

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

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

САГОЯКОВА ЕКАТЕРИНА ВИТАЛЬЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
**ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ И АГРЕССИИ В
ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

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

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Обучающийся
Сагоякова Е.В.

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ВВЕДЕНИЕ | 3 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ И АГРЕССИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ | 7 |
| 1.1. Теоретические основы анализа волевой регуляции личности..... | 7 |
| 1.2. Теоретические основы изучения феномена агрессии..... | 15 |
| 1.3. Психологические особенности подросткового возраста..... | 23 |
| 1.4. Особенности волевой регуляции и агрессивного поведения в подростковом возрасте..... | 33 |
| Выводы по главе 1 | 42 |
| ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ И АГРЕССИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ | 44 |
| 2.1. Организация и методы исследования..... | 44 |
| 2.2. Результаты исследования взаимосвязи агрессии и волевой регуляции в подростковом возрасте..... | 50 |
| 2.3. Психолого-педагогические рекомендации по снижению агрессии и развитию волевой регуляции подростков | 60 |
| Выводы по главе 2 | 64 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ | 65 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ | 67 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ | 71 |

ВВЕДЕНИЕ

В настоящий момент наше общество претерпевает период стремительных изменений. Эти изменения затрагивают практически все стороны человеческой жизни, начиная социально-экономическими и заканчивая внутренними психологическими преобразованиями самой личности. Подобная нестабильная обстановка, проявляющаяся и в жизни общества в целом, и в микросоциальной среде отдельного человека, способствует росту агрессивных проявлений. Особое беспокойство в сложившейся ситуации вызывает рост подростковой агрессии, проявляющейся как на индивидуальном, так и на групповом уровне. В связи с этим изучение механизмов появления и способов проявления агрессии, а также проблема волевой регуляции поведения становится особо актуальным для современной психологической науки.

В нормативно-правовых документах, регламентирующих деятельность образовательных организаций, формирование личностных качеств является одной из важнейших задач и направлений социальной политики государства [1, 2]. Среди личностных качеств немаловажное значение имеют волевые качества. В подростковом возрасте решение данной задачи обусловлено необходимостью комплексного решения задач развития личности обучающихся, преодоления трудностей переходного периода, успешного вступления во взрослую жизнь.

Изучение феномена агрессии становилось целью многих отечественных и зарубежных исследований, проводимых в рамках многих научных школ и направлений, в том числе в рамках психоанализа, бихевиористического подхода, социально-психологической концепции и других. Зарубежные психологи (Д. Коннор, Х. Хекхаузен, З. Фрейд, Д. Доллард, А. Бандура, С. Фешбах) интенсивно исследовали феномен агрессии, её виды, причины возникновения. В отечественной психологии данная проблематика, за исключением отдельных работ (Н.Д. Левитов),

начала усиленно разрабатываться, начиная с 90-х годов XX столетия (К.К. Платонов, В.С. Мерлин).

Проблему воли и волевой регуляции многие психологи считают центральной для психологии личности и ее формирования (В. Вундт, Т. Рибо, И.М. Сеченов, Л.С. Выготский, В.А. Иванников, В.И. Селиванов, Е.П. Ильин). Исследования волевых качеств позволили выявить конкретную связь волевых процессов с эмоциональными и интеллектуальными процессами и подойти к решению важного вопроса о месте воли во всей структуре личности [4].

Большое количество работ отечественных психологов посвящены формированию различных волевых качеств в процессе школьного воспитания (Л.И. Божович, А.И. Высоцкий). Установлен ряд закономерностей развития воли в онтогенезе и дан психологический анализ волевой активности в разных видах деятельности.

Отдельной областью изучения является подростковая агрессия (А. Басс, Р.Г. Илешова, Р. Бэрон). В рамках этих исследований отмечается, что агрессия в определенной степени является возрастной нормой для подросткового периода. Исходя из этого, можно предположить, что агрессию демонстрируют, по крайней мере, изредка многие представители данной возрастной группы. Однако существует определенная доля детей, отклоняющихся от данной нормы и проявляющих устойчиво высокий уровень агрессии в поведении, который уже невозможно считать возрастной нормой. Именно эта группа детей и представляет особый интерес для исследования [20].

Вышеизложенное актуализирует тему исследования, которая определена современными условиями становления личности подростка. При этом особый интерес вызывают проявления агрессии в стенах учебных заведений. В процессе обучения школьники должны научиться находить средства осуществления учебной деятельности; определять наиболее эффективные способы достижения результата; понимать причины успеха или

неуспеха учебной деятельности и конструктивно действовать в ситуациях неуспеха. Особенно важно учитывать эти требования в кризисные периоды развития личности ребенка, в том числе и в подростковый кризис. Таким образом, наибольший интерес для исследователя представляют индивидуально-личностные особенности подростков различного уровня агрессивности.

Объект исследования – агрессия подростков.

Предмет исследования – взаимосвязь волевой регуляции и агрессии в подростковом возрасте.

Цель исследования – выявить взаимосвязь волевой регуляции и агрессии в подростковом возрасте.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что существует взаимосвязь между волевой регуляцией и агрессией в подростковом возрасте, так при высоком уровне волевой регуляции, подростку будет свойственен низкий уровень агрессии, а при низком уровне волевой регуляции подростку будет свойственен высокий уровень агрессии.

Исходя из цели и гипотезы исследования, в работе ставятся следующие задачи:

1. Проанализировать понятия «волевая регуляция личности» и «агрессия», обосновать критерии, структуру и особенности данных явлений.
2. Определить психологические особенности, присущие подросткам.
3. Проанализировать и теоретически обосновать проявления волевой регуляции и агрессивного поведения в подростковом возрасте.
4. Эмпирически выявить взаимосвязь волевой регуляции и агрессии в подростковом возрасте.
5. Разработать психолого-педагогические рекомендации по снижению агрессии и развитию волевой регуляции подростков.

Для достижения цели и проверки гипотезы были использованы следующие **методы и методики:**

1. Теоретические методы: анализ, сравнение, обобщение психолого-педагогической литературы.

2. Эмпирические методы: тестирование (Тест «Самооценка силы воли», автор Н.Н. Обозов), опрос (Опросник «Шкала социального самоконтроля», автор М. Снайдер; Опросник исследования уровня агрессивности, авторы: А. Басс, Э. Дарки).

3. Методы количественной и качественной обработки данных.

Методологическая основа исследования: исследования проблемы агрессии, агрессивного поведения (А. Бандура, З. Фрейд, Х. Хекхаузен, Н.Д. Левитов, К. К. Платонов, В.С. Мерлин); теоретические положения по изучению и развитию волевых качеств (А.И. Высоцкий, Л.И. Божович, В.А. Иванников).

База исследования: МАОУ «Лицей ХХ» г. Красноярск. Объем выборки составил 27 человек. Возрастной показатель варьировался от 14 до 15 лет.

Практическая значимость исследования: разработанные психолого-педагогические рекомендации по снижению агрессии и развитию волевой регуляции подростков могут быть использованы педагогами-психологами.

Структура и объем выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, 2 глав, заключения, списка использованных источников, включающего 35 источника, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ И АГРЕССИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

1.1. Теоретические основы анализа волевой регуляции личности

Изучение проблемы воли и волевой регуляции имеет долгую, многовековую историю и берет свое начало в античности. Древнегреческий философ Аристотель использует понятие воли для объяснения взаимосвязи между поведением человека и знанием, которое само по себе лишено побудительной силы. Воля в трудах Аристотеля выступала как фактор, наряду со стремлением способный изменять ход поведения: инициировать его, останавливать, менять направление и темп [23].

В психологической науке данное понятие до XX века являлось одним из ключевых конструктов в классических теориях В. Вундта, У. Джеймса, Т. Рибо. В. Вундт в своих работах подчеркивал, что волевой процесс по своим объективным и субъективным признакам тесно связан с аффектом и характеризуется своеобразными деятельностями эмоционального порядка, связанными с конечным разрешением аффекта. Аффект, в данном контексте рассматривающийся как прототип и основа воли, является формой течения чувств и связан с изменениями в течение представлений (восприятия, мышления). Собственно волевое действие, по Вундту, это действие по выбору, возникающее в результате осознания человеком борьбы мотивов. По специфике проявлений выделяются внешние и внутренние волевые действия. Первые, как наиболее существенные для волевого акта, проявляются вовне, в движениях. Вторые, при условии произвольного внимания и мышления, не проявляясь вовне, изменяют течение сознания [7].

Т. Рибо относил волю к самой высокой форме деятельности, к целенаправленному поведению, а ее проявления – к движению. Воля, зависящая от характера человека, выполняет импульсивную и задерживающую функции и проявляется преимущественно в сложной деятельности. Важное значение для понимания сущности воли в данной

теории имела идеодвигательная форма деятельности. Причиной движений в данной форме деятельности выступает идея. Для собственно волевого действия характерны идеи, вызывающие движение после краткого или продолжительного рассуждения, либо идеи, не заканчивающиеся движением, но по ассоциации вызывающие другое состояние [27].

В отечественной психологической науке представлены различные подходы к определению и изучению воли. Постановка данной проблемы осуществлялась по трем направлениям. Во-первых, физиологическая трактовка процесса воли в конце XIX века в трудах И.М. Сеченова. Во-вторых, рассмотрение воли как высшей психической функции в теории Л.С. Выготского. В-третьих, возникновение проблематики волевой регуляции из проблемы воли в концепции В.А. Иванникова, преобладающей в современной психологии [3].

В процессе становления психофизиологического подхода к проблеме воли ключевую роль в формировании научного понимания физиологических механизмов произвольной регуляции сыграли взгляды И.М. Сеченова. Автор предлагает следующее определение воли: «Воля не есть какой-то безличный агент, распоряжающийся только движением, – это деятельная сторона разума и морального чувства, управляющая движением во имя того или другого и часто наперекор даже чувству самосохранения» [29, с. 213].

Согласно теории, предложенной Сеченовым, в основе волевых действий лежат процессы возбуждения и торможения. В ходе проведения важнейших для науки экспериментов, в результате которых было открыто центральное торможение, Сеченов объяснил принцип действия сложных волевых явлений (например, способность переносить боль). Так, на протекание процесса торможения влияют не только настоящие воздействия, но и отношение человека к этим воздействиям, которое складывалось у него на протяжении всей предшествующей жизни.

Развитие теории приводит к тому, что именно в работах Сеченова впервые формулируется идея регуляции поведения как особого

самостоятельного процесса. При этом регуляция рассматривается как процесс, осуществляемый по типу обратной связи, т.е. мозг получает сигналы не только от внешних раздражителей, но и от внутренних (например, информация от мышечной системы в результате взаимодействия с каким-либо предметом).

Также в трудах Сеченова большое внимание уделяется чувствованию как одному из главных психических элементов. Согласно автору, чувствование – это феномен, выполняющий сигнальную функцию и тем самым регулирующий поведение. При этом отмечается, что даже при элементарном акте движения его регулятором является чувствование.

Не менее значимой для науки, в целом, и для изучения проблемы воли, в частности, является рефлекторная теория Сеченова. Положения данной теории – важный шаг к решению проблемы соотношения психического и физиологического. Так, произвольные движения формируются на основе непроизвольных врожденных рефлексов. Эти рефлексы замыкаются в больших полушариях головного мозга. Таким образом, рефлекторный характер деятельности полностью сохраняется, так как мысли и чувства – среднее звено рефлекса – продукт предыдущей рефлекторной деятельности, которые вызываются в каждом новом акте поведения воздействиями внешнего мира. Таким образом, воля – это не только мотив и побуждение, это также поступок и действие [3].

Рассуждая о борьбе возникающих побуждений при принятии решения, Сеченов утверждает, что человек полностью сознает плюсы и минусы предполагаемого поступка, поэтому он несет ответственность за принятое решение и совершаемый поступок.

Таким образом, исследования и теоретические положения в работах И.М. Сеченова распространили в науке рефлекторную природу деятельности человека и волевого действия, что является принципиально новым этапом в объяснении проблемы воли.

Развитие и углубление знаний в изучении проблемы воли приводит к появлению новых теорий для объяснения ее природы. Так, Л.С. Выготский рассматривает волю как высшую психическую функцию, и в качестве ее функции принимает инициацию действия при наличии препятствия [8].

Л.С. Выготский причисляет волю к остальным высшим психическим функциям человека. Развитие высших психических функций, в том числе и воли, осуществляется как овладение человеком собственным поведением при помощи различных средств. Характерным признаком овладения собственным поведением, волевой регуляции является свободный выбор между несколькими возможностями, определяемый изнутри самой личностью.

В рамках учения о высших психических функциях воля в процессе онтогенеза проходит два уровня организации. Нижней ступенью развития воли являются гипобулические реакции (примитивные, несознательные волевые акты); они зависят от актуального момента и не связаны с интеллектуальными механизмами. Относящиеся к волевой реакции, гипобулические реакции еще не дифференцированы на эмоции и волю. Высшей ступенью развития воли является культурная, или целевая, воля. Уровень ее организации – результат общественно-исторического развития, продукт культурного развития человека под влиянием социальной среды.

В ходе экспериментального исследования Выготским было установлено, что в затруднительных случаях (ограничение по времени, разнообразие мотивов выбираемых действий) ребенок самостоятельно «вводит в ситуацию новые стимулы, совершенно нейтральные по сравнению со всей ситуацией, и придает им силу мотива» [8, с. 277]. Формирование воли происходит в процессе использования ребенком тех средств, которые по отношению к нему использует другой человек. Таким образом, ребенок сам воздействует на собственный выбор, создавая вспомогательные мотивы, ситуации извне.

Так, первоначальные проявления самоконтроля и регуляции поведения возникают в совместном взаимодействии детей (игре по правилам). На данном возрастном этапе, таким образом, элементами саморегуляции – волевыми процессами – будут являться стремление подчинить свое поведение игровому правилу, умение сдерживать непосредственные импульсы, направить поведение согласно цели игры.

Таким образом, изучение воли в рамках культурно-исторической концепции Л.С. Выготского позволяет утверждать, что воля включена в функциональную систему, представляющую единство разных психических процессов. Воля, которая в процессе своего развития и становления провоцирует возникновение различных изменений личности, тем самым характеризует генетический аспект развития высших психических функций.

В настоящее время одним из ведущих подходов к изучению воли и волевой регуляции в отечественной психологии является концепция волевой регуляции психической деятельности, предложенная В.А. Иванниковым. В рамках этой парадигмы автор предлагает рассматривать волю как одну из «...форм (способов) произвольной регуляции, которая состоит в овладении человеком собственным поведением и психическими процессами для решения задач, которые личность принимает как свои собственные в соответствии со своими ценностно-смысловыми установками» [14, с. 98].

В рамках данной концепции механизм волевой регуляции рассматривается как усиление мотивационного побуждения через привлечение дополнительного смысла. Так, необходимость в волевой регуляции возникает тогда, когда у человека недостаточно побуждения к действию, наблюдается отсутствие заинтересованности как сильного устойчивого мотива деятельности, но действие совершить необходимо по тем или иным причинам. Если же у человека есть потребность и заинтересованность в ее осуществлении, то деятельность развивается следующим образом: от актуального мотива к цели, средствам и способам реализации деятельности, построению плана и, в результате, к реализации

деятельности. Такое поведение, осуществляемое без необходимости волевой регуляции, можно назвать произвольным поведением, характеризующимся также необязательностью нравственного регулирования процесса осуществления деятельности.

Возвращаясь к характеристике волевой регуляции поведения, важно выделить такую характеристику как механизмы осуществления волевого поведения. Основным механизмом, по мнению Иванникова, является «изменение или создание дополнительного смысла действия, когда действие выполняется уже не только ради мотива, по которому действие было принято к осуществлению, но ради личностных ценностей человека или других мотивов, привлеченных к заданному действию [14]. Таким образом, волевая регуляция – это подключение к смысловой сфере сознания (непосредственно не значимого, но обязательного для исполнения действия), превращение заданного действия в личное, соединение требуемого поведения с нравственными мотивами и ценностями конкретного человека. Так, чем более нравственен человек, тем проще им осуществляется волевое действие [22].

Для настоящего исследования особую важность приобретают способы создания дополнительного смысла действия. В.С. Иванников предлагает следующие способы, обобщенные им в процессе анализа литературных данных.

Первый способ – намеренная переоценка значимости мотива. Чем менее привлекателен для человека мотив, тем затруднительнее становится процесс смыслообразования. Намеренное преуменьшение значимости мотива происходит за счет дискредитации его положительных свойств, преувеличение – посредством их приписывания.

Второй способ – изменение роли и позиции человека в коллективе. Приобретая более значимую роль, деятельность, в рамках этой роли, становится более значимой для человека, в отличие от осуществления той же самой деятельности в рамках старой роли.

Третий способ – использование предвидений и переживаний последствий своих действий или отказов от них. Оценивая последствия своего выбора, человек может усилить или уменьшить значимость мотива, в зависимости от того, насколько личностно значимы будут являться последствия.

Четвертый способ – объединение заданного и принятого к исполнению действия новыми, значимыми для этого человека мотивами. Так, обогащая деятельность, к примеру, игровыми или исследовательскими мотивами, она приобретает качественно новое значение для человека. Основное условие «нового» мотива – личностная заинтересованность человека.

Пятый способ – связывание заданного действия с возможностью свободного времяпровождения после его завершения. Новый мотив достигается в данной ситуации не через заданное действие, а через открытие возможности выполнить желаемое действие.

Шестой способ – включение заданного действия как части в другое, более широкое по содержанию и более значимое для человека. Мотив в данной ситуации становится более значимым, если действие является частью чего-то личностно значимого и важного для человека.

Седьмой способ – обращение к символам, ритуалам, другим людям за поддержкой. Восьмой способ – подкрепление действий клятвами и обещаниями другим людям [15].

Вышеописанные способы применяются в ситуациях, когда требуется волевое усилие. Но, с другой стороны, человек может иметь личностные качества, которые и без произвольных усилий могут обеспечить необходимые действия. В данной ситуации эти личностные качества становятся регуляторами поведения, принимая на себя роль мотивов.

Таким образом, по В.А. Иванникову, воля понимается как инструмент преодоления препятствий, преодоления борьбы мотивов. При этом волевая регуляция рассматривается как процесс сознательного превращения

заданного действия в личностно значимое через использование способов создания дополнительных смыслов.

Дальнейшее изучение проблемы воли и волевой регуляции отражено в положениях концепций В.И. Селиванова и Е.П. Ильина.

В концепции В.И. Селиванова воля понимается как сознательное регулирование человеком своего поведения, выраженное в умении видеть и преодолевать внутренние и внешние препятствия на пути целенаправленных поступков и действий [28]. Волевая регуляция является сознательно направленной активностью личности, выражающаяся в способности человека контролировать себя и достигать поставленные цели. Такая регуляция осуществляется посредством волевых усилий, которые выражаются в волевых процессах, действиях, свойствах, состояниях. По мнению Селиванова, обязательным условием осуществления волевой регуляции является ее выражение в волеизъявлении.

В концепции Е.П. Ильина воля рассматривается как разновидность произвольного управления деятельностью, которая реализуется с помощью волевых действий [16]. Главным признаком волевого действия, при этом, является наличие самостоятельного волевого усилия. Сущность воли, согласно Ильину, в ее самости, что проявляется как самодетерминация и сознательное преднамеренное планирование человеком своих действий, включая самокоманду, самостимуляцию, самоконтроль за своими действиями и состояниями.

Таким образом, анализ психологической литературы по проблеме воли и волевой регуляции позволяет утверждать, что существует большое количество различных подходов к рассмотрению данной проблемы. В данном пункте были освещены основные и наиболее актуальные для нашего исследования. Обобщая все проанализированные концепции, можно определить волю как инструмент осуществления деятельности, который позволяет преодолевать препятствия, возникающие в процессе реализации

этой деятельности. Также авторами выделяются важнейшие аспекты в понимании природы и осуществления процесса волевой регуляции.

1.2. Теоретические основы изучения феномена агрессии

Проблема агрессии является одной из наиболее изучаемых и актуальных в различных науках. В настоящее время существует множество определений термина «агрессия». Трактовка этого понятия неоднозначна и варьируется в зависимости от того, какая область науки изучает данный феномен. Так, в физиологии под агрессией понимается «ситуация, когда организм сражается против источника неприятностей, прежде всего, например, источника боли, и пытается уничтожить этот источник, то есть решить проблему радикально» [26].

С физиологической стороны за агрессию отвечают следующие структуры: гипоталамус, который выдает вегетативные и эндокринные реакции, миндалина, а также поясная извилина, находящаяся на внутренней поверхности больших полушарий и отвечающая за сопоставление реальных и ожидаемых результатов поведения. Взаимодействуя с лобной корой, поясная извилина прогнозирует наше поведение и его последствия. И чем качественнее работает эта система, тем меньше агрессии проявляется в поведении человека. Но если миндалина все же доминирует над системой «поясная извилина – лобная кора», мы можем наблюдать мало контролируемое агрессивное поведение. Таким образом, с физиологической стороны возникновение агрессивных проявлений и их интенсивность зависят от качественных характеристик структур головного мозга человека, а также его гормонального фона.

Кроме физиологической детерминации агрессивного поведения, существует ряд исследований, направленных на изучение генетической детерминации. Первоначальные исследования в этой сфере были проведены на животных. Но изучение генетики человека позволяет утверждать, что речь

идет о тех же генах, что и у животных. Таких как транспортер серотонина и его рецепторы, ферменты биосинтеза и катаболизма катехоламинов и их рецепторы [19]. Установлен факт, что уровень наследуемости агрессивности у людей высок. Но речь идет о патологических проявлениях агрессии, т.к. зачастую они сочетаются с наличием нейропсихических нарушений. Те агрессивные проявления, которые характеризуются скорее психологически, остаются фактически вне сферы генетических исследований.

Таким образом, проблема изучения генетики агрессивности отражается в том, что исследование сосредоточено на анализе крайних форм агрессивности, в то время как генетическая основа всего спектра агрессивно-неагрессивного поведения часто исключается из обзора исследователей. Личностные особенности проявления агрессии, множественность факторов, влияющих на это поведение, а также субъективность оценок этого поведения усложняют возможность количественной оценки уровня агрессивности. Поэтому прогресс в изучении генетической детерминации агрессивного поведения предполагается в области эксперимента на модельных организмах животных.

В рамках социально-биологического подхода агрессия рассматривается как «врожденная форма поведения, развивающейся по инстинктивному типу в провоцирующих условиях среды в ответ на появление или предъявление видоспецифических сигналов» [19]. В данном контексте агрессия рассматривается как общебиологическое явление, имеющее глубокие эволюционные корни. Агрессивное поведение – одна из универсальных форм внутривидового поведения, обеспечивающая конфликтные, конкурентные взаимодействия и тем самым, сопровождающая естественный отбор. При этом высокий уровень агрессии, так же как и низкий, не являются благоприятными факторами для выживания особи. Высокий уровень агрессии может привести к массовому травматизму, гибели, а низкий плохо сказывается в целом на жизнеспособности особи. Подобные инстинктивные

характеристики агрессивного поведения имеют место быть и в природе человеческой агрессии.

Это выражается, прежде всего, в том, что при характеристике агрессивного поведения человека нельзя исключать из внимания влияние социального контекста. Социальная среда, создавая мотивацию и конкуренцию, может стимулировать или тормозить агрессивные проявления человека. Таким образом, можно утверждать, что при анализе такого многогранного феномена как агрессия нельзя не учитывать такой фактор как социальная среда, в которой человек осуществляет свою деятельность.

Говоря об агрессии, проявляющейся в жизнедеятельности человека, важно акцентировать внимание на психологическом аспекте изучения данного вопроса. В настоящий момент в исследованиях вводятся различия в понятия «агрессия» и «агрессивность». Подобная точка зрения представлена в исследованиях Д. Коннора [17]. Агрессия понимается как форма поведения, направленная на причинение физического и/или психологического вреда другому живому существу, не желавшему подобного обращения. Агрессивность же определяется как свойство личности, выражающееся в готовности действовать агрессивно и враждебно.

Исследование агрессии в психологии имеет долгую историю и большое количество теорий и подходов. Так, немецкий психолог Х. Хекхаузен, изучающий движущие силы поведения человека, в своих трудах, посвященных изучению агрессии, выделяет следующие основные теории агрессии: теория влечения (или инстинкта), фрустрационная теория агрессии и теории социального научения [30].

Теория влечения базируется на классическом психоанализе З. Фрейда. Предложенная Фрейдом гипотеза о двух преобладающих силах человека – влечение к жизни и влечение к смерти – позволяет определять агрессивность в контексте инстинкта смерти, который является либо инстинктом саморазрушения (если направлен вовнутрь), либо инстинктом разрушения другого индивида (если направлен вовне). При этом автор подчеркивал, что

интенсивность этого инстинкта можно контролировать и при необходимости редуцировать. Так, агрессивность можно определить как «постоянно присутствующий в организме подвижный импульс, обусловленный самой конституцией человеческого существа, самой природой человека» [30, с. 235]. Агрессивность выступает как естественная часть человеческого поведения, непременно присутствующая у каждого человека, различаясь лишь тем, на кого направлена. Но, стоит отметить, что подобные воззрения на проблему агрессии не избежали критики научного сообщества. Основная проблема данного подхода к агрессии – распространение этого понятия на совершенно разные типы агрессии, тем самым Фрейд свел все типы к одному инстинкту – инстинкту смерти.

Развитие и углубление знаний о проблематике агрессии приводит к тому, что возникает новая теория агрессии – фрустрационная. Д. Доллард, основоположник фрустрационной теории, дает следующее определение агрессии: «Агрессия – это поведение, целью которого является причинение боли и ущерба человеку, на которого она направлена» [34, с. 102]. Основным постулатом данного подхода является утверждение, что агрессия – это всегда реакция на фрустрацию. Фрустрация же определяется как «вмешательство в направленное на цель действие, внешний барьер, препятствующий достижению цели» [31, с. 38]. Так, согласно данной теории, чем интенсивнее ожидание удовлетворения при достижении данной цели и чем сильнее препятствие достижения этой цели, тем выше степень проявления агрессивных реакций.

Таким образом, в рамках данной теории, агрессивное поведение вызывается стремлением разрушить или нейтрализовать фрустрирующий блок. Если же на пути к цели перед человеком возникают препятствия, побуждение к агрессии, возникшее с целью нейтрализации препятствия, может быть направлено на другой объект. Данное явление получило название «смещенная агрессия». Ее отличие от других видов агрессии

состоит в том, что она направлена не против непосредственного источника фрустрации, а на какой-либо другой, часто непричастный, объект.

Но дальнейшие исследования в рамках данной концепции привели к пересмотру основных положений. Не всякая агрессия вызвана фрустрацией и не всякая фрустрация ведет к агрессивным реакциям. А в диаду «фрустрация – агрессия» добавляются опыт человека и его индивидуальные особенности такие, как импульсивность, интенсивность реакций, уровень активности.

Таким образом, развитие знание об агрессии как феномене человеческого поведения привело к тому, что агрессия рассматривается не только как биологически обусловленная реакция организма, но и как контролируемое самой личностью, ее опытом явление.

Теория социального научения, разработанная А. Бандурой, основана на идеях бихевиоризма. Так, в рамках данной теории утверждается, что за протекание агрессии отвечают процессы, имеющие отношение к процессам научения, освоения и реализации открытого поведения. В процессе наблюдения за агрессивным поведением у человека формируется представление о том, каким образом выстраивать поведение, а в дальнейшем его символическое выражение может выступать руководством к действию. Опираясь на свои экспериментальные исследования, автор утверждает, что любой человек (ребенок или взрослый) легко перенимает новые для них агрессивные формы поведения и реакции, к которым ранее не были предрасположены, просто в процессе наблюдения за агрессивным поведением других.

В ходе проведения экспериментов Бандура обнаружил, что агрессивное поведение проявляется у детей, воспитывающихся в условиях научения на агрессивных формах поведения взрослых. При этом для формирования эффекта научения нет необходимости в реальной демонстрации агрессивного поведения, вполне достаточно их символического изображения в кинофильмах, телепередачах, литературе. Еще большее значение имеют случаи, когда агрессия одобряется и остается безнаказанной. Гнев как

агрессивное проявление также проявляется только, когда в данной ситуации социально принимаются образцы гневных реакций.

Таким образом, автор заключает, что приобретение агрессивных форм поведения происходит на основе личного опыта и викарного научения, т.е. «научения, происходящего на основе наблюдения за поведением других людей (животных) и за последствиями их поведения» [30, с. 382].

Продолжая анализ теорий зарубежных исследователей, важно отметить мотивационную теорию агрессии, предложенную американским психологом С. Фешбахом [35]. Агрессия как форма поведения не может изучаться без анализа мотивов личности. Но, принимая мотив как личностную характеристику, агрессия сливается с агрессивностью, и выступают как единый процесс. Если акцент делается именно на намерении и мотивации поведения, то мы имеем дело уже с агрессивностью как особенностью индивидуальности, а не поведения.

При этом автором выделяются различные виды агрессии: экспрессивная, враждебная и инструментальная. Экспрессивная агрессия – это непроизвольная реакция в виде взрыва гнева и ярости, не имеющая определенной цели и поэтому краткосрочная. Может сопровождаться физическим нападением на объект реакции. Разновидность экспрессивной агрессии – импульсивная агрессия. Она протекает по типу аффекта, неподконтрольного субъекту, и представляет собой эмоциональную реакцию, которая провоцируется сильной внешней стимуляцией. Враждебная агрессия – агрессия, которая имеет своей целью нанесение вреда другому человеку. Инструментальная выступает средством достижения какой-либо нейтральной цели.

Автор различает индивидуально мотивированную и социально мотивированную инструментальную агрессию. Индивидуально мотивированная может быть бескорыстной или своекорыстной и осуществляться за счет лично значимых мотивов. Социально мотивированная инструментальная агрессия осуществляется в приемлемых

для конкретного общества рамках и приемлемым образом. Данный вид может выполнять контрольную функцию и служить побочным продуктом достижения общественно значимых целей.

Анализируя научный опыт отечественных ученых, можно выделить следующие важнейшие подходы к изучению агрессии. Советский психолог Н.Д. Левитов предлагал рассматривать агрессивность не просто как мотив, поведение или реакцию организма, но и как психическое состояние. При этом агрессивное состояние – это не только нападение, но и желание напасть, угроза, враждебность. Типичное состояние агрессии можно охарактеризовать острым, часто аффективным переживанием гнева, импульсивной беспорядочной активностью, злостью.

В агрессивном состоянии Левитов выделяет следующие компоненты: познавательный, волевой и эмоциональный. Познавательный компонент отвечает за анализ ситуации, выделение в ней объекта нападения. Важно правильно оценить угрозу, проанализировать ее. От этого зависит состояние агрессии, ее форма и сила проявлений. Недооценка угрозы может привести к переоценке своих сил и вызывать фрустрацию. Переоценка угрозы, наоборот, может свидетельствовать об осознании своего бессилия и отказу от агрессии.

Эмоциональный компонент – это гнев и все сопутствующие эмоциональные реакции (злость, враждебность, мстительность и др.). Но не всякий гнев приводит к появлению агрессии.

Волевой компонент – это целенаправленность, устремленность, решительность. Агрессивность часто возникает и развивается в борьбе, а борьба требует использования волевых качеств личности. Но нецелесообразно сводить агрессивное состояние к проявлениям силы воли, даже если с формальной точки зрения агрессивное поведение является волевым актом [21].

Также Левитов предлагает выделять следующие разновидности агрессии:

1. По направленности: агрессия, направленная вовне; агрессия, направленная на себя (аутоагрессия).
2. По цели: интеллектуальная; враждебная агрессия.
3. По методу выражения: физическая; вербальная агрессия.
4. По степени выраженности: прямая; косвенная агрессия.
5. По наличию инициативы: инициативная; оборонительная агрессия [13].

В Кратком словаре системы психологических понятий, автором которого является К.К. Платонов, предлагается следующее определение агрессивности: «это психическое явление, выражающееся в стремлении к насильственным действиям в межличностных отношениях. Может проявляться как ситуативный кратковременный психический процесс или состояние. Но может быть свойством личности и даже чертой характера как результат недостаточного воспитания или симптом психического заболевания» [25, с. 7].

Понимание агрессивности как свойства личности развивается в работах В.С. Мерлина в рамках теории интегральной индивидуальности. Агрессивность здесь может рассматриваться с двух сторон: как черта личности и как свойство темперамента. Агрессивность как черта личности проявляется как агрессивное отношение к людям, при этом выделяется объект и содержание отношения личности. Агрессивность как свойство темперамента проявляется, как тенденция реагировать гневом при фрустрации, при этом проявляется психодинамическая сторона агрессии. Однако поскольку агрессивность (личность) и экстрапунитивность (темперамент) характеризуются направленностью, некоторое внешнее сходство между ними существует.

Экстрапунитивность как свойство характера при этом рассматривается как предрасположение к нападению. Она проявляется в слабом контроле враждебности, раздражительности, разрядке напряжения, спровоцированного

фрустрацией, но выражается путем экспрессивных разрушительных или нападательных реакций.

Рассматривая понятие «агрессивность» важно учесть, что оно неразрывно связано с такими чертами как жестокость и враждебность. Жесткость – особое качество агрессивности, описывающее стремление причинять мучения и страдания живым существам. Может выражаться в действиях, бездействии, словах, фантазиях соответствующего содержания. Отличительная черта жестокости именно в ее направленности. Враждебность – негативная установка, позиция, в целом негативное отношение к окружающим, которое находит свое выражение в крайне неблагоприятной оценке своего объекта – жертвы. Враждебный индивидуум – человек, который обычно проявляет большую готовность выражать словесно или каким-либо иным образом негативные оценки других людей.

Так, рассматривая агрессивность как особенность индивидуальности, можно заключить, что она оказывает очень сильное влияние на поведение человека, определяя и ситуативные, и устойчивые проявления агрессивного поведения.

Таким образом, при анализе зарубежных и отечественных теорий агрессивности и агрессии можно заключить, что агрессия – комплексное понятие. Ее можно охарактеризовать как биологически обусловленную реакцию организма, как реакция на фрустрацию – экстрапунитивность, как мотив, как свойство темперамента, черта личности. Так же агрессия может выступать либо как ситуативная, либо как устойчивая форма поведения человека.

1.3. Психологические особенности подросткового возраста

Подростковый возраст характеризуют как переломный и критический период взросления личности. Согласно Всемирной организации здоровья

подростковый возраст охватывает период с 10 до 19 лет [6]. Согласно возрастной периодизации, предложенной Л.С. Выготским, подростковый возраст делится на младший (11–15 лет) и старший (15–17 лет) [8]. Данный возрастной период отличается глубокими перестройками организма, как в физическом, так и в психологическом плане.

Биологическими признаками подросткового периода являются заметное ускорение темпов роста, быстрое развитие репродуктивных органов и появление вторичных половых признаков, таких как волосяной покров на теле, увеличение мышечной и жировой массы тела.

Развитие нервной системы в подростковом возрасте характеризуется усиленной работой отделов, обеспечивающих адаптационные процессы и увеличивающиеся энергозатраты. Зачастую у подростков процессы возбуждения нервных процессов преобладают над процессами торможения. Подобная неустойчивость нервной системы вызывает изменения в работе органов и их систем. Внешне это может проявляться как повышенная возбудимость, замедленная или неадекватная реакция на информацию, выраженные эмоциональные реакции на минимальные раздражители.

Физические изменения, возникающие при вступлении в подростковый возраст, контролируются гормонами, синтезируемыми эндокринными железами и постоянно поступающими в кровь. Основная особенность эндокринной перестройки в подростковом возрасте – активация системы гипоталамус–гипофиз. Основные гормоны гипофиза, которые обеспечивают рост и развитие организма – гормоны его передней доли. Так, гормон роста активизирует синтез белка, стимулирует жиросжигание, усиливает обмен веществ, тем самым обеспечивая рост и развитие тканей организма. Стимулятор выработки гормонов корой надпочечников отвечает за выработку веществ, под действием которых вырабатываются вещества, влияющие на рост мышечной и костной ткани, на адаптационные реакции организма к стрессовым воздействиям. Важную роль играют также гормоны щитовидной железы. Они участвуют в развитии мозга, во всех видах обмена

веществ, определяют уровень интеллекта, физического развития, адаптационных возможностей, созревания репродуктивной системы. Таким образом, гормональные изменения в подростковом возрасте обеспечивают биологические основы усвоения знаний, жизненных и трудовых навыков, отвечают за выработку и закрепление различных социально значимых условных рефлексов.

Одной из отличительных черт подросткового возраста является половое созревание. Уровень полового созревания отражает состояние нейроэндокринных механизмов регуляции организма и является одним из показателей зрелости репродуктивной системы. Некоторые подростки могут отличаться ранним или поздним ростовым скачком и наступлением полового созревания.

Иммунная система – еще одна важнейшая система, обеспечивающая приспособительные реакции растущего организма. На подростковый возраст приходится один из критических периодов в развитии иммунной системы. Происходящие в организме перестройки, а также различные факторы внешней среды могут приводить к ослаблению иммунной системы, что может являться причиной возникновения многих хронических заболеваний.

С изменением гормонального статуса также связаны изменения, происходящие в работе сердца и сосудов. В подростковый возраст происходит рост сердца, изменяются уровни артериального и венозного давления, ритм сердечных сокращений. Подростки часто испытывают неприятные ощущения в области сердца, страдают повышенной утомляемостью, склонны к обморочным состояниям. С целью поддержания кровоснабжения организма на оптимальном уровне, подростковый период сопровождается повышением уровня артериального давления.

В подростковый период завершается формирование костной ткани организма. На формирование костной ткани большое влияние оказывают биологические и средовые факторы риска. Это определяет высокий риск формирования различных патологий костной ткани, деформаций

позвоночника и грудной клетки, специфичных для подросткового возраста. В этот период так же отмечается значительное увеличение мышечной массы.

Особенности развития дыхательной системы в переходный период проявляются в интенсивном развитии грудной клетки, дыхательных мышц, происходит рост легких. В это время устанавливаются половые различия в типе дыхания: у девушек – грудной, у юношей – брюшной. В этой ситуации часто возникает недостаток кислорода, особенно при интенсивных физических нагрузках, так как интенсивная перестройка органов дыхания должна обеспечивать растущий организм кислородом.

В подростковом возрасте завершается формирование пищеварительной системы. У подростков усиливается выделение желудочного сока, секреторная функция поджелудочной железы, повышается эвакуаторная активность желудка. Пищеварительная система в подростковом возрасте особенно чувствительна к длительным эмоциональным, физическим напряжениям, нарушению режима, что может привести к возникновению гастроэнтерологических заболеваний.

Наряду с обширными биологическими перестройками, в подростковом возрасте происходят многочисленные когнитивные изменения. Развиваются способности, процессы мышления, которые приводят к росту сознания, суждений, воображения и интуиции. Активно накапливаются знания, которые открывают ряд проблем и вопросов, которые как обогащают, так и усложняют жизнь подростка.

В подростковом возрасте происходит развитие памяти в направлении интеллектуализации. Улучшается продуктивность памяти, изменяются приемы запоминания. Наблюдаются значительные количественные изменения памяти: увеличивается количество воспринимаемого материала и скорость его воспроизведения и запоминания. Все большее значение приобретает опосредованное запоминание через слово. Также увеличивается роль второй сигнальной системы, что проявляется в увеличении количества запоминаемого абстрактного материала по сравнению с конкретным.

Кроме памяти, в подростковом возрасте происходят значительные изменения в таком процессе психической деятельности как внимание. Эти изменения связаны с произвольностью внимания: подростки могут полностью контролировать и организовывать его. Но на качество внимания также влияют и индивидуально-психологические особенности. К их числу можно отнести повышенную возбудимость, утомляемость, соматические заболевания, черепно-мозговые травмы, а также низкая мотивация учебной деятельности.

Мыслительная деятельность подростков изменяется в направлении перехода к мышлению в понятиях, которые более углубленно и целостно отражают взаимосвязи между различными явлениями действительности.

Согласно теории Ж. Пиаже, подростковому возрасту соответствует заключительная стадия когнитивного развития – стадия формальных операций, которая формируется на протяжении двух этапов, выделенных автором. Первый этап (с 11–12 до 14–15 лет) заключается в овладении подростками такими функциями как заключать логические выводы, доказывать некоторые утверждения. Но выполнение этих функций часто бывает случайным и произвольным. Этот этап можно считать подготовительным для второго этапа. На втором этапе (с 14–15 лет) мышление подростков приобретает все черты логического, научного мышления. Подростки способны строить теории на высоком уровне обобщения и проверять их, используя индукцию и дедукцию. Это открывает возможности для рефлексивного анализа, критическому отношению не только результатов, но и процесса их получения.

Подросток способен мыслить логически об абстрактных высказываниях и систематически создает свои и проверяет предоставленные ему гипотезы. Индивиды систематически обдумывают все возможности, строят планы на будущее, чаще вспоминают прошлое, склонны рассуждать по аналогии и метафорически. Для данного вида мышления больше не требуется связь с физическими объектами или реальными событиями.

Подросток начинает интересоваться гипотетическими и идеологическими проблемами, будущим, окончательно формируется личность, строится программа жизни. В этом возрасте, согласно Пиаже, осуществляется завершающая фундаментальная децентрация – ребенок освобождается от конкретной привязанности к данным в поле восприятия объектам и начинает рассматривать мир с точки зрения того, как его можно изменить [24].

Подросткам становится проще изменять свою речь в зависимости от стиля общения и личности собеседника. Им стало проще улавливать неправильные или нестандартные обороты речи, воспринимаемые от окружающих. Для подростков особенно важным является авторитет культурного носителя языка. Посредством подобного персонального постижения языка, его смыслов и значений происходит индивидуализация самосознания подростка.

Еще одним содержанием психического развития подростков является развитие его самосознания, появляется устойчивость самооценки и образа «Я». Важнейшим в этом аспекте является образ физического «Я» – представление о собственном телесном облике. Особенности физического развития часто становятся причиной снижения самооценки у подростков, потерей самоуважения. В подростковом возрасте дети способны направленно осознавать свои личные особенности, недостатки. Возникает критическое отношение к себе, формируется самосознание. Подросток начинает заниматься сознательным самовоспитанием и самопознанием. Основная форма самопознания в подростковом возрасте – сравнение себя с другими людьми, что приводит к возникновению психологического кризиса, результатом которого, при нормальном протекании, становится нормальная самооценка. В ходе формирования самооценки подросток определяет свое положение в социуме, находит свое место в системе межличностных взаимоотношений. У ребенка возникает выраженная потребность в самоутверждении и самоопределении, в том числе и профессиональном. Именно в этот период подросток приобретает большое количество знаний,

умений и навыков в процессе школьного и дополнительного образования. Отмечается большой интерес к различного рода активности, появляются первые устойчивые мечты о будущей профессии.

Особенности развития познавательных способностей в подростковом возрасте часто могут служить причиной возникновения трудностей в школьном обучении. В подростковый период формирование психических функций все еще не завершено и без должного компенсирующего воздействия могут привести к серьезным проблемам у взрослого человека.

Несмотря на продолжающееся познавательное развитие, гормональные перестройки в организме ведут к тому, что у подростков замедляется темп их деятельности, на выполнение определенной работы, поставленной перед ним задачи, требуется больше времени. Подростки чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется.

Рассматривая подростка в социальной ситуации развития, можно сказать, что внешняя ситуация в целом не изменилась от ситуации в предшествующий возрастной период. Но внутренняя позиция подростка претерпевает изменения: происходит поворот от направленности на мир к направленности на себя, что выражается как формирование новых ценностных ориентаций, подросток по-новому начинает относиться к себе, следовательно, меняются его отношения к семье, школе, сверстникам. Все это обуславливает новую социальную ситуацию развития, которая предполагает конфликты, кризисы, адаптационные трудности. Подросток, который не сумел благополучно преодолеть новый этап психосоциального развития, который предпочитает использовать формы поведения, отклоняющиеся от общепринятой нормы, получает статус «трудного» и характеризуется асоциальным поведением. Факторы риска для данной категории подростков: особенности развития характера, физическая ослабленность, эмоциональная незрелость, отсутствие коммуникативных навыков, неблагоприятное социальное окружение.

Также в подростковый период происходит изменение ведущего вида деятельности. Согласно Д.Б. Эльконину, ведущей деятельностью в младшем подростковом возрасте является интимно-личностное общение со сверстниками [32]. Под интимно-личностным общением понимается деятельность, которая способствует практическому освоению моральных ценностей и норм. Данный вид деятельности способствует формированию самосознания, как основы новообразований психики.

Ведущим мотивом поведения в подростковом возрасте является стремление найти свое место среди сверстников. Оценки сверстников и товарищей становятся для подростка важнее, чем оценки взрослых. Подростки очень сильно подвержены влиянию группы и ценностям, которые ей присущи. Поэтому если его популярность среди сверстников подвергается опасности, это чаще всего вызывает большое беспокойство. Чтобы включиться в коллектив, подростки могут использовать различные средства, например, выйти за рамки ученических дел в другие сферы. Во время общения со сверстниками проигрываются всевозможные стороны человеческих отношений, строятся взаимоотношения, которые основаны на кодексе товарищества, реализуется желание глубокого взаимопонимания. Выработка новых образцов поведения, стремление жить по своим идеалам может приводить к столкновению взглядов на жизнь подростков и их родителей.

Развитие ведущей деятельности обуславливает возникновение новообразований в подростковом возрасте. К основным новообразованиям младшего подросткового возраста относятся: чувство взрослости, формирование самосознания, развитие рефлексии, потребность в самоутверждении и самоопределении. Все новообразования развиваются в течение всего подросткового периода, и в разных случаях степень проявления того или иного новообразования будет различаться.

Чувство взрослости как основное новообразование подросткового возраста характеризуется возникновением у подростка субъективного образа

себя как взрослого человека. При этом он требует от окружающих его взрослых такого же отношения.

Развитие рефлексии, самопознания, в целом, стремление познать себя, в подростковом возрасте нередко приводит к потере эмоциональной стабильности. Основная форма самопознания – сравнение себя с другими людьми, критическое отношение к себе. Следствием подобных тревожащих психику проявлений становится психологический кризис, в ходе которого и формируется устойчивая самооценка, происходит определение своего места в социуме. При становлении самооценки большую роль играют также внутренние критерии.

Именно в подростковый возраст в процессе учения и труда вырабатываются умения и навыки, опираясь на которые происходит выбор будущей профессии. В этом возрасте наблюдается повышенная познавательная и творческая активность, при этом появившееся чувство взрослости стимулирует подростков к самообразованию, самосовершенствованию, самообслуживанию. У подростков возникают новые мотивы учения, связанные с расширением знаний, которые позволят сформировать необходимые для будущего самостоятельного труда умения и навыки. Это приводит к появлению у подростков таких качеств как деловитость, предприимчивость, умение налаживать контакты, в том числе и деловые, организаторские способности, умение договариваться о совместных целях, распределении обязанностей.

Таким образом, к концу подросткового периода подростки начинают ощущать себя субъектами собственного развития, обретают способность ставить перед собой задачи самореализации, самоактуализации, саморазвития, самосовершенствования.

Важнейшим признаком подросткового возраста является подростковый кризис. Рассматриваемый в различных концепциях, данный кризис всегда предстает как один из наиболее важных и тяжело протекающих в жизни человека. Обращаясь к концепции развития личности Э. Эриксона, в

подростковом возрасте мы говорим о кризисе идентичности [33]. Главной задачей данного кризиса становится поиск и выбор новой взрослой идентичности. В этот период перед подростком вновь предстают все старые неразрешенные задачи и проблемы, разрешение которых должно происходить с твердой уверенностью в том, что и именно этот выбор будет правильным для него и полезным для общества.

Разрешение кризиса идентичности проявляется как обретение подростком взрослой идентичности; неразрешение – как «диффузия идентичности». Эриксон описывает данное явление как «регрессия к инфантильному уровню и желание как можно дольше отсрочить обретение взрослого статуса; смутное, но устойчивое состояние тревоги; чувство изоляции и опустошенности; постоянное пребывание в состоянии чего-то такого, что сможет изменить жизнь; страх перед личным общением и неспособность эмоционально воздействовать на лиц другого пола; враждебность и презрение ко всем признанным общественным ролям, вплоть до мужских и женских» [33, с. 63].

Таким образом, давая психологическую характеристику подростковому возрасту, можно сказать, что этот период является одним из наиболее насыщенных и сложных в жизни человека. Происходят множественные физические, физиологические, биохимические перестройки организма, что неминуемо ведет к психическим изменениям. Все эти перемены оказывают мощное воздействие на личность подростка, у него появляется потребность в изменениях, «подстройке» под новые условия. Все это вызывает стресс, постоянное нервное напряжение, подросткам становится трудно контролировать собственное поведение в рамках установленных социальных норм и границ, что и проявляется как агрессивность в поведенческих реакциях подростков.

1.4. Особенности волевой регуляции и агрессивного поведения в подростковом возрасте

Подростковый возраст – важнейший этап онтогенеза личности, в ходе которого в структуре личности возникают многие определяющие дальнейшее течение жизни новообразования. Одним из основных новообразований психики в этом возрасте является самосознание, формирование которого происходит в процессе освоения подростком моральных норм и ценностей.

Развитие самосознания – важнейший процесс, в результате которого формируется самооценка и определенный уровень притязаний. Одна из особенностей подросткового возраста – активное развитие рефлексивных способностей. Подросток может самостоятельно анализировать свое волевое поведение и оценивать сформированность волевых качеств его личности. Но, несмотря на возросшую внешнюю активность, механизмы волевой саморегуляции поведения в подростковом возрасте только в процессе формирования и развития.

Советский психолог Л.И. Божович в своих трудах описывает эту ситуацию так: «Спецификой социальной ситуации развития подростка является расхождение, с одной стороны, между требованиями жизни и его интересами, с другой – между его возможностями и его собственными требованиями к себе. Такое расхождение требует уже достаточно высокого уровня развития воли, которого чаще всего подростки еще не достигают. Знание этой специфики позволяет понять поведение детей подросткового возраста, их психологические особенности, их переживания, что, в свою очередь, необходимо для построения всей системы воспитательных воздействий в этот трудный («критический») период детского развития» [4, с. 198].

Большое значение в процессе развития волевой саморегуляции имеет формирование чувства долга, ответственности, наличие широких познавательных интересов и понимание подростком важности школьного

обучения. Поэтому важным становится вопрос о дальнейшем профессиональном самоопределении уже в школьное обучение, в подростковом возрасте. Исследования показывают, что те подростки, у которых сформирован устойчивый интерес к какой-либо профессии, имеют более высокий уровень сформированности волевых качеств личности.

Как отмечает отечественный психолог А.И. Высоцкий, в младшем подростковом возрасте происходит коренная перестройка структуры волевой активности [10]. Подростки значительно чаще регулируют свое поведение на основе внутренней стимуляции. Главным компонентом в психологической структуре волевой активности подростков становится самостимуляция, так как она не только лучше осмысливается, но и используется в деятельности все более избирательно.

К основным волевым качествам подросткового возраста Высоцкий относит следующие: настойчивость, инициативность, целеустремленность, решительность, самостоятельность, выдержку [9].

Настойчивость – это проявление активности при продолжительном осложненном внешними факторами продвижении к цели, доведение начатого дела до конца. Настойчивость часто связывают именно с длительностью проявления волевых усилий, с мотивацией достижения и высоким уровнем притязаний. Инициативность – способность к творческой работе, предпринимаемой по собственному желанию, без давления со стороны. Проявляется как активность, внутреннее побуждение к новым формам деятельности. Целеустремленность – умение подчинять свои действия поставленным целям. Является важнейшим качеством личности, определяющим содержание и уровень сформированности других волевых качеств личности. Решительность определяется как умение принимать в жизни быстрые, обоснованные решения. В жизни реализуется как выбор доминирующего мотива и наиболее адекватных средств достижения цели. Особенно ярко это проявляется в сложных, рискованных ситуациях. Самостоятельность – способность личности к автономии, независимости,

возможности действовать без посторонней помощи. Рассматривается так же как умение критически оценивать советы и предложения других людей, как умение сопротивляться внешним воздействиям, действовать на основе своих взглядов и убеждений. Выдержка – это умение контролировать свое поведение, блокировать в нужный момент времени действия, чувства, мысли, мешающие осуществлению задуманного плана, способность удерживаться от импульсивных действий в особенности в эмоционально напряженной обстановке [10].

Формирование волевых качеств начинается в раннем детстве и продолжается в течение всей жизни. На каждом возрастном этапе их развитие имеет свои качественные особенности. Так, в подростковом возрасте процесс формирования и развития волевых качеств тесно связано с нравственным и эмоциональным воспитанием. Дополнительно включает в себя становление общественной активности, потребностей, мотивов и интересов к различным видам деятельности.

Воспитание волевых качеств подростки ставят на первое место среди всех возможных личностных качеств. Но социальная ситуация развития в подростковом возрасте такова, что зачастую уровень сформированности волевых качеств недостаточно соответствует ей. Подростки слабо организованы в своей деятельности, легче поддаются чужому влиянию, тяжелее переносят трудности, могут вести себя вопреки усвоенным требованиям и правилам поведения.

Одновременно с этим у подростков появляется личное отношение к окружающим и происходящему вокруг, у них складывается умение анализировать свое поведение, они выбирают для себя образцы для подражания, устанавливают собственные требования к себе. Но зачастую эти требования завышены и не соответствуют реальным возможностям подростка, что часто приводит к тому, что подростки испытывают чувство неполноценности и оценивают себя как людей со слабой силой воли.

Самооценка волевых качеств у подростков часто носит лабильный характер. Тенденция к занижению уровня сформированности волевых качеств может быстро перейти к его завышению и наоборот. Происходить это может под влиянием различных факторов окружающей подростка среды. Поэтому большинство подростков понимают формирование у себя волевых качеств очень своеобразно. Чаще всего подростки не понимают необходимости проявления волевых качеств в повседневности, в решении типичных задач учебной деятельности, но особенно ярко проявляют их в различных, по их мнению, «героических» ситуациях.

Другой важнейшей особенностью подросткового возраста является возникновение «чувство взрослости». Американский психолог Дж. Хилл предложил интересный подход к проблеме поиска независимости подростками [18]. Он пришел к выводу, что автономию можно определить через феномен саморегуляции. Независимость подразумевает принятие собственных оценок и регулирование своего поведения, что можно определить одной фразой: «Думай сам за себя». Многие подростки учатся именно этому. Они заново переоценивают правила, ценности и ограничения, с которыми имели дело в детском возрасте дома и в школе. Иногда они сталкиваются со значительным сопротивлением родителей, которое может привести к конфликту.

Таким образом, в подростковом возрасте важным новообразованием является развитие нравственного компонента волевой регуляции. В целом, весь процесс воспитания подростка определяет успешность формирования волевых качеств личности. Не случайно воля часто рассматривается как одна из центральных и наиболее информативных характеристик личности.

Взросшие возможности и потребности требуют расширения самостоятельности, возникает потребность в самоутверждении, признании со стороны взрослых. Но не всегда подросток принимается в мир взрослых, что и становится причиной агрессивных проявлений по отношению не только к взрослым, но и к сверстникам. Поведение подростка отличается

недостаточной организованностью, они легко поддаются чужому влиянию, часто ведут себя вопреки принятым требованиям и правилам поведения.

В том случае, когда подросток постоянно находится в ситуации неприятия в мир социальных отношений взрослых, когда взрослые ограничивают его самостоятельность, возникает устойчивое агрессивное поведение. Подросток воспринимает его как единственно доступный для него способ достижения собственных целей. Агрессия становится формой протеста против непонимания взрослых.

Изучая агрессию в рамках подросткового возраста, важно обратиться к теории А. Басса, выделившего следующие наиболее часто встречающиеся формы агрессивного поведения среди подростков:

1. Вербальная агрессия – выражение негативных чувств в виде криков, угроз, ненормативной лексики, оскорблений;
2. Физическая агрессия – использование физической силы (драки, порча вещей);
3. Косвенная агрессия – действия, направленные на другое лицо неявно (сплетни, клевета);
4. Раздражение – реакция, проявляющаяся при малейшем возбуждении в форме грубости, резкости;
5. Негативизм – оппозиционная форма поведения, проявляющаяся либо в пассивном сопротивлении, либо в активной борьбе против установившихся норм и правил;
6. Обида – ненависть и зависть к окружающим за действительные или мнимые действия;
7. Чувство вины – возможное убеждение подростка в том, что он является плохим человеком, а также ощущаемые им угрызения совести;
8. Подозрительность – проявляется от недоверия и настороженности по отношению к окружающим до убеждения в том, что окружающие планируют и принесут вред [11].

В поведении подростков агрессия, принимая различные формы, может проявляться как способ самозащиты, как средство отстаивания своих прав. Выражаясь в уместной и приемлемой форме в той или иной ситуации, агрессия играет очень важную адаптирующую роль, помогает подростку приспособиться к изменившейся ситуации развития. С другой стороны в форме открытой враждебности может трансформироваться в нежелательные черты характера, развитие которых может привести к делинквентному или даже криминальному поведению.

Существует большое количество различных классификаций причин возникновения агрессии. Одна из них предлагает выделять следующие виды причин: личностные, ситуативные и семейные. Личностные причины проявляются через чувство одиночества у подростка, неуверенность в себе, повышенную раздражительность и обидчивость, повышенное чувство вины, гормональные перестройки в организме, пессимистичность взглядов. Ситуативные причины проявляются в отдельных конкретных ситуациях в жизнедеятельности подростка. Например, во время какого-либо соматического заболевания, во время и после просмотра жестокого контента, продолжительное времяпровождение за компьютерными играми, при переутомлении организма вследствие умственных или физических нагрузок. Семейные причины агрессивного поведения подростков связаны с особенностями поведения родителей. К действиям родителей, провоцирующим агрессию подростков, можно отнести следующие: прилюдное унижение или оскорбление ребенка, безучастность в жизни подростка, безразличие и враждебность к своему ребенку, подавление его желания и эмоций, проявление повышенного контроля.

На формирование устойчивого агрессивного поведения в подростковом возрасте оказывают влияние несколько факторов. К основным факторам можно отнести: ближайшее окружение (семья, сверстники), макросреда (образовательные учреждения, ее участники), культурные традиции, в которых воспитывается ребенок. Решающая роль отводится семье. Именно в

семье с самого рождения личность перенимает модели поведения, осваивает нормы, ценности. Р.Г. Илешова выделяет следующие типы неправильного воспитания, которые могут привести к формированию агрессивных форм поведения у ребенка: воспитание по типу «кумир семьи», воспитание по типу гипоопеки, воспитание по типу Золушки [20].

При воспитании по типу «кумир семьи» ребенок становится центром внимания родителей, которые постоянно восхваляют его личные качества объективно или нет. В ребенке, таким образом, формируется неадекватная самооценка, демонстративность, жажда признания. В случае, если ребенок не получает достаточного для него внимания, он начинает проявлять агрессию по отношению к тем, кто ограничивает его в этом.

Гипоопека характерна для деформированных семей, в которых имеет место алкоголизм, наркомания и другие формы отклонений. Либо в формально благополучных семьях, где воспитание сводится к материальному обеспечению. Дети в подобных семьях имеют больший риск оказаться безнадзорными, приобщиться к антисоциальным группировкам, они склонны к ранним вредным привычкам, совершению правонарушений.

Воспитание по типу Золушки характеризуется повышенной строгостью, дисциплинированностью. Это приводит к формированию неуверенности в себе, неумению отстаивать свою точку зрения, робости, пугливости. В отдельных случаях подросток проявляет агрессивное бунтарство в знак протеста сложившейся системе взаимоотношений с родителями, что приводит к постоянным конфликтам с ними.

Группа сверстников также может стать определяющей в процессе возникновения у подростка агрессии. В данном возрасте проявления агрессии соотносится с пониманием проявления силы. Поэтому часто подростковая агрессия – критерий лидерства в группе. Так у лидеров наблюдается наиболее высокий уровень агрессивных поведенческих проявлений, что является способом укрепления своей лидерской позиции. Но, помимо лидеров, высокой агрессивностью обладают и отверженные

члены группы, которые с помощью агрессии проявляют неудовлетворение своим положением в данной группировке.

В наши дни школа не всегда становится примером мирного сосуществования всех участников образовательного процесса. Кроме группы сверстников, инициаторами агрессии могут стать педагоги и сама образовательная система. В этом случае несоответствие способностей, умений, знаний, навыков подростка выдвигаемым требованиям порождают внутренние конфликты, внешнее проявление которых часто агрессивное и враждебное. Педагог в данной ситуации может стать либо поддерживающим ребенка, помогающим и понимающим его; либо стать провоцирующим агрессию фактором.

Рассматривая культурные традиции как фактор, влияющий на возникновение агрессивного поведения в подростковой среде, особое внимание следует уделить СМИ и рекламе. В последнее время произошло усиление агрессивной направленности в рекламе и различных телевизионных программах, а также в сети Интернет. Учитывая, что эти факторы оказывают колоссальное влияние на психологическое благополучие населения, можно утверждать, что они оказывают очень сильное влияние на формирующуюся психику подростков. При этом одна и та же поведенческая реакция может расцениваться индивидами по-разному. Для одних она может восприниматься как недопустимо агрессивная, для других – как нормальная. Все зависит от норм и ценностей той культуры, в которой развивается и воспитывается подросток.

К дополнительным факторам, которые могут оказать влияние на проявления агрессии среди подростков, можно отнести состояние физической среды, в которой существует подросток. Состояние среды может быть описано в таких характеристиках как температура воздуха, чистота воздуха, шум. Согласно исследованиям, существует зависимость между агрессивными проявлениями и температурой. Многие люди, находясь в условиях повышенных температур, становятся более раздражительными,

вспыльчивыми. Также загрязненность воздуха, шум и теснота оказывают влияние на межличностное взаимодействие, обостряются негативные реакции в социальном взаимодействии [5].

Таким образом, подростковый возраст является «благоприятным» периодом для формирования агрессивных форм поведения. Принимая во внимание различные причины и факторы, провоцирующие подобное поведение, можно утверждать, что поднимаемая проблема является достаточно актуальной. В особенности, если рассматривать ее с профессионально практической стороны. Становится очевидным важность диагностики, профилактики и, главное, коррекции как самих агрессивных проявлений, так и причин, их вызывающих. То есть работа должна быть комплексно направлена не только на самого подростка, но и на семью, сверстников и подходы к организации деятельности в стенах образовательного учреждения в зависимости от основного провоцирующего фактора.

Выводы по главе 1

В подростковый период происходят множественные физические, физиологические, биохимические перестройки организма, что неминуемо ведет к психическим изменениям. Все это вызывает постоянное нервное напряжение, подросткам становится трудно контролировать собственное поведение в рамках установленных социальных норм и границ, что и проявляется как агрессивность в поведенческих реакциях подростков. В этом аспекте встает вопрос о контроле собственного поведения в рамках установленных социальных норм и границ. Важнейшим новообразованием подросткового возраста является развитие нравственного компонента волевой регуляции. Таким образом, особенно важным становится вопрос о способности подростка к саморегуляции, волевому контролю своего поведения.

Существует большое количество различных подходов к рассмотрению данной проблемы. Обобщая все проанализированные концепции, можно определить волю как инструмент осуществления деятельности, который позволяет преодолевать препятствия, возникающие в процессе реализации этой деятельности.

Анализ различных зарубежных и отечественных теорий агрессивности и агрессии позволяет описать понятие «агрессия» как комплексное. Под подобной характеристикой подразумевается возможность описать агрессию с разных точек зрения: как биологически обусловленную реакцию организма, как реакцию на фрустрацию – экстрапунитивность, как мотив, как свойство темперамента, черту личности.

Факторами, провоцирующими агрессивное поведение у подростков, может стать ближайшее окружение (семья, сверстники), макросреда (образовательные учреждения, ее участники), культурные традиции той среды, в которой воспитывается ребенок. Учитывая все перечисленные причины и факторы, провоцирующие подобное поведение, можно

утверждать, что поднимаемая проблема является достаточно актуальной для исследования.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ И АГРЕССИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

2.1. Организация и методы исследования

С целью выявления взаимосвязи волевой регуляции и агрессии в подростковом возрасте было проведено эмпирическое исследование. В соответствии с целью были выделены следующие задачи исследования:

1. Подобрать диагностический инструментарий, соответствующий выбранной теме исследования.
2. Провести исследование в форме тестирования и опроса.
3. Проанализировать полученные данные.
4. Сформулировать выводы.

Учитывая цель и задачи, процесс реализации исследования можно разделить на два этапа.

Первый этап предполагал подбор банка методик для исследования волевой регуляции и агрессии в подростковом возрасте с последующей диагностикой испытуемых.

Второй этап содержит первичную обработку данных, корреляционный анализ.

Исследование проводилось на базе МАОУ «Лицей ХХ» г. Красноярск. Объем выборки составил 27 человек. Возрастной показатель варьировался от 14 до 15 лет.

В ходе исследования были использованы следующие методики.

1. Тест «Самооценка силы воли» [16, с. 316].

Методика описана Н.Н. Обозовым в 1997 году и предназначена для обобщенной характеристики проявления силы воли.

Описание методики. Тест содержит 15 вопросов. На приведенные вопросы можно ответить: «Да» – 2 балла, «Не знаю» или «Бывает»,

«Случается» – 1 балл, «Нет» – 0 баллов. При ответе необходимо сразу ставить баллы. Текст бланка представлен в Приложении А.

Обработка и интерпретация результатов. Для подсчета результатов необходимо сложить набранные баллы. Градация результатов при интерпретации следующая: 0–12 – сила воли слабая; 13–21 – сила воли средняя; 22–30 – сила воли большая.

2. Опросник «Шкала социального самоконтроля» (Self-Monitoring Scale, SMS) [12, с. 536].

Описание методики. Опросник измеряет, в какой степени люди осуществляют контроль над своим поведением и тем самым могут воздействовать на впечатление, которое складывается о них у окружающих. Данная шкала позволяет различать людей, которые хорошо умеют управлять производимым впечатлением («хорошо управляющих собой») и людей, чье поведение детерминируется скорее внутренними установками, а не самопредъявлением («плохо управляющих собой»). Автор данной шкалы М. Снайдер выделил два типа личности: личность «прагматическую» и личность «принципиальную». Человек демонстрирует соответствующий своему типу личности тип самопредъявления, отражающий скорее внутренние характеристики (у «принципиальной» личности), либо скроенный в соответствии с ситуативными особенностями (у «прагматической»).

Опросник содержит 25 утверждений. Если утверждение «Верно» или «Почти верно» по отношению к испытуемому, то необходимо отметить квадратик в колонке «Верно», если утверждение «Неверно», или «Чаще неверно», – в колонке «Неверно». Текст бланка представлен в Приложении Б.

Обработка и интерпретация результатов. Подсчет значения шкалы социального самоконтроля (ШСС) проводится путем суммирования баллов в соответствии со следующим ключом: положительный выбор: 5, 6, 7, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 18, 19, 24, 25; отрицательный выбор: 1, 2, 3, 4, 9, 12, 14, 17, 20, 21, 22, 23.

Итоговый показатель может находиться в диапазоне от 0 до 25. Чем он выше, тем выше способность управления самопредъявлением в общении или социальный самоконтроль. Нормативные значения показателей шкалы ШСС: среднее значение $X_{ср} = 11,7$; стандартное отклонение – 4,1.

Перевод первичных данных в шкалу стенов осуществляется в соответствии с таблицей 1.

Таблица 1

Нормативные результаты по опроснику «Шкала социального самоконтроля»

| Стен | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|----------------|----|-----|-----|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-----|
| Первичный балл | <3 | 4-5 | 6-7 | 8-9 | 10-11 | 12-13 | 14-15 | 16-17 | 18-19 | >20 |

Для интерпретации полученных результатов автор предлагает опираться на следующие теоретические положения. Поведение лиц с высоким уровнем социального самоконтроля регулируется одной из следующих задач:

1. Точно передать свое истинное эмоциональное состояние посредством экспрессивного поведения;
2. Точно передать произвольное эмоциональное состояние, которое может быть чуждо имеющемуся у данного индивида эмоциональному опыту;
3. Скрыть неподходящее эмоциональное состояние и казаться индифферентным и не переживающим никаких эмоций;
4. Скрыть неподходящее эмоциональное состояние и казаться переживающим подходящую эмоцию;
5. Казаться переживающим какую-то эмоцию, когда в действительности индивид ничего не испытывает, а индифферентность является социально неприемлемой [12].

Выбирая тот или иной способ поведения, индивид с развитым социальным самоконтролем опирается на различные элементы – «подсказки»

в конкретной ситуации. Одним из таких элементов является экспрессивное поведение других людей.

Лица с высоким уровнем социального самоконтроля склонны чутко воспринимать эмоциональные и поведенческие проявления окружающих, и ориентированы на них в тех ситуациях, когда не знают, как поступить. Поведение таких людей сильно варьируется в зависимости от ситуации. Кроме того, у них возможно рассогласование в выражении эмоций по разным экспрессивным каналам: например, выражение лица у такого человека может свидетельствовать об одном эмоциональном состоянии, а голос — о другом. Поведение, наиболее точно отражающее их внутреннее аффективное состояние, такие люди проявляют лишь в ситуациях с минимальными «подсказывающими» элементами. В целом лиц с высоким уровнем социального самоконтроля отличает озабоченность социальной пригодностью своего поведения, чувствительность к экспрессивному поведению других и использование его в качестве руководства по управлению собственной экспрессией. Такие люди эффективно контролируют свое поведение и без труда могут создать у окружающих нужное впечатление о себе.

Индивиды с низким уровнем социального самоконтроля обладают противоположными качествами: они мало озабочены адекватностью своего поведения и эмоциональной экспрессии и не обращают внимания на нюансы поведения других людей. Это не означает, что они менее эмоционально выразительны. Просто их поведение и эмоции зависят в большей степени от их внутреннего состояния и установок, а не от требований и особенностей ситуации. Поэтому их репертуар самопредъявления не очень широк. Отсюда вытекает и большая стабильность поведения таких людей в различных ситуациях, и большая согласованность в выражении эмоций по разным каналам, и отсутствие развитых навыков контроля и управления своим поведением.

3. Опросник исследования уровня агрессивности [12, с. 220].

Опросник исследования уровня агрессивности (Buss-Durkee Hostility Inventory, BDHI) опубликован в 1957 году американскими психологами Арнольдом Бассом и Энн Дарки. На русском языке стандартизирован А.А. Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой. Методика предназначена для выявления мотивационной агрессии у подростков, уровня деструктивных тенденций, уровня агрессии и враждебности.

Описание методики. Опросник выявляет следующие виды реакций:

1. Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.
2. Косвенная агрессия – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого ненаправленная.
3. Раздражение – готовность к проявлению негативных реакций при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
4. Негативизм – оппозиционная манера в поведении от агрессивного 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 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 содержит 75 вопросов. На приведенные вопросы можно ответить: «Да» или «Нет». Текст бланка представлен в Приложении В.

Обработка и интерпретация результатов. Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

1. Физическая агрессия:

«Да» = 1, «Нет» = 0: 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68;

«Нет» = 1, «Да» = 0: 9 и 7.

2. Косвенная агрессия:

«Да» = 1, «Нет» = 0: 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63;

«Нет» = 1, «Да» = 0: 26 и 49.

3. Раздражение:

«Да» = 1, «Нет» = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;

«Нет» = 1, «Да» = 0: 11, 35, 69.

4. Негативизм:

«Да» = 1, «Нет» = 0: 4, 12, 20, 28;

«Нет» = 1, «Да» = 0: 36.

5. Обида:

«Да» = 1, «Нет» = 0: 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58.

6. Подозрительность:

«Да» = 1, «Нет» = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;

«Да» = 0, «Нет» = 1: 33, 66, 74, 75.

7. Вербальная агрессия:

«Да» = 1, «Нет» = 0: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73;

«Да» = 0, «Нет» = 1: 33, 66, 74, 75.

8. Чувство вины:

«Да» = 1, «Нет» = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67.

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

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

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

2.2. Результаты исследования взаимосвязи волевой регуляции и агрессии в подростковом возрасте

Второй этап исследования предполагает анализ полученных данных по результатам диагностики с помощью вышеперечисленных методик.

При первичной обработке результаты исследования представляются в виде сводных данных тестирования испытуемых по выбранным диагностическим методикам. Сводные результаты тестирования испытуемых по методике «Самооценка силы воли» (автор Н.Н. Обозов) представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты тестирования испытуемых по методике «Самооценка силы воли»

| № | Возраст | Баллы | Уровень |
|---|---------|-------|---------|
| 1 | 14 | 23 | большая |
| 2 | 15 | 20 | средняя |
| 3 | 14 | 19 | средняя |
| 4 | 15 | 23 | большая |
| 5 | 15 | 22 | большая |
| 6 | 14 | 20 | средняя |
| 7 | 14 | 14 | средняя |
| 8 | 14 | 19 | средняя |
| 9 | 14 | 15 | средняя |

| № | Возраст | Баллы | Уровень |
|----|---------|-------|---------|
| 10 | 15 | 21 | средняя |
| 11 | 14 | 21 | средняя |
| 12 | 14 | 15 | средняя |
| 13 | 14 | 24 | большая |
| 14 | 14 | 22 | большая |
| 15 | 14 | 23 | большая |
| 16 | 15 | 21 | средняя |
| 17 | 14 | 22 | большая |
| 18 | 15 | 21 | средняя |
| 19 | 14 | 14 | средняя |
| 20 | 14 | 13 | средняя |
| 21 | 15 | 22 | большая |
| 22 | 14 | 19 | средняя |
| 23 | 14 | 16 | средняя |
| 24 | 14 | 24 | большая |
| 25 | 15 | 18 | средняя |
| 26 | 15 | 13 | средняя |
| 27 | 14 | 17 | средняя |

Дальнейшая обработка данных предполагала выделение процентного соотношения результатов первичной обработки. Результаты исследования в процентном соотношении по тесту «Самооценка силы воли» представлены на рисунке 1.

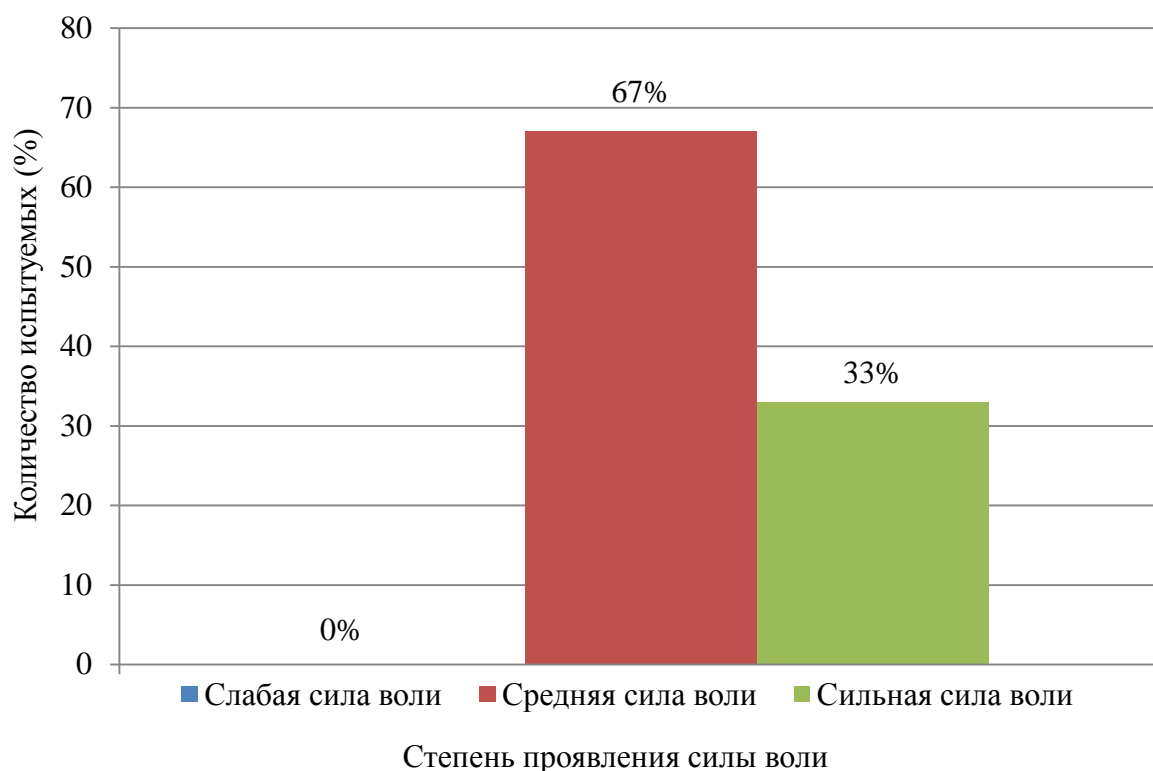


Рисунок 1. Степень проявления силы воли подростков
(по тесту «Самооценка силы воли»)

Согласно данным, представленным на рисунке 1, среди испытуемых слабой силой воли обладает 0%, средней силой воли – 67% (18 испытуемых). Подростки, для которых характерна средняя сила воли, в различных ситуациях действуют по-разному, иногда проявляют уступчивость и податливость, а иногда – настойчивость и упорство. 33% подростков (9 испытуемых) характеризуются высоким уровнем силы воли. Их отличает способность принимать решения на основе мыслительных процессов и направлять свои мысли и действия в соответствии с принятым решением.

Таким образом, по результатам данной методики можно сделать вывод, что в выборке преобладают испытуемые со средней силой воли.

Сводные результаты тестирования испытуемых по методике «Шкала социального самоконтроля» (автор М. Снайдер) представлены в таблице 3.

Результаты тестирования испытуемых по методике
«Шкала социального самоконтроля»

| № | Возраст | Баллы | Стены |
|----|---------|-------|-------|
| 1 | 14 | 16 | 8 |
| 2 | 15 | 16 | 8 |
| 3 | 14 | 13 | 6 |
| 4 | 15 | 10 | 5 |
| 5 | 15 | 8 | 4 |
| 6 | 14 | 13 | 6 |
| 7 | 14 | 15 | 7 |
| 8 | 14 | 13 | 6 |
| 9 | 14 | 11 | 5 |
| 10 | 15 | 20 | 10 |
| 11 | 14 | 10 | 5 |
| 12 | 14 | 11 | 5 |
| 13 | 14 | 16 | 8 |
| 14 | 14 | 11 | 5 |
| 15 | 14 | 11 | 5 |
| 16 | 15 | 19 | 9 |
| 17 | 14 | 9 | 4 |
| 18 | 15 | 10 | 5 |
| 19 | 14 | 14 | 7 |
| 20 | 14 | 15 | 7 |
| 21 | 15 | 16 | 8 |
| 22 | 14 | 11 | 5 |
| 23 | 14 | 7 | 3 |
| 24 | 14 | 14 | 7 |
| 25 | 15 | 14 | 7 |
| 26 | 15 | 12 | 6 |
| 27 | 14 | 20 | 10 |

Дальнейшая обработка данных предполагала выделение процентного соотношения результатов первичной обработки. Результаты исследования в процентном соотношении по тесту «Шкала социального самоконтроля» представлены на рисунке 2.

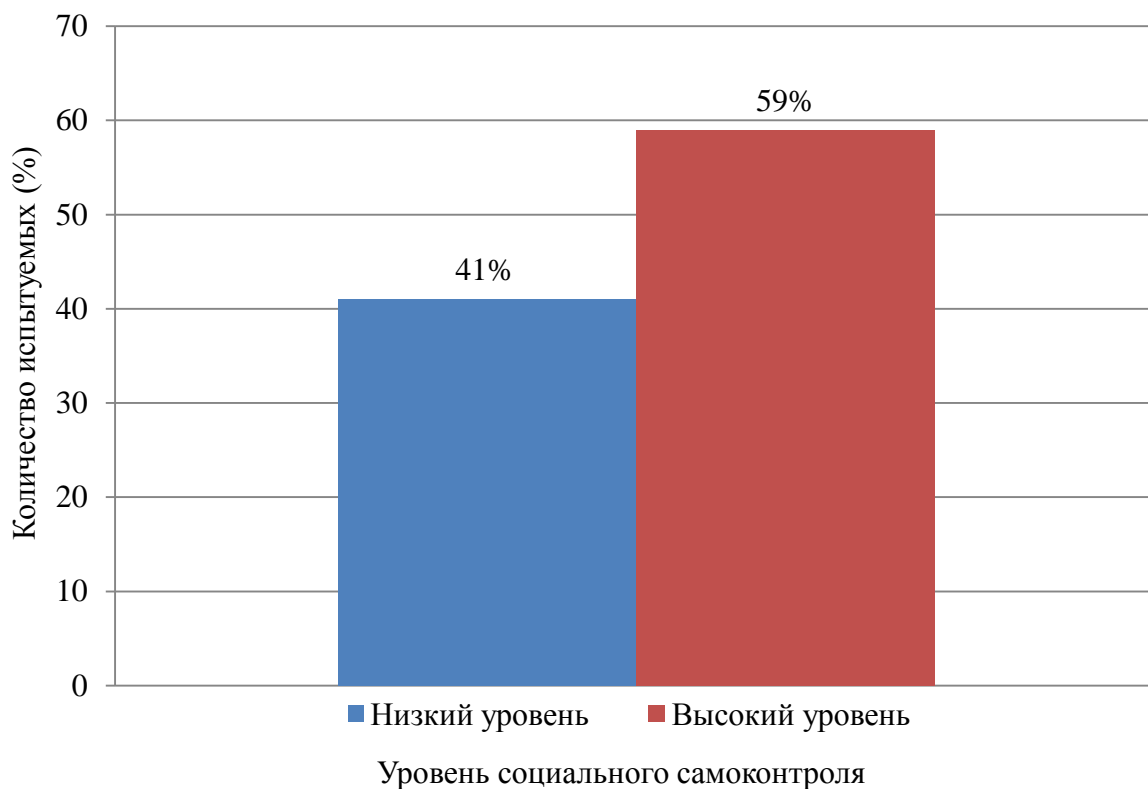


Рисунок 2. Уровень социального самоконтроля подростков (по тесту «Шкала социального самоконтроля»)

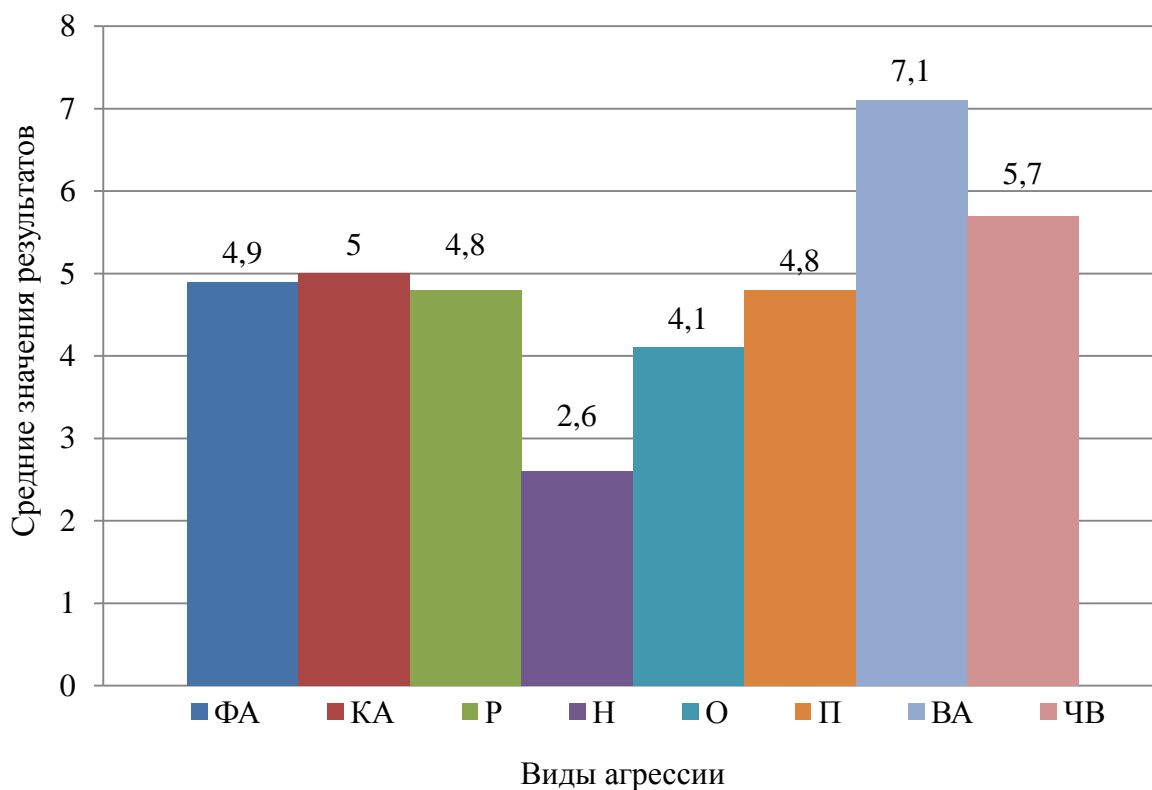
Согласно данным, представленным на рисунке 2, среди подростков высоким уровнем социального самоконтроля обладает 59% (16 испытуемых), низким – 41% (11 испытуемых).

Таким образом, по результатам данной методики, большинство подростков обладают высоким уровнем социального самоконтроля. Подростки с высоким уровнем социального самоконтроля склонны чутко воспринимать эмоциональные и поведенческие проявления окружающих и ориентированы на них в тех ситуациях, когда не знают, как поступить. Автор определяет такие личности как «прагматические». Поведение таких подростков сильно варьируется в зависимости от ситуации. Кроме того, у

них возможно рассогласование в выражении эмоций по разным экспрессивным каналам: например, выражение лица может свидетельствовать об одном эмоциональном состоянии, а голос — о другом.

Подростки с низким уровнем социального самоконтроля обладают противоположными качествами: они мало озабочены адекватностью своего поведения и эмоциональной экспрессии и не обращают внимания на нюансы поведения других. Автор относит подростков с подобным поведением к «принципиальным» личностям. Это не означает, что они менее эмоционально выразительны. Просто их поведение и эмоции зависят в большей степени от их внутреннего состояния и установок, а не от требований и особенностей ситуации. Поэтому их репертуар самопредъявления не очень широк. Отсюда вытекает и большая стабильность поведения подростков в различных ситуациях, и большая согласованность в выражении эмоций по разным каналам, и отсутствие развитых навыков контроля и управления своим поведением.

По результатам исследования агрессии в подростковом возрасте с помощью Опросника исследования уровня агрессивности (авторы А. Басс и Э. Дарки) были получены следующие данные, отображенные на рисунке 3, рисунке 4, рисунке 5.



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

Рисунок 3. Виды агрессии подростков (по Опроснику исследования уровня агрессивности)

Согласно данным рисунка 3 среди подростков преобладает выражение агрессии в виде вербальной и косвенной, также подросткам свойственно повышенное чувство вины. Менее выражены в поведении подростков физическая агрессия, раздражительность, обида, подозрительность. Меньше всего для подростков свойственно проявление негативизма.

Согласно рисункам 4 и 5 у подростков агрессивность и враждебность выражены в норме.

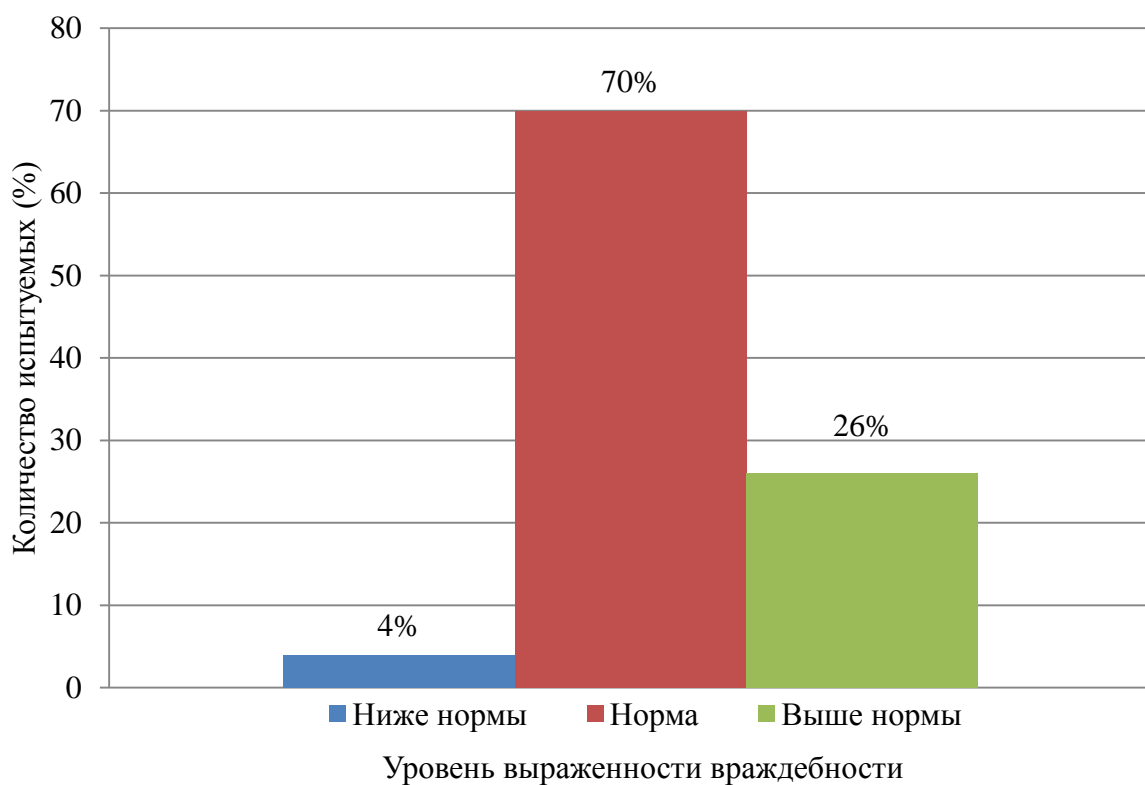


Рисунок 4. Уровень выраженности враждебности подростков (по Опроснику исследования уровня агрессивности)

Враждебность на уровне выше нормы выражена у 26% подростков (7 испытуемых). Для этой группы испытуемых характерна общая негативная, недоверчивая позиция по отношению к окружающим.

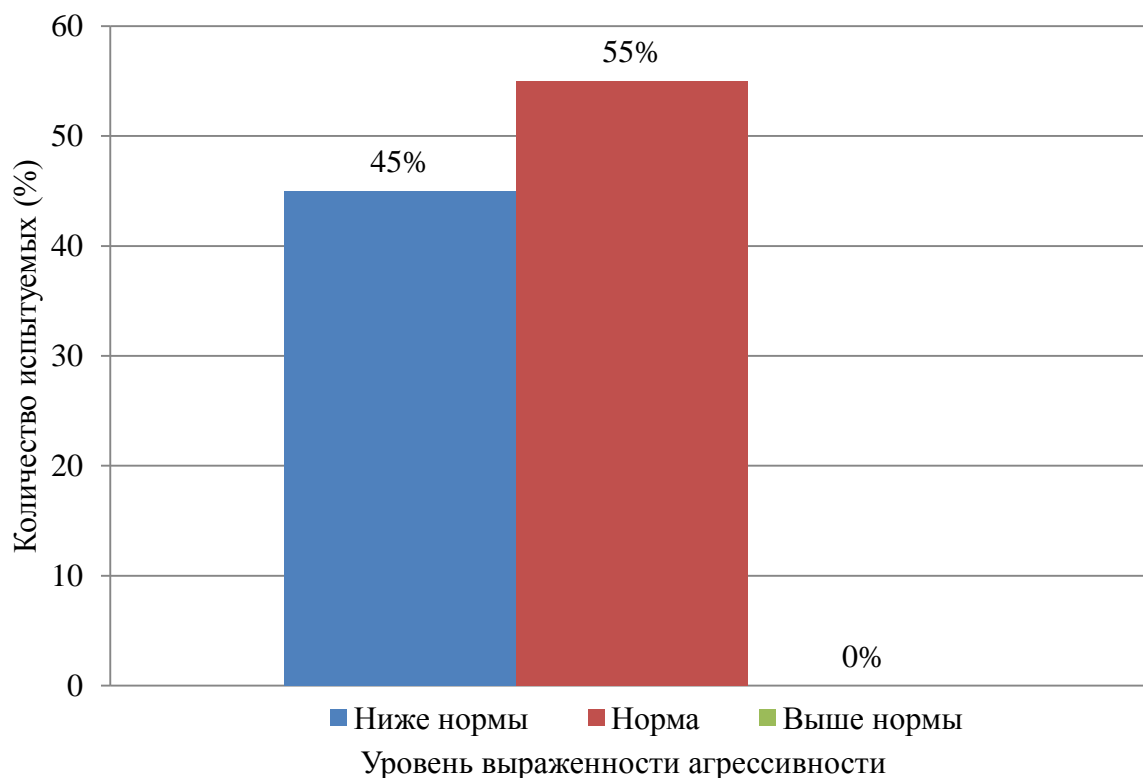


Рисунок 5. Уровень выраженности агрессивности подростков (по Опроснику исследования уровня агрессивности)

Агрессивность на уровне ниже нормы выражена у 45% подростков (12 испытуемых), они не проявляют внешних агрессивных реакций по отношению к окружающим, пассивны в конфликтных ситуациях.

По результатам полученных данных выделены две шкалы, характеризующие особенности волевой регуляции и пять шкал, описывающие особенности агрессивного поведения испытуемых. Для анализа взаимосвязи между шкалами был использован корреляционный анализ. Использовался коэффициент корреляции Спирмена. Значимые корреляционные связи представлены в таблице 4.

Эмпирические значения корреляционного анализа

| Виды агрессивного поведения | Показатели волевой регуляции | |
|-----------------------------|------------------------------|----------------------|
| | Социальный самоконтроль | Самооценка силы воли |
| Раздражение | 0.257 | -0.492* |
| Физическая агрессия | 0.304 | -0.066 |
| Негативизм | 0.556* | 0.015 |
| Чувство вины | -0.31 | 0.163 |
| Косвенная агрессия | 0.297 | -0.201 |
| Вербальная агрессия | 0.063 | -0.04 |
| Обида | 0.259 | 0.016 |
| Подозрительность | 0.001 | 0.078 |
| Индекс агрессивности | 0.293 | -0.25 |
| Индекс враждебности | 0.169 | 0.051 |

*Примечания: достоверность различий по коэффициенту корреляции Спирмена статистически значимы при $p < 0,01$.

Рассмотрение таблицы позволило выделить связи с умеренной степенью выраженности. По итогам исследования, можно обозначить средние положительные связи по социальному самоконтролю и негативизму. Подростки с высокими показателями по шкале социального самоконтроля чаще проявляют в поведении негативизм. Проявляя способность контролировать и модифицировать свое экспрессивное поведение и использовать его в отдельных ситуациях, поведение подростков все же можно охарактеризовать как оппозиционное. Это может проявляться и как пассивное сопротивление, и как активная борьба против установившихся обычаев и законов. Из этого следует, что чем больше подростки способны контролировать свое поведение в рамках социально приемлемых норм, тем более критично относятся к ним.

Кроме этого, в ходе корреляционного анализа образовалась отрицательная умеренная связь между самооценкой силы воли и

раздражением как видом агрессивного поведения. Подростки, оценивающие себя как волевого человека, способного направлять свои мысли и действия в соответствии с принятым решением, реже проявляют в поведении и общении с окружающими раздражение. Так же подростки, оценивающие себя как слабовольных людей, неспособных на активный процесс принятия решения, чаще в поведении проявляют готовность к выражению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивости, грубости), пассивной неосмысленной реакцией на окружающие раздражители.

Из вышеизложенного материала можно сделать вывод, что существуют корреляции между некоторыми показателями волевой регуляции и видами агрессивного поведения подростков. Таким образом, можно утверждать, что гипотеза нашего исследования, которая предполагает, что существует взаимосвязь между волевой регуляцией и агрессией в подростковом возрасте, в ходе исследования подтверждается частично. Некоторые показатели волевой регуляции (социальный самоконтроль) находятся в прямой зависимости от такого вида агрессивного поведения как негативизм, что не соответствует поставленной гипотезе. Другой показатель волевой регуляции (самооценка силы воли) находится в обратной зависимости от такого вида агрессивного поведения как раздражение, что соответствует гипотезе.

2.3. Психолого-педагогические рекомендации по снижению агрессии и развитию волевой регуляции подростков

Результаты исследования, описанного в пункте 2.2, позволяют утверждать, что существует взаимосвязь между уровнем волевой регуляции и уровнем агрессии в подростковом возрасте. В этой связи становится актуальным вопрос об организации психолого-педагогической работы, направленной на развитие волевой регуляции и снижение агрессии у подростков.

Опираясь на результаты исследования, можно утверждать, что одним из эффективных способов коррекции агрессивного поведения является развитие волевой сферы подростков. В этом аспекте важно отметить некоторые особенности, выявленные в ходе исследования, которые необходимо учитывать в коррекционно-развивающей и профилактической работе. Во-первых, существует прямая зависимость между самоконтролем и негативизмом у подростков. Во-вторых, существует обратная зависимость между силой воли и раздражительностью у подростков.

Данные особенности должны учитываться при организации психолого-педагогической работы. Так, если цель коррекционно-развивающей работы – повышение уровня волевой регуляции обучающихся подросткового возраста, важно в процессе работы осуществлять профилактику развития и повышения уровня негативизма, так как, чем выше уровень развития волевой регуляции у подростков, тем чаще в их поведении будут возникать проявления негативизма.

При организации коррекционной работы также важно учитывать тот факт, что значимая обратная связь у волевой регуляции существует только с раздражительностью у обучающихся подросткового возраста. Это положение должно приниматься во внимание при постановке целей и задач. Так, одной из более частных задач в данной ситуации может стать, например, овладение техниками снижения тревожности и возбудимости, в зависимости от преобладающего вида агрессии в поведении.

Таким образом, можно сформулировать ряд психолого-педагогических рекомендаций по психокоррекционной и воспитательной работе с подростковой агрессией и развитием воли:

1. Необходимо комплексное воздействие всех участников образовательного процесса на подростков с целью формирования социально-адаптивной и нравственно зрелой личности.

2. Одним из наиболее эффективных средств взаимодействия с агрессивным подростком являются индивидуальные беседы с ними, в

процессе которой могут обсуждаться их индивидуальные особенности, умение использовать свои сильные стороны и преодолевать существующие проблемы. Важной особенностью является выстраивание личностно-доверительных взаимоотношений, только при этом условии данное средство будет наиболее эффективным.

3. Индивидуальная психокоррекционная и развивающая работа, осуществляемая педагогом-психологом, является одной из основных форм работы с агрессивными подростками, потому что позволяет определить причины подобного поведения, лучше установить контакт с обучающимся, обучить способам психологически грамотного выражения негативных чувств.

4. Также важна групповая работа с той группой, в которой находится агрессивный подросток (класс, команда). Цель такой формы работы – восстановление психической целостности личности подростка посредством нормализации ее межличностных отношений.

5. Особое место в работе психолога должна занимать работа с родителями в форме консультативной, просветительской деятельности. Цель встреч с психологом – разъяснение роли семейных взаимоотношений и методов воспитания в возникновении агрессивных реакций.

6. Социально-психологическое просвещение родителей и педагогов может реализовываться с целью повышения психолого-педагогической компетентности и разъяснения важности психологической помощи в разрешении конфликтов.

7. В общении с агрессивным подростком ключевым фактором, создающим доверительность во взаимодействии, является позитивный настрой, переключение на позитивные стороны в поведении ребенка. Также специалистам необходимо освоить и использовать при необходимости приемы и способы, позволяющие пробиться через коммуникативные барьеры.

8. Во взаимодействии с подростком специалист должен придерживаться последовательности. Позиции, слова и заявления должны соответствовать действиям. Если же мнение изменяется, взрослому необходимо разъяснить причины изменений подростку.

9. Для подростков необходимо поощрение положительных изменений, даже минимальных. Это предполагает умение выделять и ценить даже малые достижения.

10. Любая помощь будет эффективной настолько, насколько будет учитывать неповторимость и уникальность конкретного подростка. Поэтому в работе с агрессивными проявлениями в поведении подростков особенно важен индивидуальный подход. Он позволяет выявить в каждом конкретном случае психологические механизмы, лежащие в основе проблемы подростка; позволяет выбрать соответствующие данному случаю способы и методы работы.

Таким образом, представленные рекомендации могут быть полезны специалистам образовательного учреждения при организации воспитательной и психологической работы.

Выводы по главе 2

Таким образом, в процессе реализации эмпирического исследования были достигнуты поставленные цели и задачи. А именно выявление взаимосвязи волевой регуляции и агрессии в подростковом возрасте. Для реализации цели были подобраны диагностические методики и проведено исследование.

По результатам проведенного исследования было осуществлен анализ полученных данных методами количественной и качественной обработки данных. Нами были получены данные, характеризующие особенности волевой регуляции подростков и особенности их агрессивного поведения. Проведение корреляционного анализа позволило утверждать, что существуют корреляции между некоторыми показателями волевой регуляции и параметрами агрессивного поведения подростков. Таким образом, можно утверждать, что гипотеза нашего исследования, которая предполагает, что существует взаимосвязь между волевой регуляцией и агрессией в подростковом возрасте, в ходе исследования подтверждается частично. Некоторые показатели волевой регуляции (социальный самоконтроль) находятся в прямой зависимости от такого вида агрессивного поведения как негативизм, что не соответствует поставленной гипотезе. Другой показатель волевой регуляции (самооценка силы воли) находится в обратной зависимости от такого вида агрессивного поведения как раздражение, что соответствует гипотезе.

С учетом полученных результатов были составлены психолого-педагогические рекомендации, которые могут быть полезны педагогам-психологам при организации воспитательной и психологической работы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучение особенностей подросткового возраста является одной из важнейших проблем в психологической и педагогической науке. Это обусловлено тем, что именно подростковый период и кризис, сопровождающий его, становятся ключевыми переломными моментами для формирующейся личности. Новообразования, появляющиеся в этот период, и их особенности определяют то, как будут развиваться характер, ценности, установки и, в целом, личность на следующих жизненных этапах.

Основными категориями, которые рассматриваются в данном исследовании, являются волевая регуляция и агрессия, а точнее их взаимосвязь в подростковом возрасте. В исследовании проведен их теоретический и эмпирический анализ.

В современном научном знании существует большое разнообразие подходов к пониманию сущности агрессии. Несмотря на их многообразие, важным остается понимание того, что агрессия является комплексным понятием, описывая которое важно обратиться к различным научным взглядам. Так, ее можно охарактеризовать как мотив, как свойство темперамента, черту личности, как биологически обусловленную реакцию организма, как реакцию на фрустрацию – экстрапунитивность.

Описывая агрессивное поведение в рамках подросткового возраста, становится важным дать психологическую характеристику данному возрастному периоду. Большинство физиологических, биохимических, психических изменений, происходящих с подростками, приводят к коренным изменениям в структуре личности и характера. Все это провоцирует стрессовые состояния и нервное напряжение, что часто проявляется как агрессия в поведении. Таким образом, актуальным становится вопрос об особенностях агрессивного поведения среди подростков.

В этом аспекте особенно актуальным является вопрос о контроле собственного поведения в рамках установленных социальных норм и границ.

Важнейшим новообразованием подросткового возраста является развитие нравственного компонента волевой регуляции. Таким образом, особенно важным становится вопрос о способности подростка к саморегуляции, волевому контролю своего поведения.

В рамках проведенного исследования, направленного на выявление взаимосвязи волевой регуляции и агрессии у подростков, можно выделить следующие особенности. Существует некоторая взаимосвязь между видами агрессивного поведения и компонентами волевой регуляции. Результаты проведенного исследования частично подтверждают выдвинутую гипотезу о том, что существуют обратные зависимости между волевой регуляцией и агрессией в подростковом возрасте. По результатам проведенного исследования были сформулированы рекомендации для педагогов-психологов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 08.04.2015 N 1/15) (ред. от 04.02.2020) [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_282455/ (дата обращения: 19.05.2021).
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция) [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 19.05.2021).
3. Батыршина А.Р. Основные подходы в исследовании психологии воли и волевой регуляции // Вестник УРАО. 2016. №3. С. 83–93. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnyye-podhody-v-issledovanii-psiologii-voli-i-volevoy-regulyatsii> (дата обращения: 11.05.2021).
4. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды. Воронеж.: МОДЭК, 1995. 352 с.
5. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб.: Питер, 1997. 336 с.
6. Всемирная организация здравоохранения: Здоровье матерей, новорожденных, детей и подростков [Электронный ресурс]. URL: https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/ru/ (дата обращения: 07.03.2021).
7. Вундт В. Введение в психологию. СПб.: Питер, 2002. 128 с.
8. Выготский Л.С. Собр. соч.: в 6 т. Т. 3.: Проблемы развития психики. М.: Педагогика, 1983. 504 с.
9. Высоцкий А.И. Волевая активность школьников и методы ее изучения // Материалы науч. конф. по проблемам психологии воли. Челябинск.: ЧГПИ, 1979. С. 26–33.

10. Высоцкий А.И. Характеристика процесса самовоспитания у подростков // Ученые записки РГПИ. Проблемы формирования личности и волевой процесс. Т. 59. Рязань.: РГПИ, 2000. С. 47–73.
11. Гуляева К.Ю. Агрессивность в подростковом возрасте и ее коррекция // ОНВ. 2007. №3 (55). С. 107–110. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/agressivnost-v-podrostkovom-vozhraste-i-ee-korreksiya> (дата обращения: 07.03.2021).
12. Диагностика здоровья. Психологический практикум: сб. науч. тр. / под ред. Г.С. Никифорова. СПб.: Речь, 2007. 950 с.
13. Зубковская Т.Г. Изучение взаимосвязи агрессивного поведения и гендерной принадлежности у подростков 12-13 лет // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 10. С. 76–80. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95059> (дата обращения: 11.05.2021).
14. Иванников В.А. Воля // Национальный психологический журнал. 2010. № 1(3) . С. 97–102.
15. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. М.: УРАО, 1998. 144 с.
16. Ильин Е.П. Психология воли. СПб.: Питер, 2000. 368 с.
17. Коннор Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков. СПб.: «Прайм-Еврознак», 2005. 288 с.
18. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. СПб.: Питер, 2005. 940 с.
19. Кудрявцева Н.Н., Маркель А.Л., Орлов Ю.Л. Агрессивное поведение: генетико-физиологические механизмы // Вавиловский журнал генетики и селекции. 2014. Т. 18. № 4/3 [Электронный ресурс]. URL: <http://www.socialcompas.com/2018/03/22/agressivnoe-povedenie-genetiko-fiziologicheskie-mehanizmy> (дата обращения: 07.03.2021).
20. Курилович Е.А. Невроз агрессии природа явления // Одаренный ребенок. 2002. № 4. С. 68–76.

21. Левитов Н.Д. Психическое состояние агрессии // Вопросы психологии. 1972. № 6. С. 168–173.
22. Миронова М.Н. Представления о свободной воле в психологии, ориентированной на христианскую антропологию // Консультативная психология и психотерапия. 2010. Т. 18. № 3. С. 83–109.
23. Немов Р.С. Психология: учебник для вузов. М.: Высш. образование, 2008. 639 с.
24. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная) психология: учебник. М.: Российское педагогическое агентство, 1996. 374 с.
25. Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий : учеб. пособие для учеб. заведений профтехобразования. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Высш. шк., 1984. 174 с.
26. Постнаука. Мозг и агрессия. В. Дубынин. URL: <https://postnauka.ru/faq/88106> (дата обращения: 07.03.2021).
27. Рибо Т. Воля в ее нормальном и болезненном состояниях = Les maladies de la volonté / Т. Ribot : пер. с фр. СПб. : В.И. Губинский, 1894. 190 с.
28. Селиванов В.И. Волевая регуляция активности личности // Психол. журн. 1982. Т. 3. №4. С. 14–25.
29. Сеченов И.М. Рефлексы головного мозга. М. : АСТ, 2014. 352 с.
30. Хекхаузен Х. Агрессия // Мотивация и деятельность. М, 1986. Т. 1. С. 365–405.
31. Шестакова Е.Г. Фрустрационные теории агрессии (к истории проблемы) // Сибирский психологический журнал. 2009. № 33. С. 36–41. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/frustratsionnye-teorii-agressii-k-istorii-problemy> (дата обращения: 07.03.2021).
32. Эльконин Д.Б. Детская психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2007. 384 с.
33. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. 86 с.

34. Dollard J., Miller N.E., Doob L.M. et al. Frustration and aggression. New Haven, 1939. CT: Yale University Press. 295 p.

35. Feshbach S. Dynamics and morality of violence and aggression: Some psychological considerations // American Psychologist. 1971. № 26. P. 281–292.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Бланк по тесту «Самооценка силы воли» (автор Н.Н. Обозов)

Инструкция. На приведенные 15 вопросов можно ответить: «Да» – 2 балла, «Не знаю» или «Бывает», «Случается» – 1 балл, «Нет» – 0 баллов. При ответе необходимо сразу ставить баллы.

ФИ _____

Возраст _____

Таблица 1

Бланк по тесту «Самооценка силы воли»

| № | Вопрос | Баллы |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 | В состоянии ли вы завершить начатую работу, которая вам не интересна, независимо от того, что время и обстоятельства позволяют оторваться от нее и потом снова вернуться к ней? | |
| 2 | Преодолевали ли вы без особых усилий внутреннее сопротивление, когда нужно было сделать что-то вам неприятное (например, пойти на дежурство в выходной день)? | |
| 3 | Когда попадаете в конфликтную ситуацию на работе или в быту, в состоянии ли вы взять себя в руки настолько, чтобы взглянуть на нее с максимальной объективностью? | |
| 4 | Если вам прописана диета, сможете ли преодолеть все кулинарные соблазны? | |
| 5 | Найдете ли силы утром встать раньше обычного, как было запланировано вечером? | |
| 6 | Останетесь ли на месте происшествия, чтобы дать свидетельские показания? | |
| 7 | Быстро ли отвечаете на письма? | |
| 8 | Если у вас вызывает страх предстоящий полет на самолете или посещение зубокабинета, сумеете ли без особого труда преодолеть это чувство и в последний момент не изменить своего намерения? | |

Продолжение таблицы 1

| № | Вопрос | Баллы |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 9 | Будете ли принимать очень неприятное лекарство, которое вам рекомендовал врач? | |
| 10 | Сдержите ли данное сгоряча обещание, даже если его выполнение принесет вам немало хлопот? Являетесь ли вы человеком слова? | |
| 11 | Без колебаний ли вы отправляетесь в поездку в незнакомый город, если это необходимо? | |
| 12 | Строго ли придерживаетесь распорядка дня: времени пробуждения, приема пищи, занятий, уборки и прочих дел? | |
| 13 | Относитесь ли неодобрительно к библиотечным задолжникам? | |
| 14 | Самая интересная телепередача не заставит вас отложить выполнение срочной и важной работы? Так ли это? | |
| 15 | Сможете ли вы прервать ссору и замолчать, какими бы обидными ни казались вам слова противоположной стороны? | |

Бланк по тесту «Шкала социального самоконтроля» (автор М. Снайдер)

Инструкция. Вам предлагаются утверждения, касающиеся Ваших реакций на различные жизненные ситуации. Если утверждение верно или почти верно по отношению к Вам, то поставьте «+» в колонке «Верно», если утверждение неверно, или чаще неверно, то поставьте «+» в колонке «Неверно».

ФИ _____

Возраст _____

Таблица 2

Бланк по тесту «Шкала социального самоконтроля»

| № | Вопрос | Верно | Неверно |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------|
| 1 | Мне трудно имитировать поведение других людей | | |
| 2 | Мое поведение обычно является выражением моих истинных чувств, установок и убеждений | | |
| 3 | На вечеринках или собраниях я не пытаюсь делать или говорить то, что нравится другим | | |
| 4 | Я могу отстаивать только те идеи, в которые верю | | |
| 5 | Я могу произнести экспромтом речь даже о тех вещах, о которых я почти ничего не знаю | | |
| 6 | Мне кажется, я притворяюсь, чтобы развлечь людей или произвести на них впечатление | | |
| 7 | Когда я не знаю, как себя вести в некоторых ситуациях, я смотрю, как поступают другие | | |
| 8 | Вероятно, я мог бы стать хорошим актером | | |
| 9 | Я редко нуждаюсь в совете друзей, чтобы выбрать фильм, книгу или музыку | | |
| 10 | Иногда со стороны кажется, что я испытываю более глубокие эмоции, чем есть на самом деле | | |
| 11 | Я больше смеюсь, когда смотрю комедию в компании, чем когда нахожусь один | | |

Продолжение таблицы 2

| № | Вопрос | Верно | Неверно |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------|
| 12 | В группе людей я редко являюсь центром внимания | | |
| 13 | В различных ситуациях и с разными людьми я поступаю как совершенно разные лица | | |
| 14 | У меня не очень-то получается заставлять других людей любить меня | | |
| 15 | Даже, если я недоволен собой, я часто делаю вид, что прекрасно провожу время | | |
| 16 | Я не всегда бываю таким, каким кажусь | | |
| 17 | Я не стал бы менять свое мнение (или манеру поведения) для того, чтобы доставить кому-то удовольствие или заслужить чье-то расположение | | |
| 18 | Я считаю себя человеком, вносящим оживление в компанию | | |
| 19 | Чтобы ладить с окружающими и нравиться им, я склонен быть таким, каким меня хотят видеть | | |
| 20 | Мне никогда не удавались такие игры, как шарада, импровизированные представления | | |
| 21 | Мне трудно изменить свое поведение, чтобы приспособиться к разным людям и различным ситуациям | | |
| 22 | На вечеринках я предоставляю другим право шутить и рассказывать истории | | |
| 23 | В компании я чувствую себя немного скованно и не могу показать все, на что я способен | | |
| 24 | Я могу смотреть человеку прямо в глаза и лгать с честным лицом (если это нужно для дела) | | |
| 25 | Я могу обманывать людей, демонстрировать дружеское отношение к ним, в то время как на самом деле они мне не нравятся | | |

Бланк по Опроснику исследования уровня агрессивности
(авторы А. Басс и Э. Дарки)

Инструкция. Отметьте «Да», если Вы согласны с утверждением, и «Нет» – если не согласны. Старайтесь долго над вопросами не раздумывать.

ФИ _____

Возраст _____

Таблица 3

Бланк по Опроснику исследования уровня агрессивности

| № | Вопрос | Да | Нет |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----|
| 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 дружественно, чем я ожидал | | |
| 15 | Я часто бываю не согласен с людьми | | |
| 16 | Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь | | |
| 17 | Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему | | |

Продолжение таблицы 3

| № | Вопрос | Да | Нет |
|----|------------------------------------------------------------------------------|----|-----|
| 18 | Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверьми | | |
| 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 | | |

Продолжение таблицы 3

| № | Вопрос | Да | Нет |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----|
| 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 | | |

Продолжение таблицы 3

| № | Вопрос | Да | Нет |
|----|---------------------------------------------------------------------------------|----|-----|
| 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 | | |