы также проводятся консультации на которых закрепляются произошедшие с детьми изменения и групповое тестирование по методике Басса-Дарки (возможно использование других методик, с которыми работает психолог). Тестирование позволяет отследить динамику личностных изменений.

Таблица 1. Содержание программы занятий по психологической профилактике агрессивных тенденций школьников подросткового возраста

Номер занятия	Тематическое планирование	Целевая направленность	Реализуемые упражнения
1	Тема: "Знакомство"	Цель: познакомить детей друг с другом, принятие правил в группе.	«Анкета»; « Знакомство»; «Снежный ком»; «Правила группы»
2	Тема: «Я глазами других»	Цель: научить детей общаться более близко друг с другом.	«Что изменилось?»; «Волшебные заросли»; «Я никогда не...»; « Путаница»
3	Тема: «Необычный опыт общения»	Цель: научиться быть внимательным к поведению другого, осознание себя.	«Покажи эмоцию»; «Скульптура настроения»; «Вы меня узнаете?»; «Рукопожатие»
4	Тема: «Гармонизация эмоционального состояния»	Цель: научить ребят снижать агрессию	« Ассоциации»; «Хрустальный барабек»; «Апельсиновый рай»; « Зазеркалье»
5	Тема: «А как твое имя?»	Цель: содействие снижению негативных чувств	« Рисование имен»; «Шифровка имени»; « Танец имени»; «Маска имени»
6	Тема: «Актуализация внутренних ресурсов и развитие самоинтереса»	Цель: актуализация и осознание личностных ресурсов	«Пойти туда, не знаю куда, принеси то, не знаю что»; «Игры с миниатюрами»; «Мое солнце»; «Тух- тиби-дух»
7	Тема: «Спустите пар»	Цель: по средствам активных действий выплеснуть свои негативные переживания	«Ящик с обидами»; «Крикни громче»; «Походка»; «Я такой ,какой я есть- Я такой ,каким хотел бы быть»
8	Тема: «Моя критика»	Цель: умение отвечать на критику так, чтобы отстаивать свои права и уважать интересы других	«Мои цели»; «Моя критика»; «Просьба»; « Три объекта»
9	Тема: « Все вокруг хорошо»	Цель: проекция положительной	« Холодное- горячее»; «Изобрази настроение»;

		динамики	«Слепой скульптор»; «Ворвись в круг»
10	Тема: "Добрый день»	Цель: умение подчеркивать положительные качества у других	«Анкета»; «Волшебные заросли»; «Кто позвал, узнай»; «Каким бы я хотел быть и какой сейчас»

Рассмотрим содержание занятий по коррекции агрессивного поведения подростков в условиях общеобразовательной школы.

Занятие 1. Тема: « Знакомство».

Цель: познакомить детей друг с другом, принятие правил в группе.

Время: 40–45 минут.

Упражнение «Знакомство»: Психолог говорит «Давайте познакомимся», дети называют свои имена, для этого оформляют визитку.

Упражнение «Снежный ком»: Дети становятся в круг, ведущий берет мячик и кидает одному из детей, он называет свое имя, затем следующему, который, помимо своего имени называет имя первого, второго и т.д.

Упражнение «Правила в группе»:

1. Проявление активности.
2. Доверительный стиль в общении.
3. Слушать друг друга до конца, не перебивая.
4. Уважение друг друга.
5. Искренность в общении.

Занятие 2. Тема: «Я глазами других».

Цель: научить детей общаться более близко друг с другом.

Время: 40–45 минут.

Упражнение «Что изменилось?». Каждый ребенок по очереди становится водящим. Водящий выходит из комнаты. За это время в группе происходит 2–3 изменения в одежде, причёске, перестановке мебели и т.д. В задачу водящего входит правильно сказать, что изменилось.

Упражнение «Волшебные заросли»: Каждый участник пытается проникнуть в центр круга, образованными тесно прижатыми «волшебными водорослями» - всеми остальными участниками. «Водоросли» понимают человеческую речь и чувствуют прикосновения. Водящий должен самыми добрыми словами и нежными движениями уговорить «водорослей» пропустить его в центр круга. По окончании игры, обсуждается, когда и при каких условиях «водоросли» расступились, а при каких нет.

Упражнение «Я никогда не...»: Ребята сидят в кругу, каждый говорит то, что еще никогда не делал в жизни, но очень хотел попробовать и почему.

Упражнение «Путаница»: Все стоят по кругу, им предлагается взять за руки 2-х разных человек, и поднять руки над головой, не опуская рук, группа запутывается. Затем дается задание « Распутайтесь так, чтобы руки не размыкались».

Занятие 3. Тема: « Необычный опыт общения».

Цель: научиться быть внимательным к поведению другого, осознание себя
Время: 40–45 минут.

Упражнение «Покажи эмоцию». Выбирается 3 эксперта. Остальные участники делятся на 2–е команды, встают в шеренгу по одному в затылок друг другу. Ведущий сообщает крайнему из шеренги эмоцию так, чтобы другие не слышали. Задача этого человека показать эмоцию без слов, второй показывает третьему то, что показал ему первый и т.д. Последний из шеренги должен озвучить ,эту эмоцию. Вторая команда проделывает тоже самое, но уже с другой эмоцией. Эксперты должны выбрать ту команду, которая угадала эмоцию и наиболее точно передала ее смысл.

Упражнение «Скульптура настроения». Ребята становятся в ту позу, в которой наиболее схожа с их эмоцией.

Упражнение «Вы меня узнаете?». Ребятам дается инструкция «Иногда назначается встреча с совершенно незнакомым человеком. Как вы узнаете друг друга?» Опишите себя так, чтобы человек сразу вас узнал.

Упражнение «Рукопожатие». Группа делится на 2-е команды, которые придумывают себе название. Подгруппы становятся друг напротив друга в затылок друг к другу. 2-е цепочки проходят, друг другу на встречу и здороваются. Варианты рукопожатий задаются ведущим: 1.рукопожатие правой рукой 2.рукопожатие левой рукой.

Занятие 4. Тема: «Гармонизация эмоционального состояния».

Цель: научить ребят снижать агрессию.

Время: 40–45 минут.

Упражнение «Ассоциации». Один участник группы выходит за дверь. Остальные участники загадывают кого-то из оставшихся. Ведущий заходит обратно и по ассоциациям, которые будет ему говорить группа он должен отгадать кого загадала группа.

Упражнение «Хрустальный барабек»: Группа делится на пары. Каждая пара принимает решение. какой ритм она будет задавать. С помощью сухарей надо создать диалоги в парах.

Упражнение «Апельсиновый рай». Ребятам предлагается выдавить сок из апельсина в емкость, кто быстрее. После предлагается выпить сок.

Упражнение «Зазеркалье». Ребятам предлагается посмотреть на себя в зеркало. Ведущий проводит беседу: Кого они там видят? Что это за человек, чем он отличается от других?

Занятие 5.Тема: «А как твое имя?»

Цель: содействие снижению негативных чувств.

Время: 40–45 минут.

Упражнение «Рисование имен». Ведущий предлагает ребятам написать их на листочке перечень вариантов своего имени, затем из этого списка выбирается то, которое хотелось нарисовать. После надо нарисовать выбранное имя, проводится беседа.

Упражнение «Шифровка имени». Ведущий предлагает ребятам написать свое имя. Затем из букв имени необходимо сложить другие имена.

Упражнение «Танец имени». Ведущий предлагает придумать и показать танец своего имени. После каждый по очереди пританцовывает имена участников.

Упражнение «Маска имени». Ведущий предлагает ребятам нарисовать маску для своего имени, после чего каждый демонстрирует свои маски и рассказывает почему он нарисовал такую маску.

Занятие 6. Тема: «Актуализация внутренних ресурсов и развитие самоинтереса».

Цель: актуализация и осознание личностных ресурсов.

Время: 40–45 минут.

Упражнение « Пойти туда, не знаю куда, принеси то, не знаю что». Ведущий говорит: «сейчас каждый из вас представит, что ему необходимо пойти туда, не зная куда, принести то, не знаю что. Задача заключается в том, чтобы каждый принес 3 любые вещи, которые имеют для вас какое-то значение. После чего, каждый рассказывает о своем путешествии.

Упражнение «Игры с миниатюрами». В центре комнаты стоит стол. Вокруг него стулья, по количеству участников. На другом столе расположены миниатюрные объекты. Каждый подходит к этому столу и выбирает себе 3 объекта, затем по очереди эти объекты надо расставить на столе.

Упражнение «Мое солнце»: Каждый рисует солнце в виде круга и исходящие из него лучей, надписывая вдоль каждого луча по одному из своих достоинств, а на конце луча тех, кого это качество согревает.

Упражнение «Тух–тиби–дух». Ребята должны произносить это слово сердито, до того момента пока ему не станет смешно.

Занятие 7. Тема: «Спустите пар».

Цель: по средствам активных действий выплеснуть свои негативные переживания.

Время: 40–45 минут.

Упражнение «Ящик с обидами»: Ребята комкают куски газеты в шары и кидают их в стену. Они падают, оставаясь на полу, а он продолжа-

ет комкать все новые куски газеты и кидать в стену до тех пор, пока не устанет. Если ребенку обидели, то ему можно посоветовать сопровождать каждый бросок словами, адресованными обидчику.

Упражнение « Крикни громче»: Ребятам предлагается прокричать те слова, которые возникают у них при агрессии.

Упражнение «Походка». Ребятам предлагается пройти так, как в их представлении ходит:

1. Маленькая девочка в хорошем настроении
2. Старик
3. Уставший мужчина

Упражнение « Я такой, какой я есть - я такой, каким хотел бы быть»: На листах бумаги написать с одной стороны «Я такой, какой есть», с другой стороны « я такой, каким хотел бы быть» и ответить на вопрос «Что мне нужно сделать, что бы быть таким, каким хотел бы я быть».

Занятие 8. Тема: « Моя критика».

Цель: умение отвечать на критику так, чтобы отстаивать свои права и уважать интересы других.

Время: 40–45 минут.

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

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

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

Упражнение « Три объекта». Каждый участник по кругу называет 3 объекта и распределяет их между 3-мя следующими за ним по кругу участ-

никами, которые вступают в невербальное взаимодействие, разыгрывая в течение 1-2 минут ситуацию, адекватную сочетанию этих ролей.

Занятие 9. Тема: « Все вокруг хорошо».

Цель: проекция положительной динамики.

Время: 40–45 минут.

Упражнение « Холодное - горячее». По кругу из рук в руки передается мячик или игрушка, который в зависимости от инструкции может быть холодным, горячим, пушистым, колючим, скользким. В зависимости от фантазии ведущего предметы могут быть разнообразными и иметь еще и разнообразные запахи.

Упражнение «Изобрази настроение». Задание выполняется по парам. Один из партнеров выбирает позу, выражающую его настроение и замирает. Другой участник изображает эту позу на листе бумаги, стараясь почувствовать настроение первого. Затем они меняются местами. После чего в парах обсуждается, правильно ли была интерпретирована поза.

Упражнение «Слепой скульптор». Члены группы разбиваются на тройки: 1-й человек скульптор, другой - глина, третий-модель. Скульптор закрывает глаза, модель выбирает позу, задача слепого скульптора - слепить из глины модель, которую изображает 3-ий. Скульптор прикасается к модели, пытаясь понять, что она из себя представляет, а потом переносит свои ощущения на глину. Через 5 мин. Скульптор открывает глаза и смотрит, что у него получилось.

Занятие 10. Тема: «Добрый день».

Цель: умение подчеркивать положительные качества у других.

Время: 40–45 минут.

Упражнение «Волшебные заросли». Каждый участник пытается проникнуть в центр круга, образованными тесно прижатыми «волшебными водорослями» всеми остальными участниками. «Водоросли» понимают человеческую речь и чувствуют прикосновения. Водящий должен самыми добрыми словами и нежными движениями уговорить «водорослей» пропу-

стить его в центр круга. По окончанию игры, обсуждается, когда и при каких условиях «водоросли» расступились, а при каких нет.

Упражнение « Кто позвал, узнай». Ведущий отходит в дальний угол комнаты, отворачивается и закрывает глаза. Дается инструкция: « дети по очереди называют водящего по имени разными интонациями, а он должен отгадать, кто к нему обратился и как.

Упражнение «Каким бы я хотел быть и какой сейчас». Ребятам предлагается нарисовать себя какой он есть сейчас и каким бы хотел стать. После показа рисунков в кругу с каждым участником обсуждается, а ребята помогают советами- как стать лучше, какие шаги нужно предпринять, чтобы соответствовать своему образу, какие ему присущи черты, и как в себе их развить.

По итогам реализации психологической программы профилактики агрессивных тенденций, в школе проводятся групповые консультации для родителей и учителей подростков, в ходе которых обсуждаются общие результаты реализации программы, а также совместно разрабатываются рекомендации учителям и родителям по общению с подростками.

Оценка результатов исследования эффективности программы психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста определялась с помощью повторного психодиагностического обследования с использованием психодиагностических методов и методик, которые мы отбирали для реализации констатирующего эксперимента.

Анализ полученных результатов обучающихся проводился в виде соотнесения данных, полученных в процессе первичного констатирующего эксперимента с уровнями результативности контрольного эксперимента.

3.2. Анализ результатов контрольного этапа исследования

Для проверки эффективности программы профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста нами было проведено контрольное диагностическое обследование в обеих группах испытуемых. Психологическая диагностика включала в себя методики, используемые нами на констатирующем этапе исследования.

На третьем этапе нашего исследования (этапе повторной диагностики) мы провели итоговую диагностику. Для того чтобы понять, произошли изменения в группах или нет, на заключительном этапе нашего исследования мы сравниваем данные, полученные до проведения формирующего эксперимента и после проведения формирующего эксперимента. Для начала рассмотрим экспериментальную группу.

Сравнительные результаты исследования агрессивных тенденций школьников подросткового возраста экспериментальной группы, полученные нами на материале методики «Басса–Дарки» до и после реализации формирующего эксперимента представлены в табл.ице 5.

С экспериментальной группой был организован контрольный эксперимент, цель которого заключалась в оценке эффективности разработанной нами программы психологической профилактики агрессивных тенденций, способствующей развитию социальной компетентности, самосознания и коммуникативной компетенции, с последующим сравнительным анализом результатов констатирующей и итоговой диагностики ЭГ 1 и ЭГ 2. С учащимися экспериментальной группы (ЭГ 2) проводились специальные игры и упражнения, направленные на формирование тех качеств, которые способствовали расширению базовых социальных умений детей. Программа рассчитана для подростков в возрасте 12–13 лет.

Показатели агрессии	Констатирующий этап						Контрольный этап					
	Кол-во чел.			%			Кол-во чел.			%		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Физическая	14	6	-	70	30	-	6	10	4	30	50	20
Вербальная	16	4	-	80	20	-	8	12	-	40	60	0
Косвенная	10	6	4	50	30	20	6	8	6	30	40	30
Негативизм	12	6	2	60	30	10	10	6	4	50	30	20
Раздражение	16	4	-	80	20	-	12	6	2	60	30	10
Подозрительность	12	6	2	60	30	10	8	8	4	40	40	20
Обида	14	6	-	70	30	-	6	8	6	30	40	30
Чувство вины	12	6	2	60	30	10	10	6	4	50	30	20
Индекс агрессивности	9			45			7			38		
Индекс враждебности	11			55			6			33		

Таблица 5. Сравнительные результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста ЭГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике «Басса–Дарки» (1957).

По результатам вторичной диагностики (после проведения профилактической работы) замечены, снижения уровня физической, косвенной, вербальной агрессии, на 30-40%, а так же раздражительности, проявления негативизма, обиды, подозрительности, что свидетельствует о качественно выполненной профилактической работе по развитию чувства эмпатии, сочувствия к другим сверстникам, взрослым и ко всему живому.

После проведения занятий, направленных на снижение агрессивности, можно заметить позитивные изменения в области снижения вспыльчивости, обидчивости, мстительности, нетерпимости к мнению других и подозрительности.

Дополнительный мониторинг школьников подросткового возраста подтверждает, что испытуемые, после реализации программы, стали менее конфликтны, вспыльчивы, реже отвечают грубо, почти не применяют физическую силу при разрешении непонимания в процессе общения. Если детей постигают неудачи в процессе деятельности, то они предпринимают повторную попытку ее выполнения, а не как прежде агрессивно проявляют свое недовольство, вымещая ее на окружающих. Замечено, что подростки, которые до посещения занятий часто противились общеустановленным правилам и порядкам, стали более внимательно относиться к просьбам учителей и стараться выполнять правила и порядки школы.

Проиллюстрируем сравнительные результаты исследования агрессивных тенденций школьников подросткового возраста ЭГ, (принимавших участие в реализации психологической программы), по методике «Басса-Дарки» до и после проведения формирующего эксперимента представлены на рис. 4

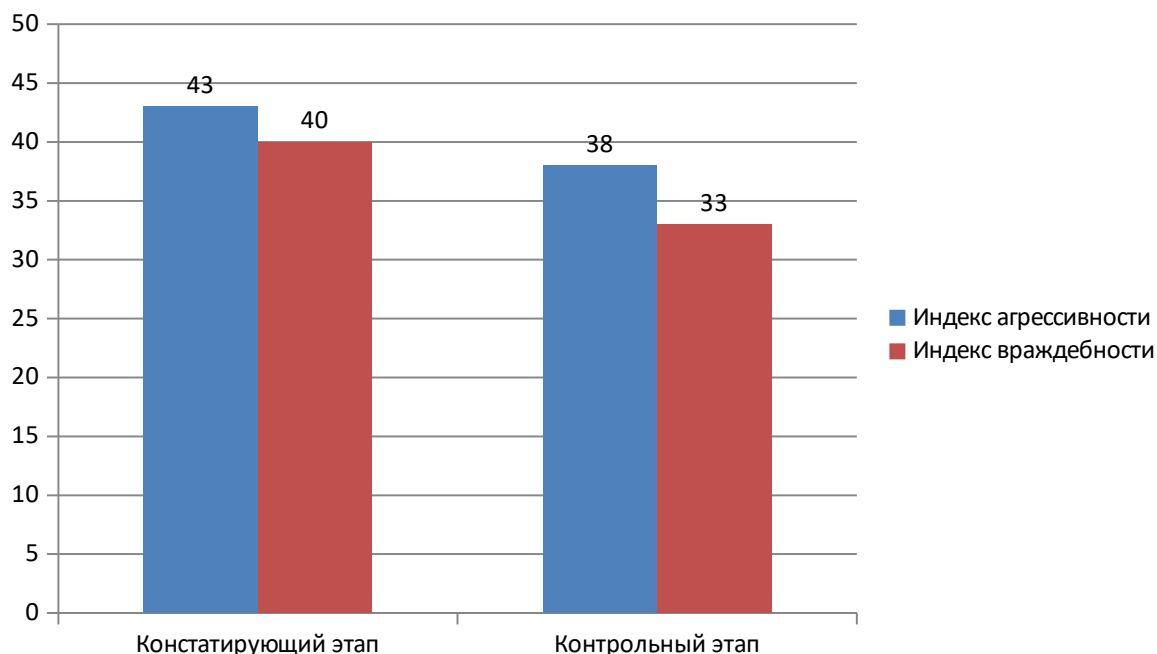


Рисунок 4. Гистограмма 4. Сравнительные результаты изучения индекса агрессивности школьников подросткового возраста ЭГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике «Басса–Дарки» (1957) (%).

Сравнительный анализ полученных данных показал, что на констатирующем этапе у подростков уровень агрессивности и враждебности был на высоком уровне 43 и 40 %, на контрольном этапе уровень агрессивности и враждебности у подростков заметно снизился на 10 %.

Рассмотрим результаты, полученные по методике А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях».

Таблица 6. Сравнительные результаты изучения уровня агрессивных тенденций школьников подросткового возраста ЭГ на констатирующем и контрольном этапе эксперимента по методике А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (1993).

Уровень агрессивности	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Высокий	18	90	10	50

Средний	2	10	6	30
Низкий	-	-	4	20

Из результатов, представленных в таблице 6., видим, что после проведения с подростками формирующего эксперимента также произошла положительная динамика – с высокого уровня агрессивного отношения она на 40 % понизилась, это говорит об эффективности профилактики агрессивного поведения.

Наглядно данные полученные по результатам методики А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (1993) у подростков экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапе эксперимента представлены на рис. 5.

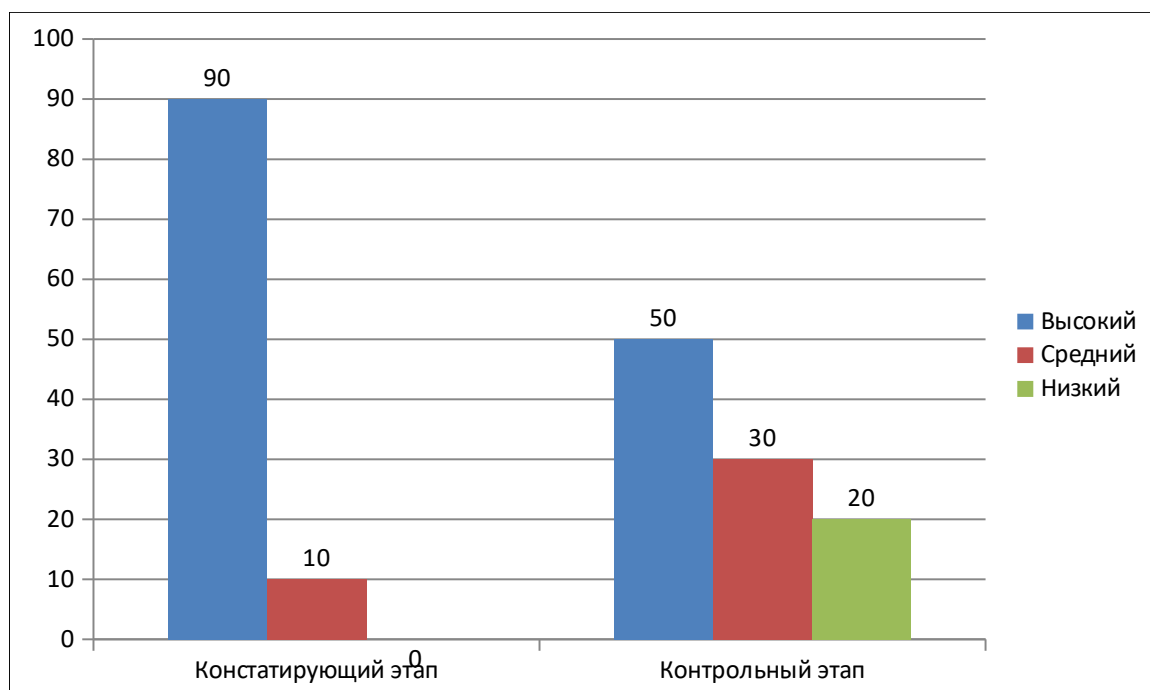


Рисунок 5. Гистограмма 5. Сравнительные результаты изучения уровня агрессивных тенденций школьников подросткового возраста ЭГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (1993) (%)

Анализ полученных данных показал, что на констатирующем этапе у подростков высокий уровень агрессивности был на уровне 90 %, средний 10%, на контрольном этапе высокий уровень агрессивности у подростков

заметно снизился до 50 %, средний до 30 % и низкий уровень агрессивности стал 20 %.

Рассмотрим результаты, полученные по методике М.А. Панфиловой «Кактус».

Таблица 7. Результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста ЭГ на констатирующем и контрольном этапе эксперимента по методике «Кактус» М.А. Панфиловой (1990)

Состояние эмоциональной сферы	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Повышенный уровень агрессии	4	20	2	10
Тревожность	4	20	3	15
Стремление к защите	2	10	2	10
Эгоцентризм	4	20	2	10
Интровертированность	1	5	1	5
Жертвенность	2	10	5	25
Оптимизм	2	10	4	20
Стремление к одиночеству	1	5	1	5

Из результатов, представленных в таблице 7, видим, что после реализации программы психологической профилактики наблюдается снижение уровня повышенной агрессии и тревожности в экспериментальной группе испытуемых. Стал выше уровень оптимизма и жертвенности.

Таким образом, в экспериментальной группе испытуемых наблюдается положительная динамика снижения уровня агрессивных

тенденций, их направленности и интенсивности с высокого на средний уровень выраженности.

Наглядно данные полученные по графической методике М.А. Панфиловой «Кактус» у подростков ЭГ на констатирующем и контрольном этапе эксперимента представлены на рис. 6.

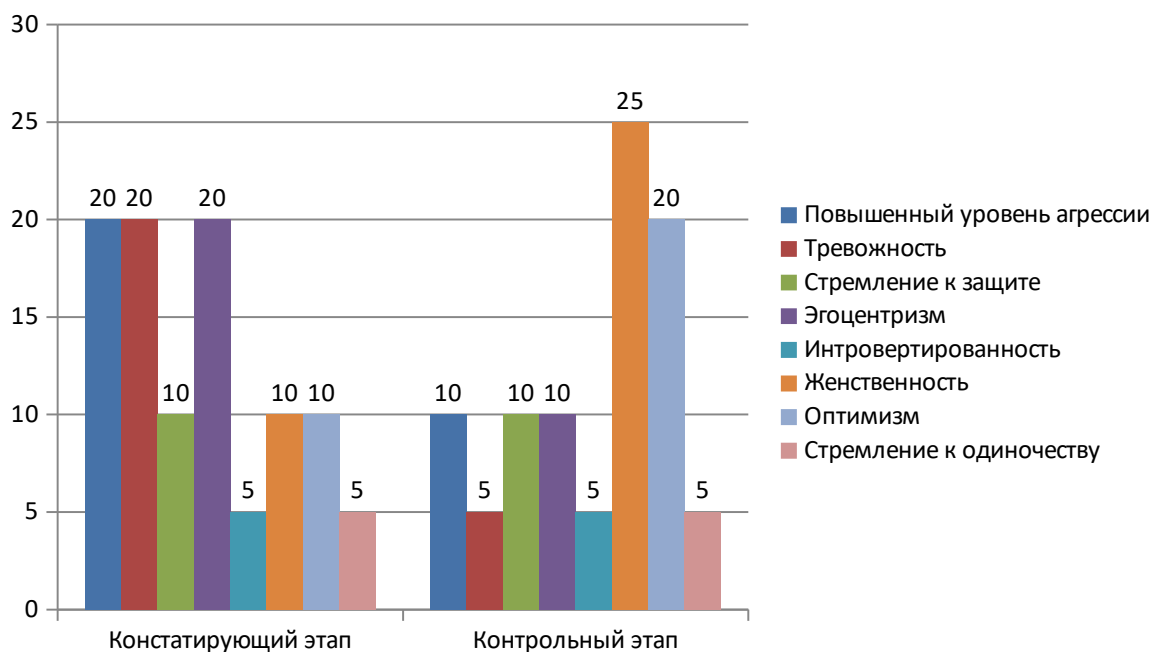


Рисунок 6. Гистограмма 6. Сравнительные результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста ЭГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике «Кактус» М.А. Панфиловой (1990).

Анализ полученных данных показал, что на первичном констатирующем этапе исследования у школьников подросткового твозраста был высокий уровень таких показателей, как агрессия, тревожность, эгоцентризм 90%. На контрольном этапе показатели агрессии, тревожности, эгоцентризма снизились на 10 %, и заметно возросли такие показатели, как жертвенность и оптимизм 25 %.

Далее проанализируем результаты изучения и оценки агрессивных тенденций школьников подросткового возраста контрольной группы (КГ). Представим сравнительные результаты исследования в таблице 8.

Таблица 8. Сравнительные результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста КГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике «Басса–Дарки» (1957).

Показатели агрессии	Констатирующий этап						Контрольный этап					
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Физическая	18	2	-	90	10	-	16	2	2	80	10	10
Вербальная	20	-	-	100	-	-	20	-	-	100	-	-
Косвенная	12	6	2	60	30	10	12	6	2	60	30	10
Негативизм	10	6	4	50	30	20	12	6	2	60	30	10
Раздражение	12	8		60	40	-	12	8	-	60	40	-
Подозрительность	8	10	2	40	50	10	10	6	4	50	30	20
Обида	12	8	-	60	40	-	12		-	60	40	-
Чувство вины	14	6	-	70	30	-	14	6	-	70	30	-
Индекс агрессивности	8			40			8			40		
Индекс враждебности	9			60			9			55		

Из результатов, представленных в таблице 8 видно, что при повторной диагностике у испытуемых контрольной группы изменений практически не произошло.

Сравнительные результаты исследования, полученные нами в группе школьников подросткового возраста КГ по изучению агрессивных тенденций до и после проведения формирующего эксперимента на материале методики «Басса-Дарки» представлены на рисунке 7.

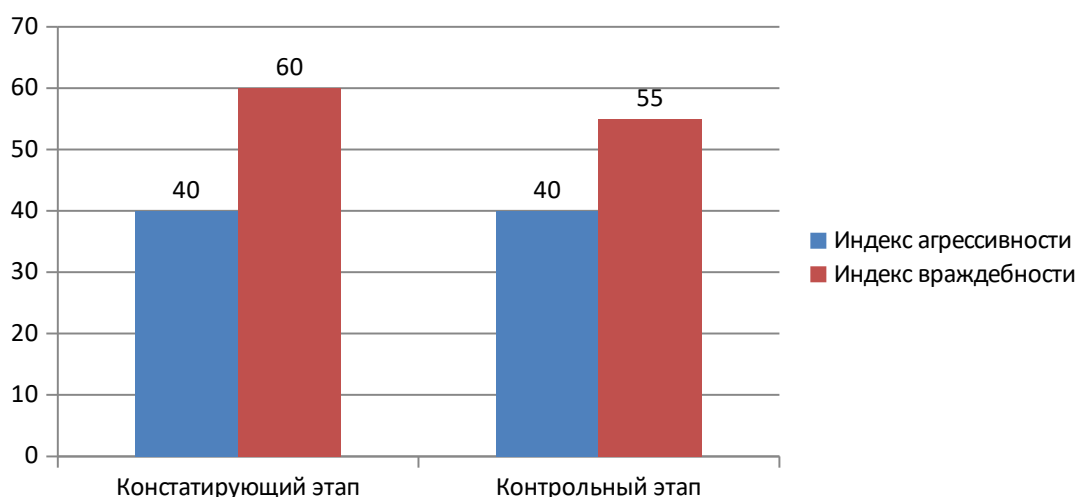


Рисунок 7. Гистограмма 7. Сравнительные результаты изучения индекса агрессивности школьников подросткового возраста КГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике «Басса-Дарки» (1957) (%).

Анализ полученных данных показал, что на констатирующем этапе у подростков уровень агрессивности и враждебности был на высоком уровне, что составило 50 и 40%. На контрольном этапе исследования уровень агрессивности снизился на 10%, а уровень враждебности у испытуемых остался на прежнем уровне на 40 %. Незначительные изменения показателей могут свидетельствовать о естественном развитии подростков.

Проанализируем сравнительные результаты исследования, полученные нами на материале методики А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях».

Таблица 9. Сравнительные результаты изучения агрессивных тенденций в отношениях школьников подросткового возраста КГ на констатирующем и контрольном этапах исследования по методике А. Ассингера (1993)

Уровень агрессивности	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Кол-во человек	%	Кол-во человек	%
Высокий	16	80	16	80
Средний	2	10	4	20
Низкий	2	10	-	-

Из результатов, представленных в таблице 9, видно, что при повторной диагностики положительной динамики в оценке агрессивных тенденций нами выявлено не было. Результаты исследования испытуемых контрольной группы остались на предыдущем высоком уровне выраженности. Наглядно данные полученные по методике А. Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» у школьников подросткового возраста контрольной группы на констатирующем и контрольном этапах эксперимента представлены на рис. 8.

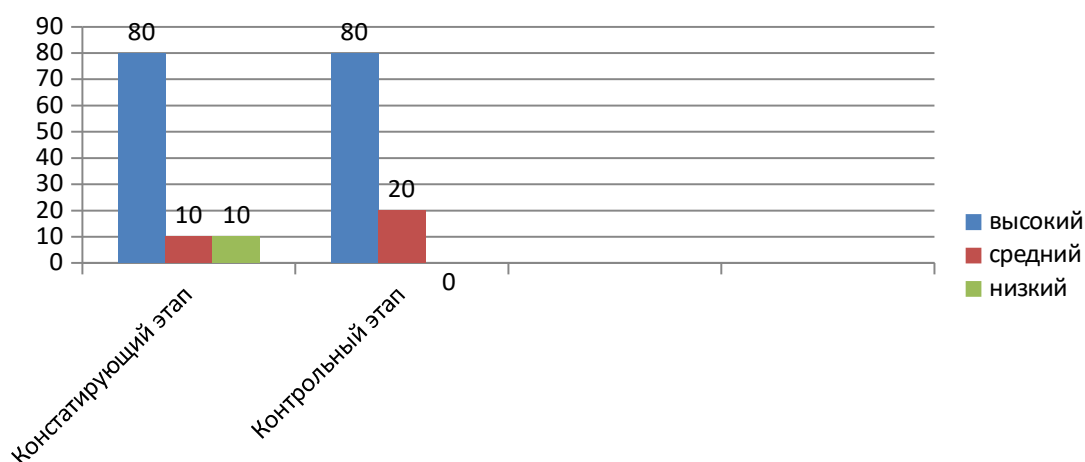


Рисунок 8. Гистограмма 8. Результаты изучения уровня агрессивных тенденций в отношениях школьников подросткового возраста КГ на констатирующем и контрольном этапах исследования по методике А.Ассингера «Оценка агрессивности в отношениях» (1993)

Анализ полученных данных показал, что на контрольном этапе у подростков не произошло никаких изменений. Высокий уровень агрессивности был на высоком уровне 80 %, на контрольном этапе уровень агрессивности не изменился 80 %.

Рассмотрим результаты, полученные по методике «Кактус» М.А. Панфиловой.

Таблица 10. Сравнительные результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста КГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике «Кактус» М.А. Панфиловой (1990)

Состояние эмоциональной сферы	Испытуемые			
	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Повышенный уровень агрессии	5	25	5	25
Тревожность	3	15	3	15
Стремление к защите	1	5	1	5
Эгоцентризм	5	25	5	25
Интровертированность	2	10	2	10
Женственность	1	5	1	5
Оптимизм	2	10	2	10
Стремление к одиночеству	1	5	1	5

Из результатов, представленных в таблице 10, видим, что при повторной диагностике в контрольной группе уровень агрессии и тревожности осталась на предыдущем уровне.

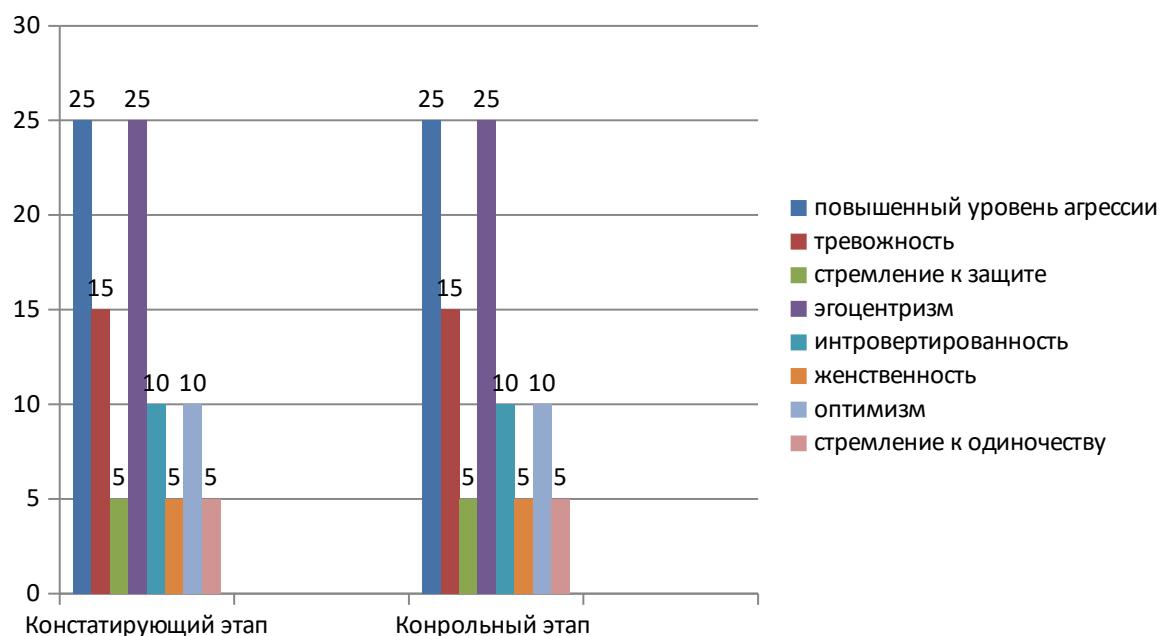


Рисунок 9. Гистограмма 9. Сравнительные результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста КГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике «Кактус» М.А. Панфиловой (1990).

Таким образом, в ходе проведения сравнительного анализа результатов констатирующего и контрольного экспериментов, мы выяснили, что:

- в контрольной группе школьников подросткового возраста изменений по снижению уровня агрессивных тенденций практически не произошло. Результаты исследования остались на том же уровне;

- в экспериментальной группе школьников подросткового возраста после проведения формирующего эксперимента произошла положительная динамика в сторону снижения показателей агрессивных тенденций.

В основание реализуемого нами исследования была положена следующая гипотеза: разработанная нами программа психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста позволит предотвратить развитие агрессивного поведения у изучаемого контингента лиц и не допустить формирование у них эмоционально-личностных расстройств.

Выводы по третьей главе

1. На основании выявленных результатов по изучению и оценке агрессивных тенденций школьников подросткового возраста, полученных нами в процессе реализации констатирующего этапа исследования, нами была разработана программа психологической профилактики агрессивного поведения у изучаемого контингента испытуемых.

2. Разработанная нами программа была ориентирована на профилактику агрессивного поведения подростков, снижения агрессивных тенденций средствами развития у них социальной компетентности, коммуникативных компетенций и самосознания. В структуру программы входила работа с подростками, учителями и родителями.

3. Профилактика агрессивных тенденций – самая эффективная форма воздействия, реализуемая со школьниками подросткового возраста, поскольку она позволяет предупредить агрессивное поведение, а не исправлять его.

4. Анализ современного состояния проблемы позволяет говорить о её недостаточной разработанности и малой представленности как в отечественной так и зарубежной психологии, однако на практике это крайне востребовано.

5. Наиболее эффективной будет системная профилактическая работа, направленная как на личностное развитие подростка, так и на просвещение и консультирование родителей и педагогов, чьё взаимодействие с подростком является важным микросоциальным фактором, влияющим на его личностное развитие.

6. За основу программы мы взяли авторскую психологическую программу Хухлаевой О.В., Кирилиной Т.Ю., Федоровой О.В., педагогов-психологов высшей категории. Большинство игр и упражнений были выделены нами из методических разработок педагогов и психологов

И.В. Дубровиной, О. Златогорской, К. Фоппель и др. В качестве структуры программы нами были отобраны методы арт-терапии, игротерапии, метод моделирования (ситуаций социального взаимодействия) и метод социального научения.

7. Реализация программы позволила снизить показатели агрессивных тенденций школьников подросткового возраста экспериментальной группы и не допустить становление устойчивых форм агрессивного поведения у изучаемого контингента испытуемых. В контрольной группе, участники которой не участвовали в реализации профилактической программы, наблюдалось сохранение или увеличение агрессивных тенденций по различным показателям.

8. По всем итоговым срезам методик по уровням агрессивности подростков контрольной и экспериментальной групп существуют достоверные различия: у детей из экспериментальной группы уровень агрессивности понизился по сравнению с детьми из контрольной группы. Таким образом, можно утверждать, что программа доказала свою эффективность.

Заключение

Проблема агрессивного поведения в современном обществе является чрезвычайно актуальной, как с точки зрения науки, так и с позиции социальной практики. Известно, что во всем мире отмечается рост насильственных действий, связанных с понятием агрессии и агрессивности, возникающих как из внутренних, так и из внешних факторов.

Особенно остро, на наш взгляд, стоит проблема агрессивного поведения в среде школьников подросткового возраста. Это обусловлено, с одной стороны, особенностями возраста, который характеризуется глубокими психологическими и физиологическими изменениями, и, вследствие чего, нестабильностью эмоциональной сферы подростка 11–12 лет, а также особой чувствительностью к «посягательству» извне, готовностью выстраивать психологическую защиту, вплоть до самой экстремальной, которой является агрессивное поведение. С другой стороны, в школе отсутствует системный подход к профилактике агрессивного поведения подростков. Обозначив проблему, мы сформулировали цель нашего исследования: изучить агрессивные тенденции школьников подросткового возраста, теоретически обосновать и разработать программу психологической профилактики агрессивных тенденций изучаемого контингента лиц и проверить ее эффективность.

Анализ современного состояния изучения проблемы показал её малую разработанность и недостаточную изученность о чём свидетельствует малая представленность результатов исследований в современной отечественной и зарубежной психологии.

Агрессивному поведению свойственны различные формы проявления. Единого основания для классификации данного явления нет. Психолог А. Басс выделяет три основных параметра, характеризующих формы агрессивного поведения: физическая – вербальная агрессия, активная – пассивная агрессия, прямая – косвенная агрессия. С. Фешбах

отмечает три типа агрессии: враждебная, инструментальная, экспрессивная. А.А. Реан акцентирует внимание на спонтанной и реактивной агрессии. Ряд психологов (О.Ю. Михайлова, Ю.Б. Можгинский, А.Р. Ратинов) выделяют мотивационную агрессию, агрессию как примитивную реакцию на неудовлетворяющую ситуацию, как результат неадекватной оценки ситуации и аффективную агрессию.

Психолог И.А. Фурманов делит агрессивное поведение детей на две формы: социализированная и несоциализированная.

Причина возникновения агрессивного поведения подростков полифакторна:

- природный фактор (наличие агрессивности, как личностной предрасположенности к агрессивным действиям);

- микросоциальный фактор (взаимодействие в семье, референтной группе, школьном классе);

- макросоциальный фактор (модель поведения, принятая в обществе, пропагандируемая с помощью средств массовой информации).

На основании вышеизложенного нами была выдвинута гипотеза: разработанная нами программа психологической профилактики агрессивных тенденций школьников подросткового возраста позволит предотвратить развитие агрессивного поведения у изучаемого контингента лиц и не допустить формирование у них эмоционально-личностных расстройств.

С целью проверки этого предположения из учащихся 6-х классов МАОУ СШ №137 были сформированы две группы – экспериментальная и контрольная. С экспериментальной группой был организован формирующий эксперимент, способствующий развитию социальной компетентности, коммуникативных компетенций и самосознания подростков, а также повышению информированности родителей и учителей подростков о феномене возраста и индивидуальных особенностях подростков.

Для решения поставленных в исследовании задач нами были отобраны и применены психодиагностические методики по изучению и оценке агрессивных тенденций школьников подросткового возраста: Опросник «Басса–Дарки», разработан А. Бассом и А. Дарки (1957), методика «Оценка агрессивности в отношениях» А. Асингера (1993), проективная графическая методика «Кактус» М.А. Панфиловой (1990).

Результаты исследования, полученные нами в процессе констатирующего этапа свидетельствуют о повышенных агрессивных тенденциях у изучаемого контингента школьников. Полученные результаты послужили основой для разработки программы психологической профилактики агрессивного школьников подросткового возраста.

В качестве средств реализации программы нами были отобраны методы арт-терапии, игротерапии, метод моделирования (ситуаций социального взаимодействия) и метод социального научения.

По средствам метода моделирования школьникам подросткового возраста демонстрировались модели-ситуации, в рамках которых проходило обучение умениям конструктивного взаимодействия с окружающими и сверстниками; анализировались модели социального взаимодействия, принятые в обществе; обсуждались причины неконструктивных форм сотрудничества, приводящие к конфликтным ситуациям, сопровождающиеся неконтролируемыми эмоциональными реакциями гнева и агрессии.

Особое место в программе занимал метод социального научения, посредством которого подростки отработывали умения эмоциональной регуляции поведения и развивали навыки самосознания. Метод социального научения позволил обучить приёмам распознавания эмоциональных состояний, их идентификации, регуляции и контроля.

Важным методом профилактики является интерактивная игра – активный метод обучения, основанный на опыте, полученном в результате

специально организованного социального взаимодействия участников с целью изменения индивидуальной модели поведения. То есть, это такие методы, которые организуют процесс социального взаимодействия, на основании которого у участников возникает некое «новое» знание, возникшее непосредственно в ходе этого процесса, либо явившееся его следствием.

Подростки расширили репертуар социального поведения, которое в целом стало ими лучше осознаваться. Родители и учителя также начали применять более эффективные формы взаимодействия с подростками, тем самым создавая дальнейшие условия для развития коммуникативной компетентности и самосознания подростков. По завершению психологической программы нами был проведён контрольный эксперимент, который показал её эффективность.

Таким образом, полученные результаты позволяют нам констатировать тот факт, что профилактическая программа, реализованная нами в ходе формирующего эксперимента с экспериментальной группой, оказала влияние на значительное снижение агрессивных тенденций школьников подросткового возраста. Полученные результаты исследования позволили, совместно с родителями и учителями учащихся среднего звена, разработать методические рекомендации для педагогов и родителей по взаимодействию с подростком, и, тем самым, способствовать дальнейшему снижению агрессивности учащихся.

Список используемой литературы

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология. – Екатеринбург. 1999. – с. 86.
2. Александров, А.А. Современная психотерапия. – СПб.: 1997. – с.26.
3. Александровская Э.М. Психологическое сопровождение школьников. Учебное пособие для вузов / под ред. Э.М. Александровская, Н.И. Кокуркина, Н.В. Куренкова. - М.: Академия, 2002. - 208 с.
4. Алифанова Е.М. Формирование коммуникативной компетенции детей дошкольного и младшего школьного возраста средствами театрализованных игр. Дисс. ... канд. пед. наук. – Волгоград, 2001.
5. Андреева А.Д. Отношение к школе и учению. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту/ А. Д. Андреева. - М.: 1987. - 186 с.
6. Андреева, Г.М. Социальная психология. - М.: 1988. – с. 429
7. Бандура, А., Уолтерс, Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений. -М.: Изд-во «Эксмо пресс».2000.- с.43.
8. Баева И.А. Безопасность образовательной среды, психологическая культура и психическое здоровье школьников / И.А. Баева, В.В. Семикин // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. - 2005. - Т. 5. ;№ 12. - С. 7-19.
9. Беличева, С.А. Основы превентивной психологии. - М.:1993.- с.56.
10. Берн, Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. - М.:1998. – с.39.
11. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание.М.,1986г.
12. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе/ М. Р. Битянова. - М.: Совершенство, 1997. — 299 с.
13. Битянова М.Р. Психология в школе: содержание и организация работы / М.Р. Битянова. - М., 2000. - 127 с.

14. Бодалев А.А. В мире подростка/ А. А. Бодалев. - М.: Медицина, 1982. - 296с.
15. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности/ Л.И. Божович // под редакцией Д.И. Фельдштейна. – М.: Институт практической психологии, 2005. – 352с.
16. Бойко, И.Б. Проявление агрессивности несовершеннолетних осужденных женского пола. // Вопросы психологии 1993 №4.
17. Бэрон, Р., Ричардсон, Д. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. - СПб.: Питер, 2001. - 352 с.
18. Бютнер, К. Жить с агрессивными детьми. -М.: Изд-во «Педагогика».1991. – с.7.
19. Вильянс, В.К. Психологические механизмы мотивации человека. - М.: 1990. – с.93.
20. Винокурова Г.А. Технологии психологического сопровождения профильного обучения / Г.А. Винокурова, А.Н. Яшкова // Молодежь и общество. – 2006. - №3. – С. 78-123.
21. Гоголева А.В. Беспризорность. Социально-психологические и педагогические аспекты. — М., 2004. — С. 236
22. Горшенина Я.Л. Педагогическое сопровождение развития коммуникативной компетентности будущего учителя в деятельности кафедры педагогического вуза : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Я.Л. Горшенина. – Омск, 2007. – 26 с.
23. Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка: Т. 1-4. – М.: Рус. яз., 1989 – 1991. – Т. 4: Р-У. – 1991. – 683 с.
24. Джейнс, У. Психология. / А.А. Петровский. - М.: Изд-во «Педагогика». 1991. – с.48.
25. Дубровина И.В. Практическая психология образования: Учеб. пособие для вузов / И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Н.И. Гуткина и др.; Под ред. И.В. Дубровиной. – М., 2003. – 259 с.

26. Дубровина И.В. Психология / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. Н. Прихожан; Под ред. И. В. Дубровиной.– М.: Изд. центр «Академия», 2001.– 464 с.
27. Дубровина И.В. Формирование личности в переходный период: от подросткового к юношескому возрасту/ И. В. Дубровина. – М.: Педагогика, 1987. - 246 с.
28. Еникополов, С.Н. Дети и психология агрессии / С.Н. Еникополов // Школа здоровья. - 1995. - №3. - С. 31 - 39.
29. Завражин, С.А. Агрессивные фантазии у детей в детском и подростковом возрасте. // Вопросы психологии 1993 №5.
30. Загвязинский В.И. Основы социальной педагогики : учебное пособие / В.И. Загвязинский, М.П. Зайцев, Г.Н. Кудашов, О.А. Селиванова, Ю.П. Строков, П.И. Пидкасистый. – Москва : Педагогическое общество России, 2002. – 160 с.
31. Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог №№30,31, 2003.
32. Игры - обучение, тренинг, досуг. / В.В. Петрусинский. - М.: Изд-во «Прометей».1991. – с.28.
33. Казакова Е. И. Система комплексного сопровождения ребенка: от концепции к практике / Е.И. Казакова. — СПб., 1998. - 209 с.
34. Катаева - Венгер А.А. Трудный возраст: подростки сегодня. Пособие для учителей и родителей/ А. А. Катаева-Венгер – М.: Школьная Пресса, 2002. – 112 с.
35. Коломенский Я.Л. Психология детей и подростков / Я.Л. Коломенский. - М., 1998 - 216 с.
36. Кон И.С. Психология ранней юности/ И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 234 с.
37. Кунстман, Е.П., Цвелюх, И.П., Шандыбо, С.В. Выпускная квалификационная работа по специальности «050706.65 – Педагогика и психо-

- логия»: учебное пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2013. – с.60.
38. Крайг Г. Психология развития/ Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000. – 141-148 с.
39. Креч, Д. Элементы психологии / Д. Креч, Р. Кратчфилд // Вопросы психологии. - 1992. - №1. - С. 84-98.
40. Кригер Е.Э. Проблема развития профессионального здоровья педагога как предмет исследования в психолого-педагогической науке/ Е.Э. Кригер // известия ПГПУ им. В.Г. Белинского. 2012. № 28. с. 823–826
41. Крутецкий В.А. Психология подростка/ В. А. Крутецкий. 2-е изд., испр. и допол. – М.: Просвещение, 1965. – 316 с.
42. Крылов, А.А. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии. - СПб.: 1999. – с.314.
43. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология. - М.: Изд-во УРАО. 1997. –с. 140.
44. Кэрл Флейк Хобсон, Брайн, Е. Робинсон, Петси Скин Развитие ребенка и его отношения с окружающими. - М.: 1993. – с. 114.
45. Кэрролл, Е. Изард. Эмоции человека. / Л.Я. Гозман, М.С. Егорова. - М.: Изд-во Московского Университета. 1980. – с.237.
46. Липский И.А. Педагогическое сопровождение развития личности: теоретические основания / И.А. Липский // Теоретико-методологические проблемы современного воспитания. Сборник научных трудов. Волгоград: Перемена, 2004. - С.280-287.
47. Лоренц, К. Агрессия. - М.: 1994. – с.56.
48. Мамайчук И.И. Помощь психолога ребенку с задержкой психического развития – СПб.: Речь, 2004. – 352 с.
49. Михайлина М.Ю. Профилактика детской агрессивности – Волгоград : Учитель, 2009.- 116 с.

50. Мудрик А.В. Введение в социальную педагогику / А. В. Мудрик. - М.: Высшее образование, 1997. – 240 с.
51. Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. Вузов / А.В. Мудрик // Под ред. В.А. Слостенина. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 200 с.
52. Мухина В.С. Возрастная психология/ В. С. Мухина. – М.: Академия, 2000. – 456 с.
53. Мухина. В.С. Феноменология развития и бытия личности. М. Воронеж, 1999 - 640 с.
54. Новик, Н.Н. Коммуникативные навыки и их формирование у подростков с отклоняющимся поведением / Н.Н. Новик // Филология и культура. Philology and Culture (Вестник ТГГПУ). - 2012. - № 1.- С. 46-52.
55. Обухова Л.Ф. Возрастная психология / Л.Ф. Обухова. – М.: Российское педагогическое агентство. 2006. – 374 с.
56. Общая психология. / А. А. Бодалев, В.В. Столин. - М.: 1987. – с.110.
57. Овчарова Р.В. Практическая психология образования / Р.В. Овчарова. – М.: «Академия», 2003. – 448 с.
58. Овчарова, Р.В. Технологии практического психолога образования. - М.: 2000. – с. 63.
59. Ожегов С.И. Словарь русского языка / С.И. Ожегов. - М., 1995. - 619с.
60. Осипова, А.А. Общая психокоррекция. - М.:2001. – с. 274.
61. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях / Н. Г. Осухова. — М. : Академия, 2007. – 288 с.
62. Панченко С. Межзвездный скиталец. Психологическая игра для учащихся 6-7 классов.// Школьный психолог №16, 2003.
63. Пашукова, Т.И. Эгоцентризм в подростковом и юношеском возрасте. Причины и возможности коррекции - М.: Изд-во «Педагогика». 1981. – с. 73.

64. Петровский А.В. Возрастная и педагогическая психология: Учебник для студентов педагогических институтов / А.В. Петровский, В.В. Давыдов, Т.В. Драгунова, Л.Б. Ительсон и др.// Под ред. А.В. Петровского. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1979.
65. Петровская Л.А. Компетентность в общении: социально-психологический тренинг/ Л.А. Петровская. М.: Изд-во МГУ, 1982.
66. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной — СПб.: Питер, 2004. — 592 с.
67. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. - М.: 2000. – с.74.
68. Психогимнастика в тренинге /Под редакцией Н. Ю. Хрящевой. СПб.: "Ювента", Институт Тренинга, 1999. —с.256.
69. Психологические тесты. / А. А. Карелина. - М.: 1999. - с.77.
70. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000.
71. Психология словарь. / А. В. Петровский, М. Я. Ярошевский. - М.: 1990. – с.416.
72. Психология эмоций. Тексты. / В. К. Вильнас и Ю. Б. Гипенрейтер. - М.: Изд-во Московского Университета. 1984. – с.142.
73. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб.: Изд-во «Питер». 2000. – с. 342.
74. Раттер, М. Помощь трудным детям. - М.: 1999. –с. 239.
75. Реан А.А. Психология человека от рождения до смерти/ А.А. Реан. – СПб.: Питер, 2002. – 656 с.
76. Реан, А.А. Психология изучения личности / А.А. Реан. - М.: Изд-во Михайлова В.А - 1999. – с.288.
77. Ремшмидт, Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. - М.: Изд-во «Мир». 1994. –с.76.

78. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учебное пособие: в 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн.1. – с.384.
79. Ромек В.Г. Поведенческая психотерапия. М.: Издательский центр «Академия», 2002. -192с.
80. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей: альбом диагностических и коррекционных методик. – М.: "Романов", 2001.
81. Рудестам, К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. - М.: 1990. –с.321.
82. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. М., 2001. 518с.
83. Румянцева, Т.Г. Агрессия и контроль. //Вопросы психологии 1992 №5-6
84. Рычкова, И.А. Поведенческие расстройства у детей. Диагностика, коррекция, психопрофилактика. - М.: 1998. – 11.
85. Семенюк, Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. Москва-Воронеж. 1996.- с.17
86. Слюсарев Ю.В. Психологическое сопровождение как фактор активации саморазвития личности / Ю.В. Слюсарев. - СПб, 1992. - 128 с.
87. Соколова Е.В. Отклоняющееся развитие: Причины, факторы и условия преодоления: Монография. Новосибирск: Изд. НГИ, 2002. - 284 с.
88. Столяренко, Л.Д. Педагогическая психология: учеб. пособие для студ. вузов / Л.Д. Столяренко. - Ростов н/Д.: Феникс, 2009. - 541 с.
89. Сулимова, Т.С. Социальная работа и конструктивное разрешение конфликтов. - М.: 1996. –с.99.
90. Челепева, Л.Н. Агрессивность и особенности самосознания личности подростка. Автореферат дисс. на соискание уч. ст. к. псих. н. Краснодар. 2001.- с.3.

91. Фальковская К.И. Коммуникативная компетентность личности молодого человека в добровольной социальной работе/ К.И. Фальковская. М., 2008.
92. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования/ Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897 М.: Изд-во стандартов, 2010.
93. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. – М.: Генезис, 2001.
94. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. – М.: Генезис, 2001.
95. Формирования личности старшеклассников. / И.В. Дубровина. - М.: 1989. –с. 145.
96. Фурманов, И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция / И.А. Фурманов. - Минск: Ильин В.П., 1996. – с.192.
97. Хухлаева О.В., Кирилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. – М.М Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.
98. Эльконин Д.Б. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков/ Д.Б. Эльконин, Т. В Драгунова. – М.: Просвещение, 1967. – 315 с.
99. Эмоциональное здоровье вашего ребенка. - М.: 1996. –с. 257
100. Casey B.J., Duhoux S., Cohen M.M. Adolescence: What do Transmission, Transition, and Translation have to do with it? // Neuron. – 2010. – Vol. 67, № 5. – P. 749-760
101. Casey B.J., Jones R.M., Todd A.H. The adolescent brain // An. of the New York Acad. of Science. – 2008. – Vol. 1124. – P. 111-126.

102. Dahl R.E. Affect regulation, brain development, and behavioral/emotional health in adolescence // CNS Spectrums. – 2001. – Vol. 6. – P. 60-72.
103. Green A.H. Children traumatized by psychical abuse// S.Eth, R.S.Pynoos (Eds.). Post-traumatic stress disorders in children. Washington, DC: American psychiatric association. - 1985. P. 133 -154.

Приложения

Приложение 1.

Таблица 1. Список испытуемых принявших участие в исследовании ЭГ 1.

ЭГ 1		
№	ФИ.	Возраст
1.	Никита В.	12
2.	Ольга А.	13
3.	Тимур Ш.	13
4.	Алена Е.	12
5.	Лейла Р.	12
6.	Анастасия М.	12
7.	Роман Г.	13
8.	Виталий Ж.	12
9.	Ангелина С.	13
10.	Екатерина К.	13
11.	Иван Б.	12
12.	Анастасия Д.	12
13.	Егор И.	12
14.	Антон В.	12
15.	Александра Р.	12
16.	Анна Ж.	13
17.	Никита С.	13
18.	Анастасия Д.	12
19.	Роман А.	12
20.	Константин Ф.	12

Таблица 2. Список испытуемых принявших участие в исследовании ЭГ 2.

ЭГ 2		
№	ФИ.	Возраст
1.	Александр М.	12
2.	Данил Р.	13
3.	Александра Р.	13
4.	Алина П.	12
5.	Павел Н.	12
6.	Татьяна П.	12

7.	Виктория П.	13
8.	Андрей В.	12
9.	Максим К.	13
10.	Елена К.	13
11.	Елизавета М.	12
12.	Татьяна Б.	12
13.	Яна М.	12
14.	Василий В.	12
15.	Татьяна Р.	12
16.	Светлана В.	13
17.	Алексей К.	13
18.	Нодар А.	12
19.	Сергей Г.	12
20.	Олеся Ш.	12

Приложение 2.

Опросник Басса-Дарки

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню
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 поведение друзей, я даю им это почувствовать
8. Когда 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 дружелюбно, 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 дверями
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется
20. Если кто-то воображает себя начальником, 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 и 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 меня
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их «щелкнули по носу»

34. Я никогда не бываю мрачен от злости
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда 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 одним 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, что я о нем думаю
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь
49. С детства 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 нелегко работать
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 могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне 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 нужно применить физическую силу, я применяю ее
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся
65. У меня нет врагов, которые бы хотели 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 только 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 обычно скрывать свое плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить

Приложение 3.

Таблица 8. – Сравнительные результаты изучения агрессивных тенденций школьников подросткового возраста КГ на констатирующем и контрольном этапе исследования по методике «Басса–Дарки» (1957).

Показатели агрессии	Констатирующий этап						Контрольный этап					
	Высокой	Средней	Низкой	Высокой	Средней	Низкой	Высокой	Средней	Низкой	Высокой	Средней	Низкой
Физическая	18	2	-	90	10	-	16	2	2	80	10	10
Вербальная	20	-	-	100	-	-	20	-	-	100	-	-
Косвенная	12	6	2	60	30	10	12	6	2	60	30	10
Негативная	10	6	4	50	30	20	12	6	2	60	30	10

визм												
Раздражение	12	8		60	40	-	12	8	-	60	40	-
Подозрительность	8	10	2	40	50	10	10	6	4	50	30	20
Обида	12	8	-	60	40	-	12		-	60	40	-
Чувство вины	14	6	-	70	30	-	14	6	-	70	30	-
Индекс агрессивности	8			40			8			40		
Индекс враждебности	9			43			9			42		

Приложение 4.

Методические рекомендации по психологической профилактике агрессивных тенденций школьников подросткового возраста

Правила психологической самообороны. *Эмоциональная нейтральность.* В стрессовой ситуации, которую Вам навязывают, важно сохранять эмоциональное спокойствие, которое позволит адекватно оценить ситуацию и выбрать верный способ реагирования на неё. Лица, от которых исходит угроза психологического насилия можно разделить на три группы:

- 1) психически нормальные люди без видимых отклонений в поведении;
- 2) психически нормальные люди, но находящиеся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- 3) люди с патологическими отклонениями в психике.

Вступая в контакт с человеком, который Вам угрожает или оскорбляет Вас, прежде всего, обратите внимание на степень его агрессивности. Направлена ли она против Вас лично или это агрессивность общего характера. Последняя обычно свойственна людям, живущим по принципу "Я обижен на весь мир".

Они любят причину собственных неудач видеть в окружающих. В этом случае вы выступаете просто как объект, случайно попавший им под руку, на которого они с удовольствием выливают свою желчь и недовольство жизнью. Такие субъекты сплошь и рядом встречаются, например, в городском транспорте. Можно продемонстрировать свое спокойствие и уверенность в себе, ваше спокойствие может снизить степень гнева противника; лучший способ воздействия при презрении противника будет сохранение собственного достоинства; демонстрируйте не только спокойствие, но и уверенность в себе, собственную силу, если заметили страх противника. Отвечайте твердо, уверенно, спокойно, неторопливо, величаво и, по возможности, с улыбкой, обращая ответ в пространство. Перед ответом важно выдержать небольшую паузу и внимательно посмотреть в лицо собеседнику. Слишком поспешный ответ будет означать, что Вы включились в манипуляцию, ответили нападением на нападение, что усилит психологическое давление на Вас. Если Вы начали объясняться и оправдываться, значит Вас уже втянули в манипуляцию. Беседуя с человеком будьте сдержанны, не высказывайте своих оценок той информации, которая от него поступает, не давать советы, если Вас об этом специально не просят, не помогайте, предлагайте свою помощь в чем-то конкретном, после своих важных дел.

Физическое избегание. Самый простой вид защиты - физическое избегание, сведение общения к минимуму, не пренебрегать письменными посланиями. Можно общаться через посредников, третьих лиц, особенно, когда с неприятным человеком нужно уладить какие-то дела, а эмоционально-чувственная сфера не дает спокойно этого сделать. Вспомните и проанализируйте неприятные ситуации, в которые попадали и терпели фиаско. Скажите самому себе, как бы хотели выйти из конкретной ситуации в идеале, и составьте наиболее подходящие фразы.

В ситуациях противостояния, когда на Вас давят высказывания, затрагивающие ваше достоинство, на первое место выдвигается умение проявить выдержку, самообладание. Сделать это бывает совсем непросто, но крайне важно.

"Маленький и смешной". Попробуйте воспользоваться этой методикой, когда Вас пытается спровоцировать на конфликт человек, который явно сильнее вас. Представьте агрессора в виде какой-нибудь смешной зверушки вроде Чебурашки, прыгающего около Вас и с комической серьезностью нападающего на Вас, либо в виде капризного, истеричного, орущего с серьезным видом, невоспитанного ребенка. Можно также мысленно уменьшить себя по отношению к агрессивному началу.

"Защита с помощью фиксации взгляда"

1. Сядьте или встаньте лицом к окну на расстоянии примерно 1 метра от него. Голову держите прямо.

2. Начните слегка поворачивать голову вправо и влево, удерживая внимание на основании черепа - оси, вокруг которой крутится голова. Зафиксируйте взгляд на вертикальной планке оконной рамы и наблюдайте, как при поворотах головы пейзаж за окном двигается относительно рамы. Вскоре появится ощущение, что Вы соединились с вертикальной планкой оконной рамы в одно целое, отстранились от "проплывающего мимо" окружающего мира и погрузились в состояние внутренней тишины.

3. Во время неприятного разговора, "наезда" аналогично зафиксируйтесь на ближайшем предмете и делайте едва заметные движения головой. Вы почувствуете, что собеседник где-то там, вдали от Вас, что-то делает, что-то говорит, а Вы в некой сфере. Если сделают замечание, что Вы его не слушаете, Вам нужно слегка повернуть к нему голову, вежливо продемонстрировав свое внимание, а взгляд и внимание оставить на выбранном предмете.

Упражнения по релаксации. *"Защитное дыхание"*.

При регулярном применении успокаивает практически в любой напряженной, стрессовой ситуации.

- Кончик языка расположите позади передних верхних зубов и держите его там все время проделывания упражнения.
- На счет "раз-два-три" сделайте вдох через рот, сквозь зубы.
- На счет "четыре-пять-шесть" неслышно выдохните носом.
- Задержите дыхание на счет "семь" и вдохните ртом на счет "восемь".
- Таких дыхательных циклов нужно проделать 5-7.

Конструктивное управление гневом. Лучший из способов справиться с собственным гневом - это не дать ему разжечься внутри нашего сознания. Но при этом необходимо принимать во внимание следующее:

- 1) Объективно ли я смотрю на происходящие события, осознаю ли я вероятности того или иного их исхода для меня?
- 2) Хочу ли я для себя душевного покоя?
- 3) Решит ли мои проблемы то, чего я хочу достичь?
- 4) Как я могу избежать беспокойства, чувства вины и т.д.?

Успокаивающее размышление. Помимо мыслей, способных нас разгневать, существуют мысли, которые помогают контролировать ситуацию:

- а) "Никто не сможет заставить меня сделать это", "Я выбираю, как мне поступать в этой ситуации" и т.д.

б) "Я не Бог, чтобы заставлять людей думать и поступать так, как мне того бы хотелось" и т.д.

в) "Интересно, что думает и чувствует этот человек, когда он поступает таким образом?"

г) "Я могу ударить его, но мне этого не нужно, ведь я могу очутиться в тюрьме. Зачем мне это?" Концентрировать свое внимание на подобных мыслях вместо мыслей, вызывающих гнев - эффективный способ управления гневом. Таким образом, гнев - это сильная эмоция, враждебность, которая во многом зависит от внутренних установок и убеждений человека. Поэтому управлять собственным гневом можно путем рационального, позитивного мышления.

5 выпускных клапанов для гнева. 1. Устранитесь от ситуации. Это проблемно-ориентированная стратегия, которая создает дистанцию между Вами и тем, что вызывает Ваш гнев. Это даст возможность остыть и большей эффективностью воспользоваться техникой глубокого дыхания и позитивными превосмогающими утверждениями. Не менее важно то, что выход из ситуации предохранит Вас от импульсивных или агрессивных действий, которые могут усугубить ситуацию. *2. Выполняя упражнения, гоните гнев прочь.* Ходите, бегайте или выполняйте любые другие физические упражнения, которые Вам лучше всего подходят, чтобы попытаться разрядить сдерживаемое возбуждение. Упражняйтесь, пока не устанете, и пока не отступят гневные чувства.

Изометрические упражнения. Если не имеете возможности выйти из ситуации и заняться упражнениями, попробуйте изометрические упражнения. Упритесь руками в стену и толкайте изо всех сил, пока мышцы не обессилят. *4. Вопите и кричите.* В буквальном смысле слова, сколько хватит воздуха в легких, пока не выбьетесь из сил. Но вопите и кричите на себя (например, в спальне или ванной), а не на кого-то еще. *5. Бейте подушку.* Если рассердились настолько, что чувствуете потребность кого-нибудь ударить, отправляйтесь в спальню и выбейте дух из подушки.

Возьмите полотенце и лупите постель, пока не устанете. Ребёнок должен почувствовать, что его любят, ценят, хотят видеть более сдержанным, великодушным, умеющим владеть собой.

Приложение 5.

Психологические рекомендации родителям и педагогам по профилактике агрессивных тенденций школьников подросткового возраста:

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям подростка.
2. Демонстрировать модель неагрессивного поведения. Показывайте подростку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нечестных высказываний о своих друзьях или коллегах, строя планы "мести".

3. Быть последовательным в наказаниях подростка, наказывать за конкретные поступки. Четко разделять санкции и наказания.

4. Наказания не должны унижать подростка.

5. Обучать приемлемым способам выражения гнева. Дайте возможность выплеснуть свою агрессию, сместить ее на другие объекты.

Разрешите ему поколотить подушку или разорвать "портрет" его врага и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.

6. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после такого события.

7. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей.

8. Развивать способность к эмпатии.

9. Расширять поведенческий репертуар подростка.

10. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.

11. Организовать занятия спортом, прежде всего плавание.

Техники эффективной коммуникации

Техника эмпатического («активного») слушания. Предоставление обратной связи о его чувствах, переживаниях эмоциональных состояниях.

Невербальные компоненты: доброжелательная открытая поза, контакт «глаза в глаза» на одном уровне с подростком. Вербальные компоненты:

- Повторение «слово в слово»
- Перефразирование (что подросток хотел сказать?)
- Обозначение эмоционального состояния

Техника эффективной похвалы. Критерии эффективной похвалы:

- Не должна содержать сравнения со сверстниками
- Не должна содержать прямой оценки личности подростка. Содержит реалистическое описание действий, его усилий, результатов действий.

- Похвала должна содержать критерии оценки и создавать возможности для формирования позитивной Я-концепции.

- Похвала должна содержать описание чувств взрослого.

Техника введения запретов и ограничений.

Содержание запретов и ограничений:

- Физическая и личностная безопасность подростка
- Сохранность оборудования
- Постоянство времени и места занятия

Ограничений должно быть немного, они предъявляются в ясной и понятной словесной форме, имеют тотальный императивный характер и предъявляются безлично («Драться нельзя»)

Техника «Я - высказывание» Цель «Я–высказывания» - не вежливость и мягкость (но и не грубость), а ясность и прямота.

Объективно описать событие (ситуацию) без эмоционально окрашенных выражений и без своего истолкования: «Когда на меня поднимают голос...», а не «Когда ты на меня орешь...» или «Когда ты хочешь меня унижить...»

Описать свою реакцию (когда мы говорим «Я», мы находимся на безопасной почве):

Эмоциональная реакция: «Я обижена», «Я рассержена», «Я чувствую себя забытой».

Описание поведения: «Я уйду в себя», «Я решаю все делать сам», «Я начинаю кричать на тебя».

Реакция, которой вы сопротивляетесь: «У меня появляется желание избегать тебя», «Мне хочется просто выйти», «Мне хочется бросить все это».

Неправильно: осуждать других: «Я из-за тебя это уронил», «Ты меня расстроил».

Высказывать свои пожелания: «Мне хотелось бы...», - не формировать их как требования. Когда мы говорим другим, что они

должны сделать что-то, они зачастую противятся этому. Если они не чувствуют свободы выбора, они могут сопротивляться нашим предложениям. Однако мы уведомили их о нашей позиции.

1. Представить как можно больше альтернативных вариантов.
2. Физическая и личностная безопасность ребенка

Можно добавить какое-то объяснение, т.е. дать дополнительную информацию партнеру относительно проблемы и ее последствий для нас: «Потому что...». Так другим легче понять нашу точку зрения, и они начинают содействовать нам.

Воспитательно-профилактическая деятельность не может ограничиваться лишь мерами индивидуального воздействия и коррекции, применяемыми непосредственно к несовершеннолетнему. Непоследовательность поведения родителей может привести к ухудшению поведения подростка.

Прежде всего, необходима организация системы развёрнутой деятельности, создающей жёсткие условия и определённый порядок действий, и постоянный контроль.

При условии последовательности, постепенности приобщения агрессивных подростков к различным видам социально признаваемой деятельности – трудовой, спортивной, художественной, организаторской и других, – важно соблюдать принципы общественной оценки, преемственности, чёткого построения этой деятельности.

Терпение и внимание к подростку, его нуждам и потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими - вот что поможет родителям наладить взаимоотношения с сыном или дочерью. Несвоевременное обнаружение начальных признаков отклоняющегося поведения и проблем в воспитании, препятствующих развитию ребёнка, приводит к быстрому переходу отклонений в хронические нарушения поведения. Взрослый человек должен почувствовать внутренние переживания ребёнка, подсказать ему, что будет трудно справиться

собственными силами, что педагоги, родители, друзья - его союзники в решении внутренних проблем.

Педагог, работая с подростками с повышенной агрессивностью, должен быть внимателен, прогнозировать действия ребёнка, а также строить свою работу так, чтобы всячески помогать ребёнку в преодолении трудной для него ситуации. Должен обращать внимание на малейшие изменения в поведении, в настроении. Общаясь с ними педагог должен быть подчеркнуто мягок, сдержан, терпелив, своим видом показывать, что прекрасно понимает внутреннее состояние драчуна: ведь, терроризируя других, он нередко сам страдает от собственной упрямости, несдержанности. Даже причинив боль другому, утихомирив вспышку своего гнева, он продолжает испытывать чувство досады, неудовлетворённости.

Этап повторной диагностики предполагает проведение с младшими подростками контрольной и экспериментальной групп тех же диагностических процедур, что и на предварительном этапе. Смысл этапа повторной диагностики заключается в отслеживании эффективности проведенных игровых занятий, особенно изменений тех аспектов, акцент на которые делался в ходе коррекционно-развивающей работы.