

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБІНСЬКОГО
ІНСТИТУТ ПЕДАГОГІКИ, ПСИХОЛОГІЇ І МИСТЕЦТВ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

на тему: «психологічна корекція агресивної поведінки підлітків у
навчально-виховному процесі»

Студентки МВІІІ групи

Галузі знань 0301 Соціально-політичні науки

Напрямку підготовки 8.03010301

Практична психологія

Коваль Оксани Олександрівни

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент

Яковліва Олена Павлівна

Національна шкала _____

Кількість балів: _____ Оцінка: ECTS _____

Голова комісії _____

(підпис)

(ініціали, прізвище)

Члени комісії _____

(підпис)

(ініціали, прізвище)

(підпис)

(ініціали, прізвище)

(підпис)

(ініціали, прізвище)

ВСТУП

Актуальність дослідження. Підліток проживає наразі у такому суспільстві, де з кожним днем відбуваються зміни, напружена та складна економічна, соціальна, екологічна та ідеологічна обстановка відчувається у всіх сферах життя. І звісно, наслідком є те, що у зростаючого покоління формуються різні відхилення в поведінці та особистісному розвитку.

Актуальністю нашої теми є те, що у нелегкий для нашої країни час необхідність дослідження проблеми агресивної поведінки підлітків визначається реаліями сучасного суспільства, де переважає психологічна напруга, тривожність, озлобленість і застосування антисоціальної поведінки як один з можливих способів звільнення від стану фрустрації і напруження. Агресивна поведінка проявляється у підлітків в різних сферах, але найбільше спостерігається у навчально-виховному процесі, де підлітки намагаються показати свою незалежність, «дорослість», статус, який отримують через підтримку один одного. Також поштовх такої поведінці дають як і некомпетентність вчителів, так і індивідуальні особливості підлітків, які змінюються внаслідок впливу середовища або ж є генетично зумовлені.

Зміни в суспільстві, які спрямовані на демократизацію, сприяють тому, що сучасні підлітки мають можливість легко висловлювати свої думки, бажання, невдоволення, і це часто призводить до того, що старше покоління сприймає це як невічливість та нахабність молодих людей, що і породжує конфлікти та агресивну поведінку у підлітків.

Аналізуючи науково-психологічні праці відомих психологів з даної проблематики, ми можемо зазначити, що велика увага приділялася діагностиці попередженню та корекції девіантної поведінки у підлітків. Це роботи Г. С. Абрамової, В. М. Бехтерева, І. В. Дубровіної, А. Е. Лічко, К. К. Платонова, Г. М. Потаніна та ін. [1, 13, 30].

Агресивна поведінка підлітків досліджувалась, проте, існує необхідність визначення реальних психолого-педагогічних причин

агресивності, розкриття умов, механізмів агресивної поведінки підлітків. Також розробка засобів її запобігання, корекції та рекомендацій для вчителів навчальних закладів.

Об'єкт дослідження – розвиток поведінкової сфери підлітка.

Предмет дослідження – особливості агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

Мета дослідження – теоретично дослідити, розробити і провести психологічну корекцію агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми вивчення психологічної корекції агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

2. Провести експериментальне дослідження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

3. Провести психологічну корекцію агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

4. Провести повторне дослідження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі та здійснити кореляційний аналіз результатів двох зрізів.

5. Розробити рекомендації щодо попередження та зниження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

Методи дослідження: теоретичного рівня – аналіз проблеми на основі науково-літературних джерел; емпіричного рівня – спостереження, опитування, тестування, психологічна корекція.

Теоретичне значення: дослідження полягає у вивченні агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

Практичне значення: отримані в результаті проведеного дослідження дані можна використовувати в психолого-педагогічній практиці з метою

попередження та корекції агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

Експериментальна база. До участі в дослідженні було залучено учнів закладу «Загальноосвітня школа I-III ступенів № 20 Вінницької міської ради». У дослідженні брали участь учні 8-х класів (n=60).

Структура роботи обумовлена змістом дослідження, відповідає визначеній меті та розв'язанню поставлених завдань. Вона складається зі вступу, трьох розділів, коротких висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаної літератури та додатків.

РОЗДІЛ 1. АГРЕСИВНІСТЬ ПІДЛІТКІВ ТА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

1.1. Поняття агресії та агресивності в психології

У сучасній психологічній науці є багато досліджень, у яких відображається проблема агресивної поведінки підлітків, ця проблема достатньо висвітлена в науковій літературі. Для нас особливо важливим на першому етапі нашого дослідження означити ключові дефініції, якими ми будемо послуговуватись у нашому дослідженні, а саме: агресія, агресивність, підлітки, тощо.

Існує багато визначень та розумінь поняття агресії. Загалом вона розуміється як щось негативне, адже про людину, яка агресивно налаштована, часто розповідають те, що вона ображає інших, або що вона використовує агресію як засіб захисту, або ж просто недружня.

Агресія у свідомості пересічної людини найчастіше асоціюється з загрозами, невихованістю, ворожістю, через що побутує думка, що агресія – явище завжди небажане, що його слід негайно вирішувати, як тільки воно виникає. І, дійсно, це так, але ознаки агресії у поведінці можуть безпосередньо вказувати на неправильне виховання, індивідуальні особливості, як прояв акцентуації характеру тощо.

Під агресивною поведінкою найчастіше розуміють мотивовані зовнішні дії, які націлені на порушення норм і правил співіснування, дії, які націлені на заподіяння шкоди, болю і страждання людям. Структура агресивної поведінки включає в себе емоційно-особистісний компонент (ворожість), когнітивний компонент (намір нанести шкоду), операціональний компонент (нанесення шкоди) [3].

По-перше, під агресією розуміється сильна активність, прагнення до самоствердження. Так, Л. Бендер говорить про агресію як тенденцію наближення до об'єкта чи віддалення від нього, а Ф. Аллан описує її як внутрішню силу (не пояснюючи її походження), що дає людині можливість

протистояти зовнішнім силам. Під агресією розуміються акти ворожості, атаки, руйнування, тобто дії, які шкодять іншій особі або об'єкту. Наприклад, Х. Дельгадо затверджено дає, що «людська агресивність є поведінкова реакція, що характеризується проявом сили в спробі нанести шкоду чи збиток особистості або суспільству».

А. Басі визначає агресію як «реакцію», в результаті якої інший організм отримує больові стимули, а Вілсон як «фізичну дію чи погрозу такої дії з боку одної особи, що зменшують волю або генетичну пристосованість іншої особини».

Е. Фром розмежував злякисну і доброякісну агресію. Так, доброякісна агресія сприяє підтримці життя і є адаптивною. До доброякісної агресії відноситься самооборона, а також псевдоагресія, при якій збитки наносяться ненавмисно. Псевдоагресія включає в себе нещасні випадки, ігрову агресію (фехтування, боротьба) і агресію як соціально прийнятне самоствердження в умовах конкуренції [57].

У сучасній літературі останній вид поведінки прийнято називати наполегливим, асертивним, а не агресивним.

Поділ термінів «напористість» і «агресивність» дозволяє уникнути неправильної оцінки успішного впевненого поведінки. Проте межа між напористістю і агресією не завжди є очевидною [2].

Також багато науковців вказують на те, що потрібно розмежовувати поняття «агресія» та «агресивність».

За визначенням Є. П. Ільїна, агресивність – це властивість особистості, яка відображає схильність до агресивного реагування при виникненні фруструючої і конфліктної ситуації. Агресивна дія – це прояв агресивності, як ситуативної реакції. Якщо ж агресивні дії періодично повторюються, то в цьому випадку слід говорити про агресивну поведінку. Агресія ж – це поведінка людини в конфліктних і фруструючих ситуаціях [21].

За визначенням А. А. Реана, агресивність – це готовність до агресивних дій по відношенню до іншого, яку забезпечує (підготовляє) готовність

особистості сприймати й інтерпретувати поведінку іншого відповідним чином. Агресивність як особистісна риса входить до групи таких якостей, як ворожість, образливість, недобррозичливість і т. д. У зв'язку з цим А. А. Реан виділяє потенційно агресивне сприйняття і потенційно агресивну інтерпретацію як стійку особистісну особливість світосприйняття і світорозуміння [41].

У тлумачному словнику психологічних термінів подаються такі визначення понять «агресія» та «агресивність»: агресія (aggression) – гіпотетична сила, інстинкт або першопричина, яка є збудником ряду дій і почуттів. Агресія – індивідуальна, колективна поведінка чи дія, спрямована на нанесення фізичної, психічної шкоди, чи навіть на знищення іншої людини, групи. Агресивність (лат. aggressio– напад) – психічне явище, що проявляється в прагненні до насильства в міжособистісних стосунках. Може проявитися як ситуативний короткочасний психічний процес або стан. Але може бути ознакою особистості і навіть рисою характеру як результат недостатнього виховання або симптом психічного захворювання [6].

В нашому дослідженні ми будемо дотримуватися тієї точки зору, в якій "агресія – це свідомо (чи не свідомо) дія, спрямована на заподіяння фізичної або психічної шкоди" [7].

Єдину класифікацію видів агресії і її причин створити досить складно. Однак у світовій практиці часто користуються її визначенням за методом американських психологів А. Басса і А. Дарки, яка включає 8 складових:

1. Фізична агресія – використання фізичної сили проти іншої особи.
2. Непряма агресія – агресія, обхідним шляхом спрямована на іншу особу або ні на кого не спрямована.
3. Роздратування – готовність до прояву негативних почуттів при найменшому порушенні (запальність, грубість).
4. Негативізм – опозиційна манера в поведінці від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених звичаїв і законів.
5. Образа – заздрість і ненависть до оточуючих за дійсні та вигадані дії.

6. Підозрілість – в діапазоні від недовіри і обережності по відношенню до людей до переконання у тому, що інші люди планують та приносять шкоду.

7. Вербальна агресія – вираз негативних відчуттів як через форму (крик, виск), так і через зміст словесних відповідей (прокляття, погрози).

8. Почуття провини – висловлює можливе переконання суб'єкта в тому, що він є поганою людиною, що надходить зло, а також відчуються їм докори сумління [42].

Як стверджують психологи, основними формами агресивної поведінки є:

- фізична агресія (застосування фізичної сили проти іншої особи);
- негативізм (спрямований проти керівництва і встановлення правил);
- підозрілість (недовіра до оточуючих людей, яка ґрунтується на переконанні, що вони мають намір зашкодити);
- вербальна агресія (вираження своїх почуттів через чвари, образи, приниження);
- аутоагресія (агресія спрямована на самого себе) [53].

Зауважимо, що усі форми агресивності мають одну спільну рису: вони спричинені спробами контролювати ситуацію, впливати на неї з метою вдосконалення себе, або свого оточення, включаючи близьких людей. Реакція у вигляді агресивної поведінки приводиться в дію вродженими і набутими механізмами, деякою внутрішньою мотивуючою силою.

Серед чинників, які перешкоджають прояву агресивності, можна виділити: можливість покарання за агресію; любов; дружні стосунки; такі особистісні якості як поміркованість, толерантність, безконфліктність, високий самоконтроль. Необхідно зазначити, що на розподіл ролей в агресивній ситуації впливають такі фактори як:

- а) самооцінка власної поведінки в ситуаціях агресії;
- б) соціальне прийняття або неприйняття (ролі);

в) соціальний статус.

Існують також гендерні відмінності у розподілі ролей, так хлопці частіше виступають у ролі агресора, оскільки вони більше схильні до проявів фізичної агресії, а дівчата до вербальної та соціальної агресії [35].

Агресія приймає найрізноманітніші форми.

За формальними характеристиками у психології виділяють наступні форми агресивних дій:

- негативні – позитивні (деструктивні – конструктивні);
- явні і латентні (зовні спостерігається агресія – прихована агресія);
- вербальні – фізичні (словесний напад – фізичний напад);
- прямі – непрямі (безпосередньо спрямовані на об'єкт – зміщені на інші об'єкти);
- ворожі – інструментальні (з метою заподіяння шкоди/болю іншій людині – з іншими цілями);
- его-синтонні (прийняті особистістю) – его-дистонні (чужі для «Я», які осуджуються самою особистістю) [37].

Найбільш звичними, явними виразами агресивної поведінки вважаються: лихослів'я, підвищення тону і гучності голосу, афектація (бурхливий прояв негативних емоцій), примус, негативне оцінювання, образи, погрози, використання фізичної сили (кусання, дряпання, удари), застосування зброї. Приховані форми агресивної поведінки виражаються у відході від контактів, бездіяльності з метою нашкодити комусь, заподіяння шкоди собі і самогубство.

Агресія може бути направлена:

- на оточуючих людей поза сім'єю (наприклад, на лікарів, педагогів або однолітків);
- тільки на близьких людей (без прояву агресії поза сім'ї, наприклад, на бабусю);
- на тварин (птахів, кішок, комах);

- на себе (своє тіло чи особистість, наприклад, у формі висмикування волосся, здирання шкіри, кусання нігтів, відмови від їжі в підлітковому віці);
- на зовнішні фізичні об'єкти (наприклад, у формі поїдання неїстівного, руйнування предметів, псування майна тощо);
- на символічні і фантазійні об'єкти (у формі серійних агресивних малюнків, колекціонування зброї, захоплення комп'ютерними іграми агресивного змісту) [2].

Агресивна поведінка обумовлюється наступними чинниками:

- 1) індивідуальним чинником (діє на рівні психобіологічних передумов асоціальної поведінки, які затрудняють соціальну адаптацію індивіда);
- 2) психолого-педагогічним чинником (виявляється в дефектах шкільного і сімейного виховання);
- 3) соціально-психологічним чинником (розкриває несприятливі особливості взаємодії неповнолітнього зі своїм найближчим оточенням в сім'ї, на вулиці, в колективі);
- 4) особовим чинником (виявляється в активно-вибірковому відношенні індивіда до середовища спілкування, якому віддається перевага, до норм і цінностей свого оточення, до виховних дій сім'ї, школи, громадськості, а також в особистих ціннісних орієнтаціях і особистій здібності до саморегулювання своєї поведінки);
- 5) соціальним чинником (визначаються соціальними і соціально-економічними умовами існування суспільства) [11].

Отже, у нашому дослідженні ми будемо трактувати агресію як індивідуальну, колективну поведінку чи дію, спрямовану на нанесення фізичної, психічної шкоди, чи навіть на знищення іншої людини, групи.

Під агресивністю ми розуміємо психічне явище, що проявляється в прагненні до насильства в міжособистісних стосунках.

У своїй роботі будемо послуговуватися такими видами агресії за класифікацією А. Басса, А. Дарки як фізична агресія, непрямая агресія,

роздратування, негативізм, образа, підозрілість, вербальна агресія, почуття провини

1.2. Психологічні та анатоμο-фізіологічні особливості підліткового віку

У підлітковому віці відбуваються кардинальні зміни організму дитини на шляху до біологічної зрілості. Ці зміни зумовлюються насамперед статевим дозріванням. Статеве дозрівання впливає на появу почуття власної дорослості, появу інтересу до представників протилежної статі, пробудження нових романтичних почуттів і переживань.

Активізація діяльності гіпофізу спричиняє інтенсивний фізичний і фізіологічний розвиток. Прискорюється ріст тіла в довжину. У дівчаток цей процес розпочинається з 11 років, що на 2 роки раніше, ніж у хлопчиків. У зв'язку з бажанням подобатися представникам протилежної статі, така різниця призводить до появи цілого комплексу переживань, особливо у хлопчиків.

Зміцнюється м'язово-скелетна система, зростає фізична сила. Але ріст хребта відстає від темпу росту тіла в довжину. Можна відмітити порушення пропорцій тіла. Простежується невідповідність розвитку серця, маси тіла і судинної системи. Тому часто порушується робота серця, спостерігається швидка втомлюваність. Здійснюється перебудова моторного апарату. Часто втрачається гармонія в рухах, вміння володіти власним тілом. У підлітків може з'являтися протест проти таких змін зовнішності та формуватися гіпертрофований образ фізичного "Я".

Перебудова нейрогуморальних співвідношень стає основою загальної неврівноваженості підлітка, вразливості, роздратованості.

Соціальна ситуація розвитку в підлітковий період має принципові відмінності від ситуацій розвитку в дитинстві. Тепер уже інакше розставляються акценти між сім'єю, однолітками і школою. Головне місце серед мотивів позитивного ставлення до школи займає мотив спілкування з

однолітками. Ці взаємини стають основою внутрішнього інтересу підлітка. Інші мотиви розташовуються так: якість викладання предмету, прихильність до своєї школи. Відбувається подальша соціалізація "Я" особистості: усвідомлення своїх прав і обов'язків, прагнення завоювати статус дорослого. Підліток залучається до життя дорослих, вступає в різні громадські організації.

Провідним видом діяльності у підлітковому віці є інтимно-особистісне спілкування. В стосунках з однолітками підліток прагне реалізувати свою особистість, визначити свої можливості в спілкуванні. Для цього йому необхідні особиста свобода і відповідальність. І він відстоює цю особисту свободу як право на дорослість. У підліткових об'єднаннях залежно від загального рівня розвитку і виховання стихійно формуються свої "кодекси честі". У стосунках з однолітками підліток прагне реалізувати свою особистість, визначити свої можливості в спілкуванні. Для цього йому необхідні особиста свобода і відповідальність. І він відстоює цю особисту свободу як право на дорослість. У підліткових об'єднаннях залежно від загального рівня розвитку і виховання стихійно формуються свої "кодекси честі". Підліток починає цінувати такі якості як принциповість, сумлінне ставлення до справи, громадську активність, щирість, чесність, доброту, силу, а також якості, що відносяться до його взаємодії з однолітками.

Для підліткового віку велике значення має набуття друга, який має особливу цінність. Характерною рисою дружби в підлітковому віці є непостійність, змінюваність стосунків та інтересів, авторитетів, посилення або послаблення впливу однолітків у групі. Це є виявом процесу внутрішнього осмислення, переживання вчинків друзів, відповідність їх моралі.

Спілкуванню підлітка з дорослими також відводиться важлива роль. У спілкуванні з дорослими підліток засвоює суспільно значущі критерії оцінок, цілі та мотиви поведінки, способи аналізу навколишньої дійсності і способи

дій. При цьому підліток знаходиться в позиції молодшого, підкореного, а це не завжди сприяє засвоєнню морально-етичних норм.

Основними новоутвореннями є почуття дорослості, потреба в самореалізації та суспільному визнанні, прагнення до самоствердження, самосвідомість набуває морального характеру, вміння підпорядковуватись нормам колективного життя.

Прагнення бути дорослим і, разом з тим, відсутність соціального досвіду, відмінності між фізичною і соціальною зрілістю є основними протиріччями підліткового віку.

Підліток вчиться усвідомлювати себе, свої бажання, цілі, прагнення без домішок батьківських повчань. Він плекає мрії, які надаватимуть йому сил ще довго-довго «зігриваючи душу». Такі мрії дають відчуття свободи і в дорослому житті, саме тому так важливо, щоб вони взагалі були.

Підлітковий вік – це час переоцінки цінностей, час віри в ідеали, в які майже згасла віра батьків. Дитина виробляє власну точку зору і прагне відстояти її [58].

Головна особливість підлітка – особистісна нестабільність. За висловом Л. С. Виготського, «у структурі особистості підлітка немає нічого стійкого, остаточного, нерухомого». Суперечливі бажання і вчинки породжує саме особистісна нестабільність [9].

Вона проявляється, перш за все, в частих змінах настрою, афективної «вибуховості», тобто емоційної лабільності, пов'язаної з процесом статевого дозрівання, фізіологічними перебудовами в організмі. Протилежні риси, прагнення, тенденції співіснують і борються один з одним, визначаючи суперечливість характеру і поведінки підростаючої дитини. Серед багатьох особистісних особливостей, що притаманні підлітку, особливо виділимо формуються у нього почуття дорослості. Одночасно з зовнішніми, об'єктивними проявами дорослості виникають і почуття дорослості – ставлення підлітка до себе як до дорослого, уявлення, відчуття себе в якійсь мірі дорослою людиною. Ця суб'єктивна сторона дорослості вважається

центрального новоутворенням молодшого підліткового віку. Почуття дорослості стає центральним новоутворенням молодшого підліткового віку, а до кінця періоду, приблизно в 15 років, дитина робить ще один крок у своєму особистісному розвитку. Після пошуків себе, особистісні нестабільності у нього формується «Я – концепція» – система внутрішньо узгоджених уявлень про себе, образів «Я». Поряд з почуттям дорослості Д. Б. Ельконіним розглядається підліткова тенденція до дорослості – прагнення бути, здаватися і вважатися дорослим [14].

У підлітків продовжується інтелектуалізація всіх психічних процесів. Вчителі та батьки більше апелюють до розуму дитини, ніж до почуттів. Продовжує інтенсивно розвиватися теоретичне мислення. Підліток уже вміє оперувати гіпотезами, розвиваються такі мислительні операції, як класифікація, аналогія, узагальнення. Це дозволяє підлітку аналізувати абстрактні ідеї. Проявляється рефлексивний характер мислення. Саме завдяки інтенсивному інтелектуальному розвитку з'являється здатність до самоаналізу. Самостійність мислення проявляється в незалежності вибору способу поведінки, схильності до експериментування [29].

Характерними для підліткового віку є імітації чужої поведінки. Частіше імітується поведінка значущого дорослого, який досяг певного успіху, причому, в першу чергу, звертається увага на її зовнішній бік. При недостатній критичності і несамоствійності в судженнях такий зразок для наслідування може мати негативний вплив на поведінку підлітка. Порівняно рідко проявляється негативна імітація, коли певна людина обирається як негативний зразок. Це буває хтось з батьків, що принесли багато горя і образ підлітку.

Таким чином, огляд наукової літератури показує, що у підлітковому віці відбувається ряд змін, які мають свій прояв як у біологічних факторах так і соціальних. Провідним видом діяльності у підлітковому віці є інтимно-особистісне спілкування. Основними новоутвореннями є почуття дорослості, потреба в самореалізації та суспільному визнанні, прагнення до

самоствердження, самосвідомість набуває морального характеру, вміння підпорядковуватись нормам колективного життя. Основними протиріччями підліткового віку є прагнення бути дорослим і, разом з тим, відсутність соціального досвіду, відмінності між фізичною і соціальною зрілістю.

1.3 Причини виникнення та розвитку агресивності на різних стадіях підліткового віку

Більшість дослідників девіантної поведінки дітей і підлітків вважають, що їх агресія обумовлена середовищними факторами. Так, Е. Дюркгейм обґрунтовував, що злочинність та інші форми поведінки, яка відхиляється посилюється в умовах соціальної дезорганізації, при різких змінах в суспільстві, коли слабшає нормативний контроль. В теорії аномії (відчуження) Р. Мертон показав, що джерелом агресивності є недоступність для деяких соціальних груп суспільно цінних благ, включаючи освіту, роботу і т. д. Отже, діти-злочинці є не хворими, а жертвами соціального устрою. Їх поведінка представляє собою спробу амбітних малозабезпечених осіб, яка бажають домогтися бажаного статусу і матеріального положення єдиними доступними їм засобами.

У вітчизняній психології в якості основної причини агресії розглядається педагогічна занедбаність. Соціальним фоном для розвитку недисциплінованості дитини є погане поводження і судимість батьків, часта зміна ними роботи. Особистісні фактори ризику проблемної поведінки — це низька самооцінка, відчай і наявність друзів з відхиленою поведінкою. Однак позитивне ставлення до школи, нетерпимість до девіантності, хороші відносини з дорослими і однолітками сприяють просоціальній поведінці навіть у разі низької самооцінки і сімейного неблагополуччя.

Дитячі та підліткові розлади поведінки у відповідності згідно з міжнародною класифікацією психічних і поведінкових розладів 10 перегляду (МКБ-10) характеризуються стійким типом дисоціальної, агресивної або

зухвалої поведінки. Ізольовані дисоціальні або кримінальні акти ще не є підставою для постановки діагнозу.

Поєднання несприятливих біологічних, психологічних, сімейних і інших соціально-психологічних чинників спотворює весь спосіб життя підлітків. Характерним для них стає порушення емоційних відносин з навколишніми людьми. Підлітки попадають під сильний вплив підліткової групи, що нерідко формує асоціальну шкалу життєвих цінностей. Сам спосіб життя, середовище, стиль і круг спілкування сприяють розвитку і закріпленню девіантної поведінки. Таким чином, негативний мікроклімат, що має місце, в багатьох сім'ях обумовлює виникнення відчуженості, грубості, неприязні певної частини підлітків, прагнення робити все на зло, всупереч волі тих, що оточують, що створює об'єктивні передумови для появи демонстративної непокори, агресивності і руйнівних дій. Інтенсивний розвиток самосвідомості і самокритичності призводить до того, що дитина в підлітковому віці виявляє суперечності не тільки в навколишньому світі, але й у власному уявленні про себе.

Зрозуміло, що підлітковий вік особливий, чутливий до різних порушень у системі стосунків з дорослими чи ровесниками. Перехід до дорослого життя відбувається складно, часто проявляються акцентуації характеру. Співпраця, спілкування на рівних між дорослим та підлітком – основа виховання дітей цього віку, рушійна сила розвитку особистості [16].

Згідно з даними деяких досліджень, вкрай агресивні люди нелюбовні, підозрілі, вороже налаштовані, а також емоційно нестійкі і гостро реагують на будь-яке подразнення [50].

Американський психолог М. Алворд виділяє ряд характерологічних особливостей агресивних дітей: слабо розвинений контроль над своїми емоціями, схильність не відповідати за власні вчинки і т. д. [49].

Р. Е. Бреслав говорить про те, що у агресивної дитини погано розвинений самоконтроль. Підлітковий період прийнято вважати «важким» і «критичним» в силу того, що:

- по-перше, відбуваються в порівняно короткий термін численні якісні зміни колишніх особливостей, інтересів і відносин, що повідомляє процесу розвитку стрибкоподібний, бурхливий характер;

- по-друге, відбуваються зміни нерідко супроводжуються появою у підлітка значних суб'єктивних труднощів різного порядку (труднощів у його вихованні);

- по-третє, підліток не піддається впливу дорослих, у нього з'являються різні форми неслухняності, опору і протесту (впертість, грубість, негативізм, замкнутість).

Агресивність в особистісних характеристиках підлітків формується в основному як форма протесту проти нерозуміння дорослих, через незадоволеність своїм становищем у суспільстві, що проявляється і у відповідній поведінці. Разом з тим, на розвиток агресивності підлітка можуть впливати природні особливості. Крім того, агресія може бути викликана необхідністю захистити себе або задовольнити свої потреби в ситуації, в якій зростаючий людина не бачить іншого виходу, крім бійки. У підлітковому віці, в силу складності і суперечливості особливостей зростаючих людей, внутрішніх і зовнішніх умов їх розвитку можуть виникати ситуації, які порушують нормальний хід особистісного становлення, створюючи передумови для виникнення і прояву агресивності [41].

Підлітковий вік – один з найважливіших етапів становлення людини. Він є критичним періодом розвитку і пов'язують з перетворенням у сфері свідомості, діяльності та системі стосунків.

Несприятлива соціальна ситуація в родині перешкоджає виробленню чітких моральних орієнтирів, унаслідок чого в дитини формується суперечливий або негативний образ «Я», що перешкоджає успішній діяльності, адаптації до соціуму, особистісному зростанню, несприятливий вплив на ситуацію в колективі однолітків, у школі. Таким підліткам притаманна переважно неадекватна самооцінка, яка провокує становлення негативних моральних рис особистості та відхилень у поведінці.

Незадовільне спілкування з однокласниками позначається на поведінці дитини, негативний вплив на успішність штовхає на різні, інколи навіть антисуспільні вчинки. В ізольованій дитини не задовольняється потреба в спілкуванні, що підживлює негативні риси характеру.

Переорієнтація підлітка з дитячих норм та дорослі орієнтує на засвоєння переважно тих цінностей, способів поведінки, які існують саме у світі дорослих. Підліток намагається співпрацювати у побудові стосунків і тому потребує визнання його особистості дорослими. Усі прагнення підлітка спрямовані на побудову стосунків на рівних. Підліткові важливо не так бути самотійним, як довести свою самотійність.

Вплив батьків сильніший у тих випадках, коли вони зацікавлені, розуміють і хочуть допомогти своїй дитині. А вплив групи ровесників може бути потужнішим, якщо в сім'ї підлітку приділяють недостатньо уваги.

Нерідко дорослі звинувачують підлітків у неслухняності, лінощах, небажанні вчитися, поганій поведінці замість того, щоб зрозуміти дитину і переглянути свої стосунки з нею.

Підлітки ж жаліються на те, що батьки не розуміють їх, не дають висловитися, не беруть до уваги їхньої думки.

Для підлітка важливе сприйняття і прийняття його як дорослого, він потребує уваги та розуміння дорослих, які спонукають його до самотійності, але водночас і підкріплюють його залежність.

При спілкуванні з педагогом підліток часто відстоює свою думку в неадекватній формі. Учитель же характеризує не лише певний вчинок підлітка, а його особистість [16].

У навчальному процесі підлітки гостро переживають невдачі в навчанні, їх самолюбство вражене і вони намагаються маскувати це вдовоною байдужістю до оцінок [59].

Така конфронтація сприяє подальшому розходженню в думках та виникненню психологічного бар'єру. При незадовільному спілкуванні підлітки часто використовують агресивні форми взаємодії, такі як

роздратування, прямий або непрямий протест, лайку, ігнорування думки дорослого тощо. Негативні стосунки зі світом дорослих сприяють погіршенню ставлення підлітків до батьків, учителів та навчання.

Така поведінка підлітків стає його позицією, часто входить у звичку і впливає на подальше ставлення та моделі спілкування.

Формується викривлене сприйняття дійсності, підліток бачить причину своїх невдач не у власних вадах, а в несправедливості, недобросовісності інших людей.

Позитивне емоційне ставлення до членів родини може сформувати позитивне ставлення до себе, інших людей, водночас несприятливі стосунки провокують негативний розвиток потреб та мотивів, погане ставлення до самого себе, низьку самоповагу, недовіру, негативізм, конфлікти тощо [16].

В процесі вивчення науково-психологічної літератури ми звернули увагу на дослідження Д. І. Фельдштейна, який зазначає, що на першій стадії підліткового періоду (у 10-11 років) дитини характеризує вельми критичне відношення до себе. Близько 34% хлопчиків і 26% дівчаток дають собі повністю негативні характеристики, відзначаючи переважання негативних рис і форм поведінки, зокрема грубості, жорстокості, агресивності. При цьому у дітей цього віку переважає фізична агресивність і найменше виражена агресивність непряма. Вербальна агресія і негативізм знаходяться на одному ступені розвитку.

Ситуативно негативне відношення до себе зберігається і на другій стадії підліткового віку (у 12-13 років), обумовлюючись, значною мірою, оцінками тих, що оточують, як дорослих, так і однолітків. У цьому віці найбільш вираженим стає негативізм, наголошується зростання фізичної і вербальної агресії, тоді як агресивність непряма, хоч і дає зрушення в порівнянні з молодшим підлітковим віком, все ж таки менш виражена.

На третій стадії підліткового віку (у 14-15 років) спостерігається зіставлення підлітком своїх особових особливостей, форм поведінки з певними нормами, прийнятими в референтних групах.

При цьому на перший план у них виходить вербальна агресивність, що на 20% перевищує показники 12-13 років і майже на 30% в 10-11 років. Агресивність фізична і непрямая підвищуються неістотно, також як і рівень негативізму.

Компанії однолітків, що стихійно складаються, об'єднують підлітків, близьких по рівню розвитку, інтересам. Група закріплює і навіть культивує девіантні цінності і способи поведінки, робить сильний вплив на особовий розвиток підлітків, стаючи регулятором їх поведінки. Відчуття дистанції, що втрачається підлітками, відчуття допустимого і неприпустимого приводить до непередбачуваних подій. Існують особливі групи, для яких характерна установка на негайне задоволення бажань, на пасивний захист від труднощів, прагнення перекидати відповідальність на інших. Підлітків в цих групах відрізняє зневажливе відношення до навчання, погана успішність, бравада невиконанням обов'язків: всіляко уникаючи виконувати які-небудь обов'язки і доручення по будинку, готувати домашні завдання, а то і відвідувати заняття, подібні підлітки виявляються перед лицем великої кількості "зайвого часу". Але для цих підлітків характерний саме невміння змістовно проводити дозвілля. У переважної більшості таких підлітків відсутні які-небудь індивідуальні захоплення, вони не займаються в секціях і гуртках. Вони не відвідують виставки і театри, украй мало читають, а зміст прочитаних книг звичайно не виходить за рамки пригодницько-детективного жанру. Час, що беззмістовно проводиться, штовхає підлітків на пошук нових "гострих відчуттів". Алкоголізація і наркотизація найтіснішим чином вплітаються в структуру девіантного способу життя підлітків. Часто підлітки розпиванням спиртного як би відзначають свої "заслуги": вдалі пригоди, хуліганські вчинки, бійки, дрібні крадіжки. Пояснюючи свої погані вчинки, підлітки мають неправильне уявлення про моральність, справедливість, сміливість, хоробрість.

Отже, причини виникнення та розвитку агресивності на різних стадіях підліткового віку можуть бути найрізноманітнішими. Поєднання

несприятливих біологічних, психологічних, сімейних і інших соціально-психологічних чинників спотворює весь спосіб життя підлітків, що є і першопричиною прояву у поведінці підлітків агресивності.

Агресивність підлітків часто є результатом: розчарувань; неузгодженості цілей; нереалізованістю наявних бажань, потреб; недооцінки власних і батьківських можливостей. Така поведінка є результатом негативного ставлення до безпосереднього оточення, соціуму загалом.

Висновки до першого розділу:

Отже, вивчивши теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми вивчення агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі, ми можемо констатувати, що дана проблема вивчається та є досить актуальною. Проблема агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі досліджується великою кількістю науковців: соціологами, психологами, але існує необхідність визначення реальних психолого-педагогічних причин агресивності, розкриття умов, механізмів агресивної поведінки сучасних підлітків. Також розробка засобів її запобігання, корекції та рекомендацій для вчителів.

У нашому дослідженні, на основі праць відомих психологів [1, 13, 30] ми будемо трактувати агресію як індивідуальну, колективну поведінку чи дію, спрямовану на нанесення фізичної, психічної шкоди, чи навіть на знищення іншої людини, групи.

Під агресивністю ми розуміємо психічне явище, що проявляється в прагненні до насильства в міжособистісних стосунках.

У своїй роботі будемо послуговуватися такими видами агресії за класифікацією А. Басса, А. Дарки [42] як фізична агресія, непрямая агресія, роздратування, негативізм, образа, підозрілість, вербальна агресія, почуття провини

Огляд наукової літератури показує, що у підлітковому віці відбувається ряд змін, які мають свій прояв як у біологічних факторах так і соціальних.

Провідним видом діяльності у підлітковому віці є інтимно-особистісне спілкування. Основними новоутвореннями є почуття дорослості, потреба в самореалізації та суспільному визнанні, прагнення до самоствердження, самосвідомість набуває морального характеру, вміння підпорядковуватись нормам колективного життя. Основними протиріччями підліткового віку є прагнення бути дорослим і, разом з тим, відсутність соціального досвіду, відмінності між фізичною і соціальною зрілістю.

Причини виникнення та розвитку агресивності на різних стадіях підліткового віку можуть бути найрізноманітнішими. Поєднання несприятливих біологічних, психологічних, сімейних і інших соціально-психологічних чинників спотворює весь спосіб життя підлітків, що є і першопричиною прояву у поведінці підлітків агресивності.

Із зазначеного можна зробити висновок, що агресивність підлітків часто є результатом: розчарувань; неузгодженості цілей; нереалізованості наявних бажань, потреб; недооцінки власних і батьківських можливостей. Така поведінка є результатом негативного ставлення до безпосереднього оточення та соціуму загалом.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ

2.1. Вивчення і обґрунтування вибору методик експериментального дослідження

Наше науково-експериментальне дослідження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі проводилось на базі ЗОШ I-III ступенів № 20 Вінницької міської ради, із учнями 8-х класів; у дослідженні брало участь 60 учнів.

У експериментальному дослідженні агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі ми використовували такі методики: методика «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка)[42], Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) [15], «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63], опитувальник Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40]. Дані методики допоможуть нам вивчити агресивне відношення, форми агресії, її рівень у підлітків та взаємозв'язок проявів агресивності з акцентуацією характеру.

Методика вивчення показників та форм агресії (А. Басс, А. Дарка) [42]. Особистісний опитувальник, розроблений А. Бассом і А. Дарки в 1957 р. і призначений для діагностики агресивних і несприятливих реакцій (див. додаток А).

На думку авторів, під агресивністю можна розуміти властивість особистості, що характеризується наявністю деструктивних тенденцій, в основному в області суб'єктно – суб'єктних відносин.

Ймовірно, деструктивний компонент людської активності є необхідним у творчій діяльності, так як потреби індивідуального розвитку з неминучістю формують в людях здатність до усунення і руйнування перешкод, подолання того, що протидіє цьому процесу.

Агресивність має якісну і кількісну характеристики. Як і всяка властивість, вона має різну ступінь вираженості: від майже повної

відсутності до її граничного розвитку. Кожна людина повинна володіти певним ступенем агресивності. Відсутність її призводить до пасивності, відомості, конформності і т.д.

Методику можна використовувати з 12 років. Процедура дослідження передбачається в тому, що психолог пропонує прочитати 75 тверджень і з'ясувати, наскільки вони відповідають стилю поведінки, способу життя досліджуваного, та дати відповідь: “так”, “мабуть, так”, “мабуть, ні”, “ні”.

Методику можна використовувати при групових дослідженнях (коли стимульний матеріал зачитується вголос або пред'являється у вигляді тестового зошита) та індивідуально.

Обробка результатів проходила наступним чином: при обробці даних в звичайних умовах відповіді «так», «мабуть, так», «мабуть, ні», «ні» об'єднуються у відповіді «так», відповідно відповіді «ні» і «мабуть, ні» об'єднуються у відповіді «ні».

Підраховуються бали відповідно до ключа методики (див. додаток А).

У випадку збігу відповіді з ключем, ставиться 1 бал. Сума балів, помножена на коефіцієнт, вказаний внизу таблиці кожного параметру агресивності, дає можливість одержати нормовані показники, які характеризують індивідуальні й групові результати (нульові значення не враховуються).

Наступне дослідження проводилось за допомогою методики Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) (див. додаток Б) [15].

Тест опублікований Б. Брайклином, З. Піотровским і Е. Вагнером в 1962 році. Ідея тесту належить Е. Вагнеру.

В теоретичному обґрунтуванні автори виходять з положення про те, що розвиток функцій руки пов'язаний з розвитком головного мозку. Велике значення руки в сприйнятті простору, орієнтації в ньому, необхідних для будь-якої дії. Рука безпосередньо залучена в зовнішню активність. Отже, пропонуючи обстежуваним в якості візуальних стимулів зображення руки,

що виконує різні дії можна зробити висновки про тенденції активності обстежуваних.

Методичний прийом, покладений в основу тесту руки, полягає в тому, що випробуваного просять пояснити зміст дії, представленого у вигляді «стоп-кадру» зображення кисті руки, соціально нейтрального і не несе будь-якої смислового навантаження. Передбачається, що включення елемента у контекст ширшого виду активності і сам вибір цього виду активності відбувається за механізмом проекції і в значній мірі визначається наявним станом випробуваного і, зокрема, його активними мотивами.

У процесі проведення даної методики ми запропонували учасникам уважно розглянути запропоновані їм зображення і сказати, що, на їхню думку, робить ця рука?

Якщо випробуваний не може з відповіддю, йому пропонується питання: «Як Ви думаєте, що робить людина, якій належить ця рука? На що здатна людина з такою рукою? Назвіть всі варіанти, які можете собі уявити».

Ми показували учням стимульний матеріал – стандартні 9 зображень кисті руки і одна без зображення (подібно порожній картці у Тематичному Тесті Апперцепції), при показі якої просять уявити кисть руки і описати її уявлювані дії.

Зображення пред'являлося в певній послідовності і положенні.

При нечіткій недвозначній відповіді учнів запитували: «Добре, а що ще?», але не нав'язували ніяких специфічних відповідей. Якщо ми відчували, що наші дії зустрічають опір, переходили до іншої картки.

Тримати малюнок-картку можна було в будь-якому положенні.

Число варіантів відповідей за картою не обмежується і не стимулюється так, щоб викликати опір випробуваного. Бажано отримати чотири варіанти відповідей. Якщо кількість відповідей менше, уточнюєте, немає бажання ще що-небудь сказати з даного зображення руки, а в протоколі, наприклад, при єдиному варіанті відповіді проставляється його

позначення зі знаком *4, тобто ця єдина безальтернативна відповідь оцінюється в чотири бали замість одного.

Важливо у всіх можливих випадках (якщо випробуваний не виражає протесту) максимально знижувати невизначеність відповіді, наповнювати змістом висловлювання типу «хтось, щось, комусь» і т. п.

Всі відповіді фіксувалися в протоколі.

При обробці отриманих результатів кожену відповідь випробуваного ми відносили до однієї з 11 категорій.

1. Агресія (А). Рука сприймається як домінуюча, завдає пошкодження, активно захоплює який-небудь предмет, що здійснює агресивну дію (дає ляпаса, що давить комаху, готова завдати удару, тощо).

2. Вказівка (В). Рука бере участь у дії імперативного характеру: веде, спрямовує, перешкоджає, панує над іншими людьми (диригує оркестром, дає вказівку, читає лекцію, вчитель говорить до учня: «вийди геть», міліціонер зупиняє автомобіль тощо).

3. Страх (С). Рука виступає у відповідях як жертва агресивних проявів іншої особи або прагне захистити кого-небудь від фізичних впливів; може сприйматися в якості, що завдає пошкодження самій собі. У цю категорію також включаються відповіді, що містять тенденції до заперечення агресії (не зла рука; стиснутий кулак, але не для удару; піднята в страху рука; рука, яка запобігає удару, «Будь ласка, не бий мене» тощо).

4. Емоційність (Е). Рука виражає любов, позитивні емоційні установки до інших людей; бере участь у дії, що виражає прихильність, позитивне ставлення, доброзичливість (дружнє рукостискання; поплескування по плечу; рука, гладить тварину, дарує квіти; обіймає рука тощо).

5. Комунікація (Ком). Рука бере участь у комунікативному дії: звертається до кого-небудь, контактує або прагне встановити контакти. Спілкуються партнери знаходяться в положенні рівності (жестикуляцію в розмові, мова жестів, показує дорогу тощо).

6. Залежність (З). Рука висловлює підпорядкування іншим особам: бере участь у комунікативному дії в позиції "знизу", успіх якого залежить від доброзичливого ставлення іншої сторони (прохання; солдат віддає честь офіцеру; учень підняв руку для питання; рука, простягнута за милостинею; людина зупиняє попутний автомобіль тощо).

7. Демонстративність (Д). Рука різними способами виставляє себе на показ, бере участь у явно демонстративній дії (показує кільце, милується манікюром, показує тіні на стіні, танцює, грає на музичному інструменті тощо).

8. Калічність (Кл). Рука пошкоджена, деформована, хвора, нездатна до яких-небудь дій (поранена рука, рука хворого або вмираючого, зламаний палець тощо).

9. Активна безособовість (Аб). Рука бере участь у дії, що не пов'язане з комунікацією; проте рука повинна змінити своє фізичне місце розташування, прикласти зусилля (засилує нитку в голку, пише, шиє, веде машину, пливе тощо).

10. Пасивний безособовий (Пб). Рука в спокої, або спостерігається поява тенденції до дії, завершення якого не вимагає присутності іншої людини, але при цьому рука все ж не змінює свого фізичного стану (лежить, відпочиваючи; спокійно витягнута; чоловік сперся ліктем на стіл; звисилася під час сну; тощо).

11. Опис (О). У цю категорію входять описи руки без вказівки на здійснювані нею дії (пухка рука, красива рука, рука дитини, рука хворої людини тощо).

При категоризації можлива певна однозначність, проте передбачалось, що вона не дуже суттєво вплине на остаточну інтерпретацію. Нижче для ілюстрації наводиться приблизна форма протоколу.

У першій колонці ми зазначали номер картки. У другій – давали час першої реакції на картку в секундах. У третій – наводили всі відповіді випробуваного. У четвертій – результати категоризації відповідей. Якщо нам,

як експериментатору доводилось звертатися до випробуваного з уточненнями – це позначалося (про).

Після категоризації підраховується число висловлювань в кожній категорії.

Максимальна кількість балів, яку може набрати випробуваний, враховуючи, що він дає по чотири відповіді на кожну картку – 40. Однак випробуваний може давати більше відповідей за одним категоріям і менше за інших.

Підсумкові значення (ПЗ) агресивності/директивності (АД) або комунікативності/залежності (КЗ) обчислюється за формулами, які подані у додатку Б.

Якщо $K > 1$, то людина, які б акцентуації чи порушення поведінки не були б у неї, у всякому випадку не є агресивно спрямованою. Її агресивність може існувати лише потенційно – у формах страху чи залежності, у формі самоагресії.

Якщо $K < 1$, то агресивність явно виявляється як тенденція чи реальність поведінки.

Опитувальник Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» використовувався у нашому дослідженні (див. додаток В) [40].

В основу опитувальника Х. Шмішека покладена концепція «акцентуєваних особистостей» К. Леонгарда, Згідно цієї теорії, риси особистості можуть бути поділеними на дві групи:: основні і додаткові. Основних рис значно менше, але вони стають опорою особистості, визначають її розвиток, адаптацію та психічне здоров'я. У випадку значного ступеня вираженості основних рис вони накладають відбиток на особистість загалом і при несприятливих соціальних обставинах можуть зруйнувати структуру особистості.

К. Леонгард називає акцентуєваними тих людей, в яких основні риси набули високої міри проявленості. Однак «акцентуєваних особистостей» не

слід вважати патологічними. У протилежному випадку ми вимушені прийняти, що нормальною слід вважати лише «усереднену» людину, а усяке відхилення від такої середини (усередненої норми) повинно бути визнане як патологія. Визнавши подібні параметри оцінки, змушувало б виводити за межі норми тих людей, які власною своєрідністю виразно виділяються на тлі «усередненої» людини.

До патологічних слід було б зарахувати людей, яких називають «індивідуальностями» в позитивному значенні, підкреслюючи, що їм притаманний оригінальний психічний склад. Якщо у людини не виявлено у «великих дозах» тих рис, що дають паранойяльну, ананкастичну, істеричну, гіпоманіакальну чи субдепресивну картину, то така «усереднена» людина може беззастережно вважатись нормальною. Пропонуючи оцінку стану на майбутнє, можна стверджувати не вагаючись, що таку людину не чекає перспектива хворобливого розвитку, із дивацтвами, майбутнього невдахи, однак є малоймовірним і те, що тут слід очікувати позитивних індивідуальних звершень. В «акцентуйованих особистостях» потенційно закладені потенції як соціально позитивних досягнень, так і соціально негативний заряд. Деякі «акцентуйовані особистості» проявляють себе в негативному світлі, бо життєві обставини не сприяли їх розвитку і становленню, хоча не виключена можливість, що прихильніші обставини сформували б їх як непересічних індивідуальностей.

Усі десять типів «акцентуйованих особистостей» поділяються К. Леонгардом на дві групи за принципом акцентуації властивостей або характеру, або темпераменту. До акцентуації властивостей характеру К. Леонгард зараховує демонстративний, педантичний, застрягаючий, збудливий типи особистості. Решта типів акцентуацій К. Леонгардом відносять до акцентуацій темпераменту.

В процесі проведення діагностики типів акцентуацій за К. Леонгардом з учнями 8го класу ми запропонували 88 тверджень, які стосувались їхнього характеру. Їм пояснили, якщо вони погоджуються з твердженням, то

необхідно поставити поруч з його номером знак «+» («так»), якщо ні – знак «-» («ні»). Над питаннями довго не думати, правильних і неправильних відповідей немає.

Далі ми опрацьовували та інтерпретували отримані результати оцінювання рівня акцентуованого вираження особистості проводилась за ключовою таблицею і результати відображаються на графіку. Підраховувалась кількість відповідей, що відповідала ключам, і сума множилась на відповідний коефіцієнт (2, 3 або 6). Риса характеру є акцентуованою, якщо кінцева сума балів дорівнює або більше 19. Про тенденції до акцентуації свідчить сума балів від 15 до 18.

К. Леонгард виділяє десять основних типів акцентуацій, що здебільшого тотожні систематиці психопатії в пограничній психіатрії.

Демонстративний тип. Сутність демонстративного типу, або, більш вираженої акцентуації, істеричного, на думку К. Леонгарда, полягає у підвищеній здатності до витіснення та демонстративності поведінки.

Педантичний тип. Педантична особистість в певній мірі є протилежною до демонстративної. Особи такого типу відрізняються підвищеною ригідністю, інертністю психічних процесів, нездатністю до витіснення травмуючих переживань. На рівні явної патології особистості цього типу відповідає ананкастична психопатія.

Застрагаючий тип. Основою застрагаючого типу є надмірна стійкість афекту із схильністю до формування паранойяльних та над вартісних ідей.

Збудливий тип. Серцевиною збудливого типу є підвищена імпульсивність, послаблення контролю над потягами й стимулами. У випадку патологічної вираженості цей тип дотичний із епілептоїдною психопатією, хоча безпосередній зв'язок з епілепсією не є обов'язковим.

Гіпертимічний тип. Головною особливістю гіпертимічного типу особистості вважається підвищений фон настрою у співвідношенні з потребою у діяльності, оптимізмом, практичністю та високою активністю.

Дистимічний тип. Для дистимічної особистості, на противагу гіпертимічній, характерним є понижений фон настрою (в окремих випадках до субдепресії), песимізм, фіксація на невеселих гранях життя, ідеомоторна загальмованість.

Тривожно-боязливий тип. Вагомою особливістю тривожно-боязливої особистості є схильність до страхів, підвищена лякливість, несміливість, підвищений рівень тривожності.

Циклотимічний тип. Циклотимічні особливості особистості характерні людям, для яких притаманна зміна гіпертимічних і дистимічних фаз. Цей тип акцентуації має паралелі з маніакально-депресивним психозом, який також немов би коливається поміж двома полюсами. Однак етіологічний зв'язок існує не завжди.

Афективно-екзальтований тип. Даній акцентуації підходить характеристика типу «тривоги і щастя». Такі особи легко спалахують у захопленні від радісних подій і впадають у відчай від невтішних.

Емотивний тип. Емотивний тип споріднений з афективно-екзальтованим. Однак емотивні особи реагують не настільки бурхливо, а їх емоції розвиваються з меншою швидкістю. Афективно-лабільні особистості окреслюються як «бурхливі, поривчасті, емоційно збуджені», емотивні – як «чуттєві і вразливі». Їм притаманна загострена чутливість та глибина переживань у сфері тонких емоцій, народжених в царині духовного життя людини.

Наступна методика, яку ми використовували у нашому дослідженні – це методика «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) (див. додаток Г) [63].

Дана методика дозволяє виміряти показники таких емоційних станів: тривожність, фрустрацію, агресивність, ригідність.

Тривожність - переживання емоційного неблагополуччя, пов'язане з передчуттям небезпеки або невдачі. Будь-яка нестабільність, порушення звичного ходу подій може привести до розвитку тривожності.

Фрустрація – психічний стан, що виникає в ситуації розчарування, нездійснення якої-небудь значущої для людини мети, потреби. Виявляється в гнітючій напрузі, тривожності, відчутті безвихідності і відчаю. Виникає в ситуації, яка сприймається особистістю як невідворотна загроза досягненню значущої для неї мети, реалізації тій або іншої її потреби. Сила фрустрації залежить як від ступеня значущості дії, що блокується, так і від близькості його до наміченої мети. Реакцією на стан фрустрації можуть бути наступні основні типи дій: «відхід» від реальної ситуації в область фантазій, марень, мріянь; виникнення внутрішньої тенденції до агресивності, яка або затримується, поступаючи у вигляді драгівливості, або відкрито проривається у вигляді гніву; загальний «регрес» поведінки, тобто перехід до легших і примітивніших способів дії, часта зміна занять і ін. Як наслідок фрустрації нерідко спостерігається залишкова невпевненість в собі, а також фіксація способів дії, що застосовувалися в ситуації фрустрації.

Ригідність – утрудненість, аж до повної нездатності, в зміні наміченої суб'єктом програми діяльності в умовах, що об'єктивно вимагають її перебудови. Виділяють когнітивну, афектну і мотиваційну ригідність. Когнітивна ригідність виявляється в труднощах перебудови сприйняття і уявлень в ситуації, що змінилася. Афектна ригідність виражається у відсталості афектних (емоційних) відгуків на об'єкти емоцій, що змінюються. Мотиваційна ригідність виявляється в тугоподвижній перебудові системи мотивів в обставинах, що вимагають від суб'єкта гнучкості і зміни характеру поведінки. Рівень ригідності, що проявляється суб'єктом, обумовлюється взаємодією його особистісних особливостей з характером середовища, включаючи ступінь складності завдання, що стоїть перед ним, його привабливості для нього, наявність небезпеки, монотонність стимуляції і так далі.

Агресивність – стійка характеристика суб'єкта, схильність, що відображає його відношення до поведінки, метою якої є спричинення шкоди що оточує, або подібний афективний стан (гнів, злість). Хоча агресивність

грала вирішальну роль в процесі еволюції людини, затверджується, що вона не властива людській істоті спочатку, що діти засвоюють моделі агресивної поведінки практично з моменту народження. Причинами агресивності можуть виступати різного роду конфлікти, зокрема внутрішні, при цьому такі психологічні процеси як емпатія, ідентифікація, децентрація - стримують агресію, оскільки є ключем до розуміння інших і усвідомлення їх самостійної цінності.

Пропонується опис різних психічних станів. Якщо цей стан часто спостерігається, то ставиться 2 бали, якщо цей стан буває, але зрідка, то ставиться 1 бал, якщо зовсім не підходить – 0 балів.

Обробка результатів, яку ми проводили включала в себе такі блоки:

Підрахування суми балів за кожну групу питань:

1. 1 ... 10 питання – тривожність;
2. 11 ... 20 питання – фрустрація;
3. 21 ... 29 питання – агресивність;
4. 31 ... 40 питання – ригідність.

Оцінка та інтерпретація балів проводилась за наступними даними:

1. Тривога: 0 ... 7 – не тривожні; 8 ... 14 балів – тривожність середня, припустимого рівня; 15 ... 20 балів - дуже тривожний.

2. Фрустрація (фрустрованість): 0 ... 7 балів – не має високої самооцінки, стійкі до невдач, не боїться труднощів; 8 ... 14 балів – середній рівень, фрустрація має місце; 15 ... 20 балів – у вас низька самооцінка, ви уникаєте труднощів, боїться невдач, фрустровані.

3. Агресивність: 0 ... 7 балів – ви спокійні, витримані; 8 ... 14 балів – середній рівень агресивності; 15 ... 20 балів – ви агресивні, не витримані, є труднощі при спілкуванні та роботі з людьми.

4. Ригідність: 0 ... 7 балів – ригідності немає, легко переключається", 8 ... 14 балів - середній рівень; 15 ... 20 балів – сильно виражена ригідність, незмінність поведінки, переконань, поглядів, навіть якщо вони розходяться,

не відповідають реальній обстановці, життя. Вам протипоказані зміна роботи, зміни в сім'ї.

У нашому дослідженні ми будемо користуватися тільки шкалою агресивності, яка співпадає з тематикою нашого дослідження. Інші шкали можна використовувати як додаткові, для визначення інших факторів, які можуть сприяти агресивній поведінці досліджуваного.

Отже, проаналізувавши методичні засади дослідження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі, можемо стверджувати, що для нашого дослідження означеної нами наукової проблеми доречним було використання наступних методик: «Вивчення показників та форм агресії (А. Басс, А. Дарка) [42], Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) [15], «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63], опитувальник Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40]. Дані методики допоможуть нам вивчити агресивне відношення особистості, форми агресії, її рівень у підлітків та взаємозв'язок проявів агресивності з акцентуацією характеру.

2.2. Організація емпіричного дослідження

З метою вирішення поставлених завдань наша науково-дослідна робота виконувалась у шість етапів.

На першому етапі проводились вивчення та аналіз основних теоретичних підходів у науково-психологічній літературі з проблеми дослідження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

На другому етапі було створено природно рандомізовану вибірку, яка складалася з 60 учнів 8 класів, віком 14 років закладу «Загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів №20 Вінницької міської ради».

На третьому етапі була проведена діагностика проявів агресивної поведінки підлітків за спеціально підібраними методиками, а саме: «Вивчення показників та форм агресії (А. Басс, А. Дарка) [42], Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) [15], «Діагностика самооцінки

психічних станів» (по Г. Айзенку) [63], опитувальник Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом»[40].

Четвертий етап нашої науково-дослідної роботи передбачав підбиття підсумків, а саме:

- аналіз інтерпретованих даних;
- зіставлення результатів чотирьох методик, які були представлені планом;
- виконання завдання, яке передбачає:
 1. Провести психологічну корекцію агресивної поведінки підлітків в навчально-виховному процесі.
 2. Провести повторне дослідження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.
 3. Надати рекомендації щодо попередження та зниження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

П'ятий етап полягав у плануванні та проведенні психологічної корекції агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі.

На останньому, шостому етапі, ми організували емпіричне дослідження після проведення психологічної корекції агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі та провели аналіз отриманих результатів для того, щоб впевнитися, що наша корекційна програма для зниження рівня агресивності у поведінці підлітків була ефективною.

Факторами загрози валідності можуть бути:

- 1) природно рандомізована група досліджуваних;
- 2) вплив додаткових змінних, про які ми не знали.

Проведення тестування учнів відбувалося наступним чином: під час проведення методики вивчення показників та форм агресії (А. Басс, А. Дарка) [42] досліджуваним пояснювалися особливості написання тесту, після отримання зворотного зв'язку, що всі інструкції зрозумілі, досліджуваним зачитувалися твердження, на які вони мали б дати відповіді: «так», «мабуть так», «мабуть, ні», «ні». Час на роботу був необмежений, але

відповіді потрібно було давати швидко, для того щоб запобігти соціально очікуваним відповідям. Після того, коли досліджувані записали відповіді, експериментатор збирав бланки. В зв'язку з тим, що методика є не надто складною, проблем із заповненням бланків та обробкою результатів майже не виникало.

Наступним етапом було проведення методики «Hand-test» (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) [15]. Досліджуваним пропонувалося уважно розглянути запропоновані зображення і написати, що, на їхню думку, робить рука. 9 зображень руки показувались учням послідовно і в певному положенні. 10 картка була пуста, і досліджуваним пропонувалось уявити зображення руки на картці та описати її дії. Тільки після того, як ми впевнились, що відповідь була записана досліджуваними, показували наступне зображення. Із заповненням бланків виникали проблеми лише у тому, що ми не могли контролювати індивідуально швидкість написання відповіді кожного учня та фіксувати час, адже досліджуваних було багато. Також не фіксувалися інформація про те, в якому положенні трималася картка. Після написання відповідей, бланки з результатами збиралися експериментатором.

Під час проведення опитувальника Х Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40] ми також зачитували інструкцію та роздавали заздалегідь підготовлені листи паперу досліджуваним. Робили акцент на тому, щоб над твердженнями довго не думали, тому що правильних і неправильних відповідей немає. Переконавшись у тому, що інструкція зрозуміла, ми зачитували 88 тверджень на які досліджувані мали дати відповідь «+» («так») чи «-» («ні»). Після написання опитувальника дані збиралися експериментатором та оброблялися згідно ключової таблиці. Під час проведення даної методики труднощів не виникало.

Останнім етапом було проведення методики «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63]. Досліджуваним роздавали заздалегідь заготовлені листи паперу та зачитувалась інструкція, у якій вказували, що

відповідно від того, як часто спостерігається у них певний психічний стан, вони повинні поставити бал. Час на написання методики був необмежений, але над відповіддю довго задумуватись не потрібно. Впевнившись, що досліджуваним все зрозуміло, ми зачитували твердження. Результати збирались досліджуваним та проходила відповідна обробка результатів, під час якої труднощів не виникало. В даній методиці нас цікавила шкала агресивності, тому у подальшому ми використовували тільки її дані.

2.3. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Для визначення показників та форм агресії ми провели методику А. Басса та А. Дарки [42]. Дана методика дозволяє діагностувати два індекси: індекс агресивності та індекс ворожості. Для зручності інтерпретації ми згрупували дані у таблицю та порахували відсоткові дані індексу ворожості та індексу агресивності(див. додаток Д).

Проводячи аналіз результатів методики можна сказати, що високий індекс агресивності притаманний 32 учням (53,3%); середній індекс агресивності виявився у 19 учнів (31,7%), відповідно, низький індекс агресивності притаманний лише 9 учням(15%).

Дещо кращі показники по виявленню ворожості: в 25 учнів (41,7%) високий індекс, середній індекс ворожості в 31 учня (51,7%) та низький індекс ворожості у 4 учнів (6,6%) (див. рис. 2.3.1.).

Отже, корекційній роботі підлягають учні з високим показником агресивності, а також учні з високим рівнем ворожості.

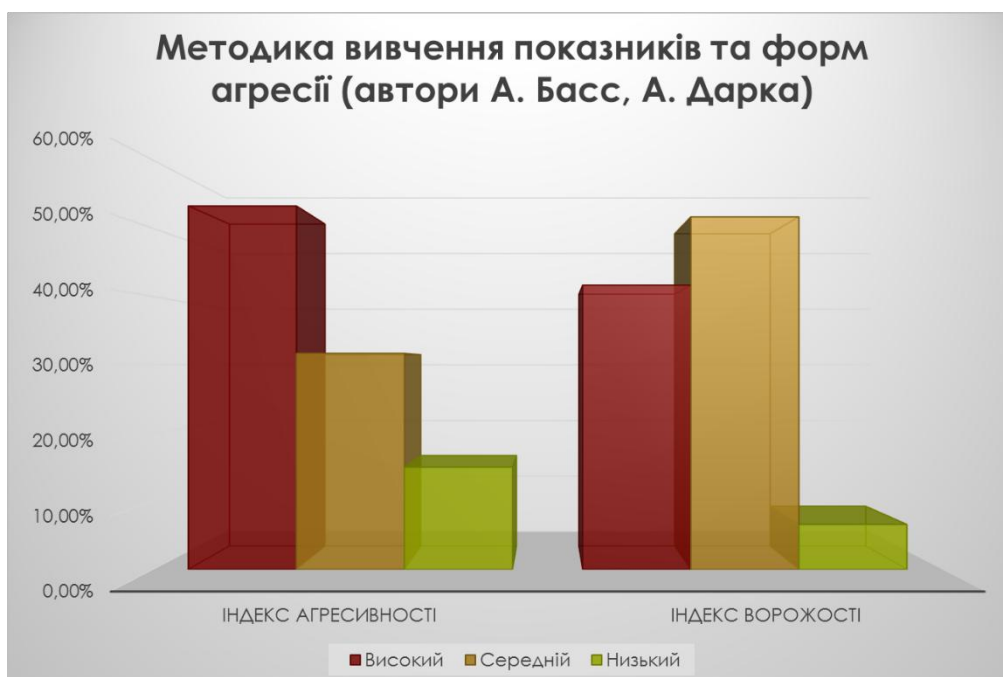


Рис. 2.3.1. Дослідження індексу агресивності та ворожості

Провівши Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) [15] отримали наступні результати (див. таблиця 2.3.1.) (див. додаток Е): 44 учні (73,3%) не є агресивно спрямованими. Агресивність у таких підлітків може проявлятися лиш у формі страху, залежності чи аутоагресії; у 16-ти учнів (26,7%) агресивність явно проявляється як тенденція у поведінці чи реальність. В даному випадку на прояв агресивності можуть впливати як і акцентуації характеру, так і неправильне виховання (див. рис. 2.3.2.).

Таблиця 2.3.1.

Дослідження тенденції до прояву агресивності

K>1	Людина, які б акцентуації чи порушення поведінки у неї б не були, у всякому випадку не є агресивно спрямованою. Її агресивність може існувати лиш потенційно – у формі страху, залежності чи аутоагресії	44
K<1	Агресивність явно проявляється як тенденція чи реальність поведінки	16

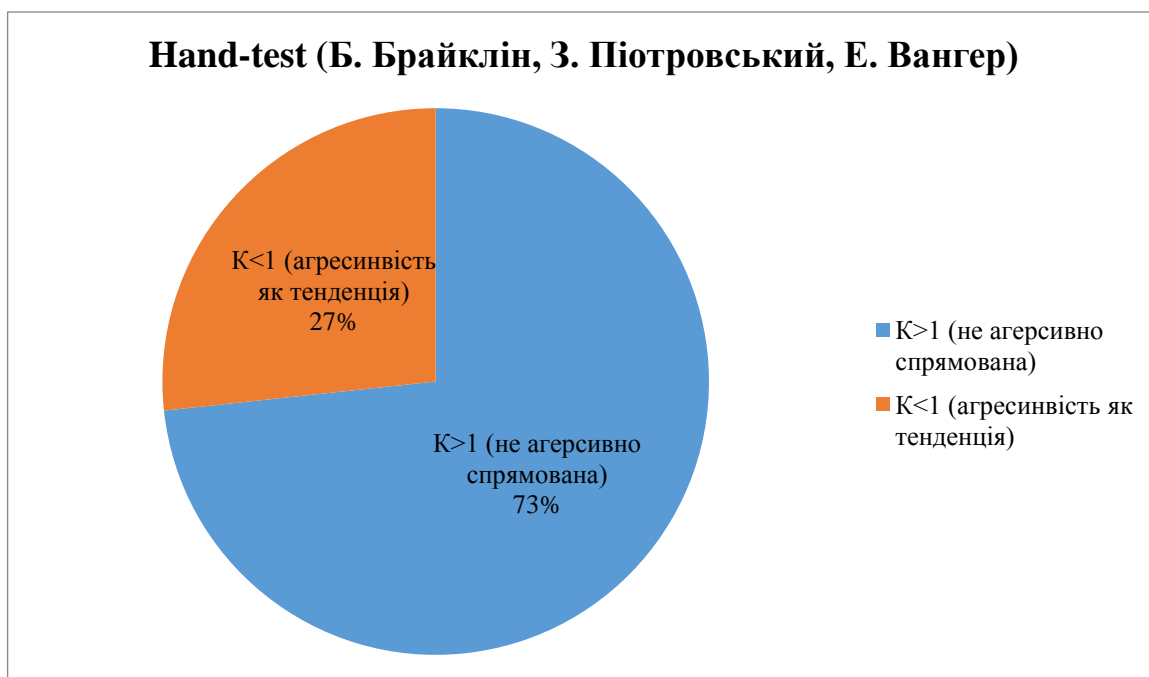


Рис. 2.3.2. Дослідження тенденції до прояву агресивності

Аналізуючи результати опитувальника Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40] (див. додаток Д) можна сказати, що у більшості підлітків, яким притаманний високий рівень агресивності, проявляється: демонстративний тип, який притаманний 7 учням (11,6%); гіпертимний у 4 учнів (6,7%); емотивний проявляється у 4 учнів (6,7%) та збудливий тип у 3-х учнів (5%) (див. рис. 2.3.3.).

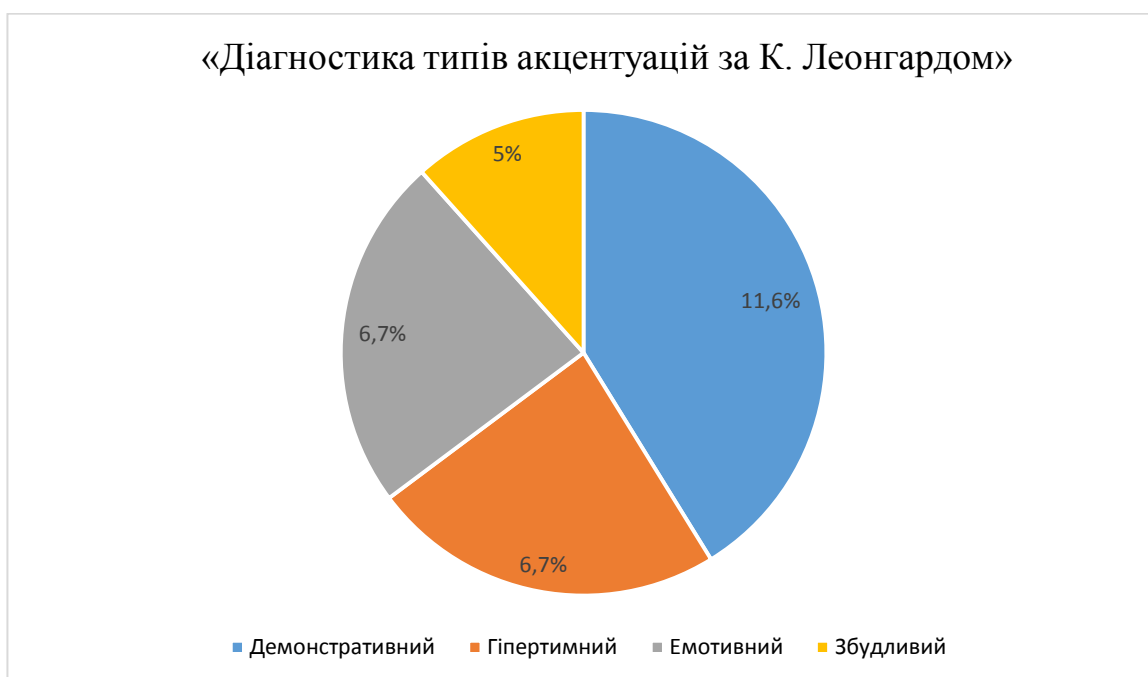


Рис. 2.3.3. Дослідження типів акцентуацій характеру

Аналізуючи отримані результати ми можемо стверджувати, що для групи підлітків, які належать до демонстративного типу особистості, характерними є потреба в увазі до своєї особи, захоплення соєю персоною (що часто реалізується через негатив). У крайньому разі вони віддають перевагу навіть обуренню або ненависті до себе з боку тих, хто їх оточує, аби тільки не було байдужості. Якщо у навчанні демонстративному підлітку за тих чи інших обставин не вдається виділитись, тоді він обирає інший засіб привернення уваги до себе: хуліганські вчинки, агресивна поведінка тощо.

У підлітків-гіпертимів тривале перебування в доброму настрої часто затьмарюється спалахами агресії у відповідь на протидію до тих, хто їх оточує. І чим більш є прагнення оточуючих пригнітити бажання та наміри підлітка, підкорити його своїй волі тим більшу силу матимуть ці агресивні спалахи. Найбільш схильними до агресії є підлітки збудливого (епілептоїдного) типу. Головною їхньою рисою є схильність до зниженого настрою, дратівливість, розлюченість, похмурість, наслідком яких можуть бути афективні розряди. При безперешкодному розвитку ефекту можна спостерігати нестримну лютю - погрози, цинічну лайку, жорстокі побої, байдужість до слабості та безпорадності супротивника.

Підлітки, яким притаманний емотивний тип, відрізняються мінливістю настрою по незначних приводах. Відповідно із цим світ здається то радісним, то сірим, тужливим. У цих змінах настрою можуть і проявлятися спалахи агресії. Потяги та інтереси у таких підлітків нестійкі. Вони не претендують на роль лідера. Шукають емоційних контактів, прагнучи зайняти місце улюбленця. Розвинена інтуїція дозволяє майже безпомилково визначити відношення до себе навколишніх. Відповідне ставлення виникає негайно й відкрито.

Опрацьовуючи отримані результати методики «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63] (див. додаток Д) показали, що високий рівень агресивності у 28 учнів (46,7%), середній рівень агресивності

притаманний 24 учням (40%), коли низький рівень лише у 8 учнів (13.3%) (див. рис. 2.3.4.)

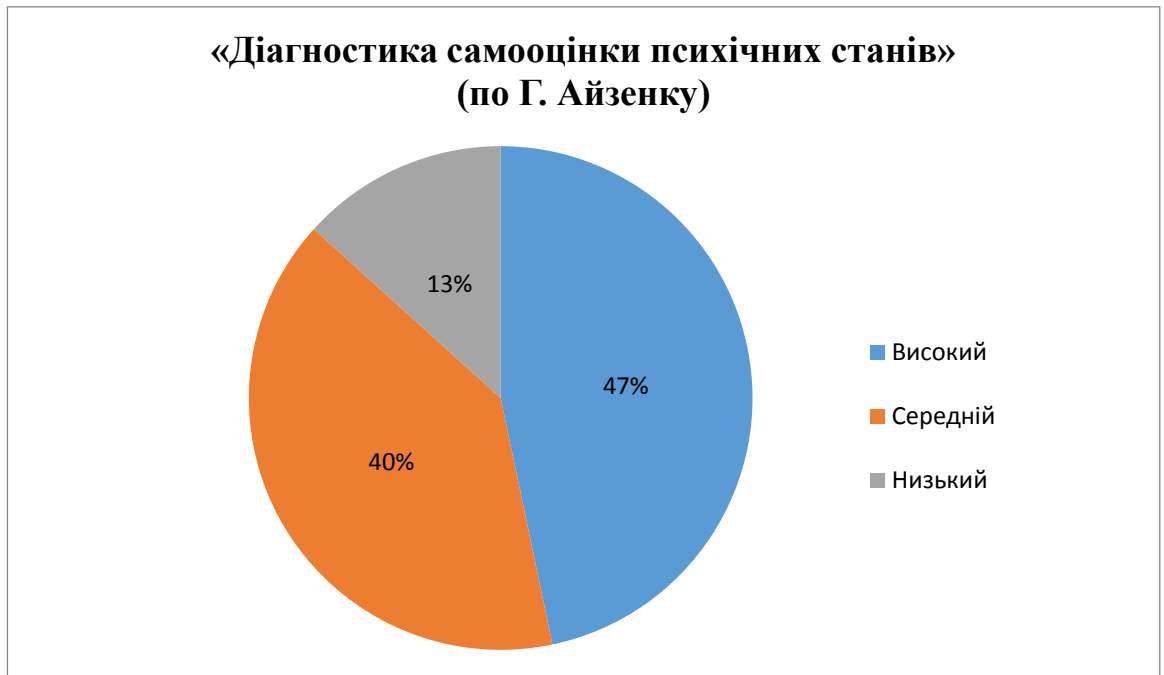


Рис. 2.3.4. Дослідження рівня агресивності

Отже, провівши обрані нами методики, ми отримали результати, які вказують на те, що з 60 досліджуваних 18 досліджуваним притаманний високий рівень агресивності. Тому подальшу роботу ми проводили саме з цими підлітками, яких поділили на контрольну та експериментальну групи для проведення психологічної корекції та для зручності опису вивели їхні результати першого емпіричного дослідження у додаток Ж.

Висновки до другого розділу:

Отже, вивчивши науково-психологічну літературу, ми обрали методики для проведення емпіричного дослідження, організували емпіричне дослідження та провели аналіз та інтерпретацію результатів даного дослідження.

У експериментальному дослідженні агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі ми використовували такі методики: методика «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42], Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) [15], «Діагностика самооцінки

психічних станів» (по Г. Айзенку) [63], опитувальник Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40]. Дані методики допоможуть нам вивчити агресивне відношення, форми агресії, її рівень у підлітків та взаємозв'язок проявів агресивності з акцентуацією характеру.

Організовуючи та проводячи емпіричне дослідження, ми поставили перед собою ряд завдань, які були виконані. У проведенні методик труднощів майже не виникало.

Підводячи підсумки діагностики ми виявили наступне:

Високий індекс агресивності притаманний 32 учням (53,3%); середній індекс агресивності виявився у 19 учнів (31,7%), відповідно, низький індекс агресивності притаманний лише 9 учням (15%).

Деякі показники по виявленню ворожості: в 25 учнів (41,7%) високий індекс, середній індекс ворожості в 31 учня (51,7%) та низький індекс ворожості у 4 учнів (6,6%).

Провівши Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) [15] отримали наступні: 44 учні (73,3%) не є агресивно спрямованими. Агресивність у таких підлітків може проявлятися лиш у формі страху, залежності чи аутоагресії; у 16-ти учнів (26,7%) агресивність явно проявляється як тенденція у поведінці чи реальність. В даному випадку на прояв агресивності можуть впливати як і акцентуації характеру, так і неправильне виховання.

У більшості підлітків, яким притаманний високий рівень агресивності, проявляється: демонстративний тип, який притаманний 7 учням (11,6%); гіпертимний у 4 учнів (6,7%); емотивний проявляється у 4 учнів (6,7%) та збудливий тип у 3-х учнів (5%).

Опрацьовуючи отримані результати методики «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63] показали, що високий рівень агресивності у 28 учнів(46,7%), середній рівень агресивності притаманний 24 учням (40%), коли низький рівень лише у 8 учнів (13,3%).

Отже, провівши обрані нами методики, ми отримали результати, які вказують на те, що з 60 досліджуваних 18-ти досліджуваним притаманний високий рівень агресивності, тому для кращого порівняння результатів, ми вивели їхні дані у додаткові таблиці(див. додаток Ж, додаток К) і для подальшого аналізу поділили на дві групи – контрольну та експериментальну.

РОЗДІЛ 3. ПЛАНУВАННЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

3.1. Планування програми корекції агресивної поведінки за допомогою поведінкового методу в тренінговій групі

Вивчаючи науково-психологічну літературу, ми детально розглядали моменти цілей і задач психологічної корекції агресивної поведінки у підлітків. Так, Платонова М. Н. говорить про те, корекцію варто проводити у груповій роботі [2]. Успішність застосування групової психокорекції залежить від:

- професійної підготовки фахівця і його особистісних якостей;
- умов проведення терапії;
- правильного підбору групи;
- точного визначення показників для направлення підлітка у відповідну психокорекційну групу;
- оптимальної тактики керівництва групою [17].

В корекційній групі підліток бачить себе у дзеркалі відносин, вчинків і дій інших дітей при взаємодії з ними. Він набуває важливу здатність оцінювати себе, дивлячись на себе очима інших, і долати почуття тривожності і агресивності. У зв'язку з цим корекційна група повинна відтворювати умови, які максимально нагадуватимуть спілкування підлітків в реальному житті. У неї повинні включатися підлітки з різної статі, темпераменту, з різними життєвими установками. В цьому випадку група буде реальною моделлю життєвих відносин, яка дозволить її учасникам адекватно відобразити свої проблеми і конфлікти, і знайти оптимальні шляхи їх вирішення.

Цілі і завдання групової роботи з агресивними дітьми складаються у встановленні психічної єдності особистості за допомогою нормалізації міжособистісних відносин. Дана мета досягається при успішному вирішенні в групі завдань особистої діагностики, терапії і спілкування. Терапевтичне

завдання групової роботи пов'язане з емоційним відреагуванням конфліктних ситуацій в групі і дезактуалізацією загрозливих образів у свідомості за допомогою їх умовного зображення в грі, вправі, малюнкові.

Таким чином, основна мета групової корекції агресивних дітей полягає в зниженні рівня агресивності шляхом навчання навикам адаптивної поведінки.

Для досягнення цієї мети в процесі корекції роботи з агресивними дітьми вирішуються наступні завдання:

1. Дати підлітку можливість усвідомити неконструктивність його агресивної поведінки;
2. Навчити підлітка здатності розуміти переживання, стани та інтереси інших людей;
3. Навчити підлітка грамотно виявляти свої емоції і стримувати агресивні реакції;
4. Сформувати вміння конструктивно розв'язувати міжособистісні конфлікти і т. д.

Виконання цих завдань допомагає підліткам знизити рівень агресивності до прийняттого рівня і таким шляхом домогтися більш адекватної соціалізації.

Особливу увагу в процесі організації групової роботи слід приділяти оформленню приміщення та підбору матеріалів. Для проведення групової терапії зазвичай достатньо декількох стільців, поставлених по колу. При застосуванні релаксаційних і візуалізаційних технік бажано мати невеликий магнітофон і набір відповідних касет.

У школярів в ігровому приміщенні можуть стояти парти, дошка для письма, які відтворюють обстановку навчального класу. Спеціаліст повинен знати, які матеріали можуть знадобитися йому в процесі роботи для будівель, малювання і ліплення і подбати про те, щоб мати їх до початку занять.

Проведення занять ретельно планується. Кожне заняття складається з трьох основних частин: вступної(розминка або розігрів), основний (або робочий час) і завершальною.

При роботі з підлітками, необхідно враховувати наступні моменти:

- активність ведучого занять;
- наявність емоційного компонента;
- наявність ігрового компоненту;
- відносно невелика тривалість занять — 45-90 хвилин;
- необхідність враховувати виникнення таких ситуацій, як суперечки і сварки, порушення конфіденційності, освіта угруповань, масовий вихід з групи.

Однією з найбільш ефективних і адекватних форм психологічного впливу на підлітків, схильних до агресивної поведінки, більшістю фахівців виділяється поведінкова корекція.

Поведінковий підхід має ряд очевидних переваг, серед яких — концептуальна чіткість і відносна простота методів. Крім того, він безпосередньо націлений на поведінкові зміни і має виражений практичний характер. Психологічний вплив може бути спрямований на:

- ослаблення або усунення агресивної поведінки;
- посилення асертивної поведінки;
- розвиток здатності розуміти свої почуття;
- зменшення емоційних реакцій (наприклад, тривоги), що супроводжують агресивну поведінку;
- формування навичок адекватного та безпечного вираження гніву;
- розвиток здатності розслаблятися;
- розвиток здатності самостверджуватися;
- розвиток ефективних соціальних навичок (наприклад, конструктивного вирішення конфліктів).

Досягнення позитивних поведінкових змін в конкретному напрямку є нашою метою корекції агресивної поведінки. Психологічна інтервація

здійснюється у формі консультування, педагогічної корекції, психологічних тренінгів, психотерапії. Також вона може мати вигляд індивідуальної, сімейної чи групової роботи. Наша психологічна корекція здійснювалася шляхом психологічного тренінгу та при потребі, у формі індивідуального консультування.

У всіх випадках, незалежно від форми та умов, ми дотримувалися наступних принципів поведінкової корекції:

1. Принцип об'єктивності.

Передбачає орієнтацію переважно на змінні, які проявляються і вимірюються ззовні. Це можуть бути: емоційні реакції, висловлювання, жести, фізіологічні прояви (серцебиття, почервоніння, тремтіння), рухові реакції, симптоми (запаморочення, спазм м'язів, страхи), думки, конкретні дії та вчинки.

Поведінкові прояви повинні фіксуватися максимально конкретно (об'єктивно) і систематично.

2. Принцип поведінкової оцінки.

Вказує на необхідність проведення функціонального аналізу поведінки підлітка. Поведінкова оцінка проводиться при першій же зустрічі, а також згодом — для оцінки ефективності роботи або з метою зміни тактики впливу. Вона може здійснюватися у формі заповнення таблиці з трьома колонками, кожна з яких відповідно містить:

- 1) стимули і ситуації (що передувало агресивній поведінці);
- 2) поведінкові реакції особистості;
- 3) результати та наслідки даних реакцій.

3. Принцип системності.

Передбачає оцінку ролі агресивної поведінки в різних соціальних системах і житті особистості в цілому. Важливо розуміти, яку функцію агресивна поведінка виконує в різних ситуаціях і системах (у сім'ї, групі однолітків, навчально-професійній групі).

В результаті поведінкового аналізу формулюються завдання допомоги, а також способи контролю її ефективності. Оскільки у клієнтів зазвичай буває кілька проблемних областей, необхідно виявити ступінь небезпеки кожної з них, відповідно з чим спланувати послідовність роботи.

Психологічна корекція та профілактика агресивної поведінки підлітків включає в себе велику кількість методів, серед яких ми можемо виділити наступні види корекції:

- через гру (більше використовується з дітьми молодшого віку, але, іноді, і у роботі з неповнолітніми);
- через творче самовираження (малювання, ліпка, конструювання, казкотерапія, заняття з музики, танців і т.д.);
- через спілкування у групі однолітків з тими самими проблемами, встановлення соціальних зв'язків з ними через взаємодію;

У психокорекційній роботі ми використовували такі техніки:

1. Дискусія, обговорення.
2. Робота в парах.
3. Малюнок.
4. Психологічна гра.
5. Робота в малих групах.
6. Візуалізація.
7. Інтерактивні ігри.

Психокорекційна програма, яку ми розробили, призначена для роботи з підлітками з 13 до 15 років; оптимальна чисельність групи –10-12 чоловік. Програма розрахована на 5 занять по 60 хвилин, яка проходила протягом одного тижня (див. додаток Н).

За результатами першого емпіричного дослідження ми виявили, що психологічну корекцію можуть проходити 18 учнів, тобто 30% підлітків з усієї вибірки. Ми створили дві групи – контрольну (9 учнів) та експериментальну (9 учнів). Тобто, лише експериментальна група брала участь у психокорекції агресивної поведінки.

Групова робота проводилась у досить просторому, добре провітреному приміщенні. Заняття ми забезпечили такими матеріалами як: папір, олівці, крейда, ножиці, гуаш, клей, фломастери, м'ячі, м'які іграшки.

Структура занять включала в себе обов'язковий ритуал привітання, розминку і основну вправу. Розминки, ритуали вітання та прощання вибиралися в залежності від стану групи. В кінці кожного заняття обов'язково проводилася рефлексія і саморефлексія (при необхідності рефлексія проводилася після або в процесі виконання вправи).

На першому занятті ми встановлювали контакт з підлітками та створювали довірливі стосунки. Також метою першого заняття було навчити підлітків способам сповіщати про свій поганий настрій, поважати стан душі іншої людини.

Друге заняття було направлення на те, щоб навчити підлітків говорити про свої труднощі, які у них виникають.

Метою третього заняття була робота з гнівом і образами, які виникають у взаємостосунках між дітьми, а також між дітьми та старшими людьми.

Четверте заняття полягало у тому, щоб показати дітям, що агресивність може проявлятися і в позитивному напрямку, тобто діяти конструктивно.

П'яте заняття було заключним, і метою було звернути увагу дітей на те, що по відношенню до одних і тих же людей вони можуть одночасно відчувати і позитивні, і негативні почуття. Крім того, вони можуть навчитися не піддаватись цим почуттям цілком, а відчувати і любов, і злість, зберігаючи при цьому глибокий контакт з іншою людиною.

3.2. Організація емпіричного дослідження після проведення психологічної корекції агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі

Наступним етапом нашої роботи було повторне проведення емпіричного дослідження. Це нам дасть змогу перевірити чи мала вплив на підлітків розроблена нами психокорекція.

Провівши методику «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63] (див. додаток Л) у контрольній групі, отримали такі результати: високий рівень агресивності мають 7 учнів з 9-ти (77,8%) і лише у 2х учнів середній рівень агресивності, а саме 22,2%. Дані представлені у діаграмі (див. рис. 3.2.1.).



Рис. 3.2.1. Дослідження рівня агресивності

Наступною було проведено методику «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42] (див. додаток Л). У контрольній групі були отримані наступні результати: високий індекс агресивності є у 8 учнів (88,9%), відповідно середній рівень агресивності проявився лише у одного учня (11,1%), високий індекс ворожості проявляється у 7 учнів (77,8%) та середній індекс ворожості у 2х учнів (22,2%) (див. рис. 3.2.2.).

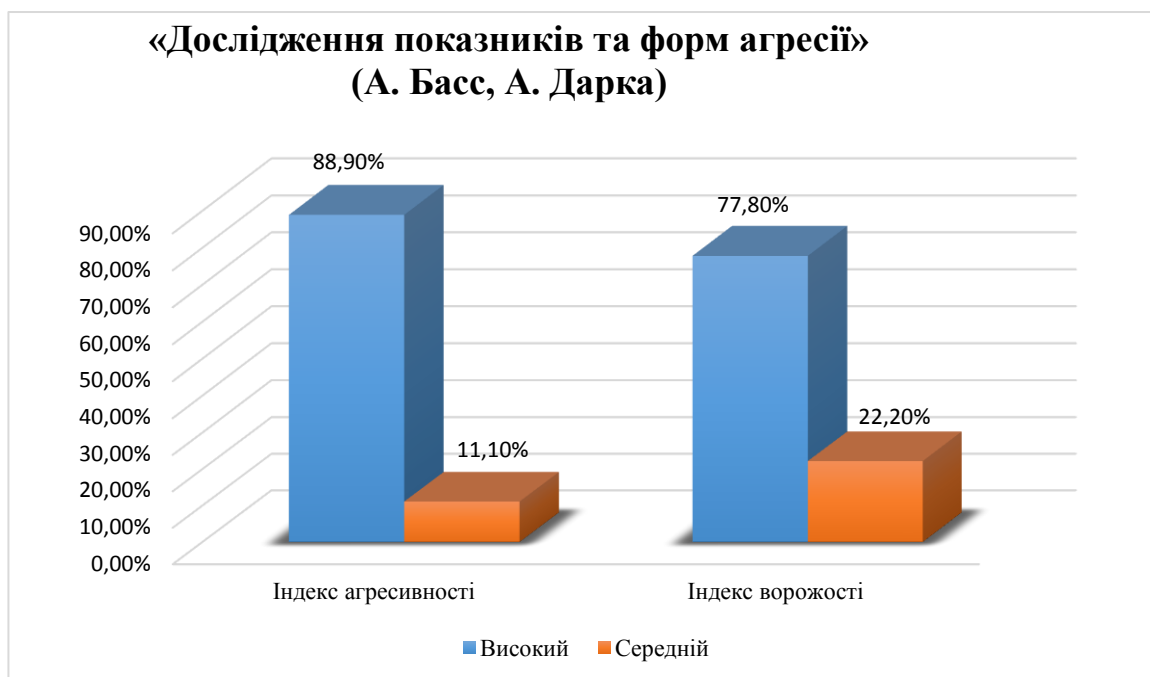


Рис. 3.2.2. Дослідження індексу агресивності та ворожості

З даних результатів можна зробити висновок про те, що значних змін порівняно з першим емпіричним дослідженням не відбулося.

Результати методики Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вагнер) [15] показали те, що дані у контрольній групі істотно не змінилися (див. додаток М). 2 учнів (22,2%) не є агресивно спрямованими. Агресивність у таких підлітків може проявлятися лиш у формі страху, залежності чи аутоагресії. У 7-ми учнів (77,8%) агресивність явно проявляється як тенденція у поведінці чи реальність (див. таблиця 3.2.1). В даному випадку на прояв агресивності можуть впливати як і акцентуації характеру, так і неправильне виховання (див. рис. 3.2.3.).

Таблиця 3.2.1

Дослідження тенденції до прояву агресивності

K>1	Людина, які б акцентуації чи порушення поведінки у неї б не були, у всякому випадку не є агресивно спрямованою. Її агресивність може існувати лиш потенційно – у формі страху, залежності чи аутоагресії	2
K<1	Агресивність явно проявляється як тенденція чи реальність поведінки	7

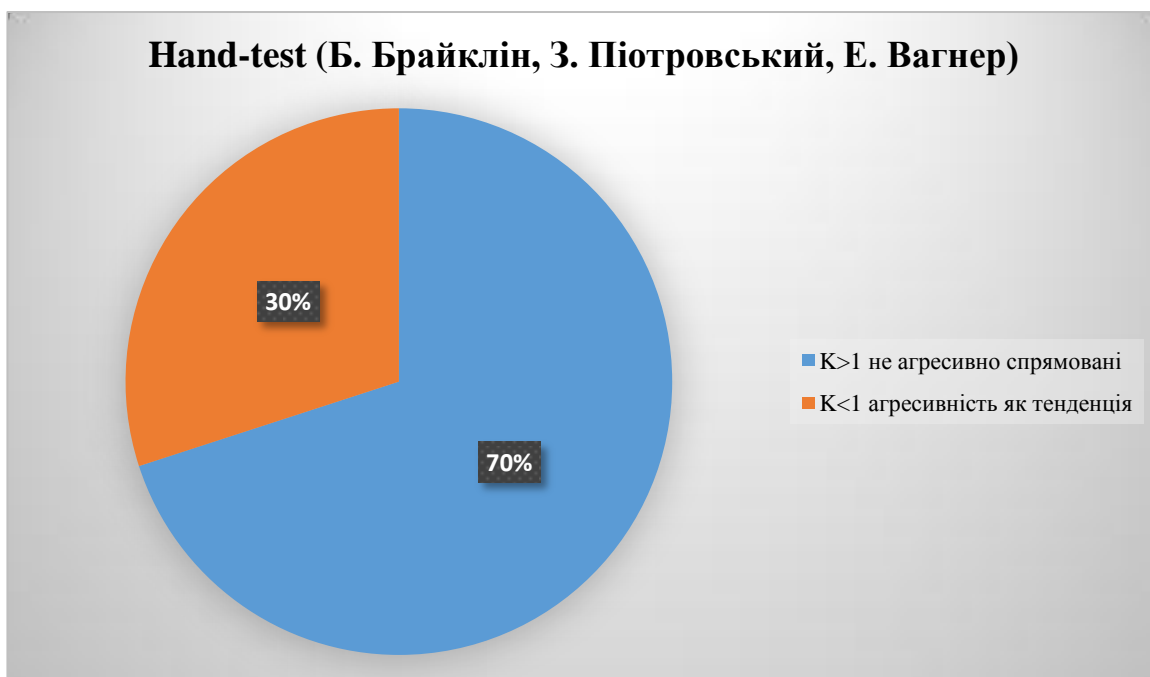


Рис. 3.2.3. Дослідження тенденції до прояву агресивності

Наступною була методика Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40]. Результати у контрольній групі, порівняно з першим етапом емпіричного дослідження істотно не змінилися (див. додаток М). Демонстративний тип у 4 учнів (44,4%), гіпертимний мають 3 учні (33,3%), емотивний тип – 1 учень (11,1%). Змінились результати у одного учня (11,1%) – у першому емпіричному дослідженні йому був притаманний збудливий тип акцентуації, коли у другому зрізі найбільший бал переважав у циклотимічному типі (див. рис. 3.2.4.). Це може говорити про те, що учень не правдиво давав відповіді, або ж некоректно зрозумів інструкцію щодо методики. У даній методиці немає шкали брехні, тому говорити про це прямо ми не можемо.



Рис. 3.2.4. Дослідження індексу агресивності та ворожості

Провівши методики у експериментальній групі отримали дещо інші результати, а саме дані методики «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) (див. таблиця Л) такі: високий рівень агресивності лише у 3х учнів (33,3%), коли середній рівень мають 6 учнів (66,7%) (див. рис. 3.2.5.).



Рис. 3.2.5. Дослідження рівня агресивності

За методикою «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42] (див. таблиця Л) у 2х учнів (22,2%) високий індекс

агресивності та у 2х учнів (22,2%) високий індекс ворожості, коли 7 учнів (77,8%) мають середній індекс агресивності та індекс ворожості (див. рис. 3.2.6.).

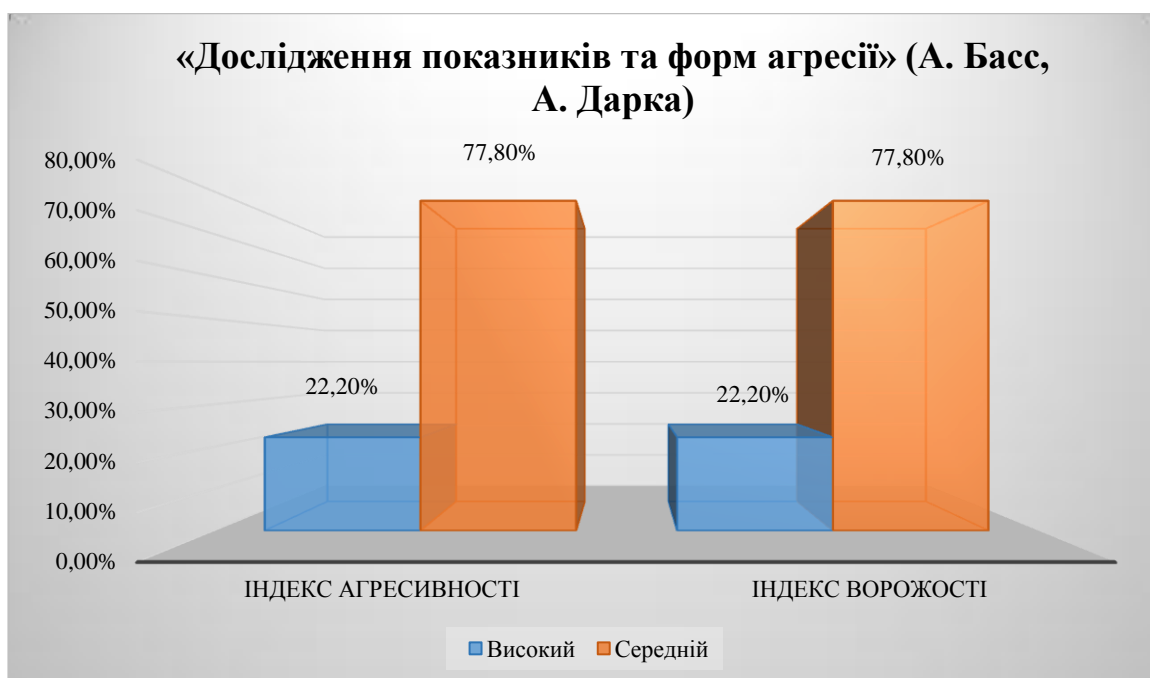


Рис. 3.2.6. Дослідження індексу агресивності та ворожості

Дані методики Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вагнер) [15] (див. додаток М) у експериментальній групі вказують на те, що результати у досліджуваних покращились (див. таблиця 3.2.2.). Після психологічної корекції 7 учнів (77,8%) виявились не агресивно спрямованими, у 2-х учнів (22,2%) результат не змінився – агресивність явно проявляється (див. рис. 3.2.7.).

Таблиця 3.2.2.

Дослідження тенденції до прояву агресивності

K>1	Людина, які б акцентуації чи порушення поведінки у неї б не були, у всякому випадку не є агресивно спрямованою. Її агресивність може існувати лиш потенційно – у формі страху, залежності чи аутоагресії	7
K<1	Агресивність явно проявляється як тенденція чи реальність поведінки	2

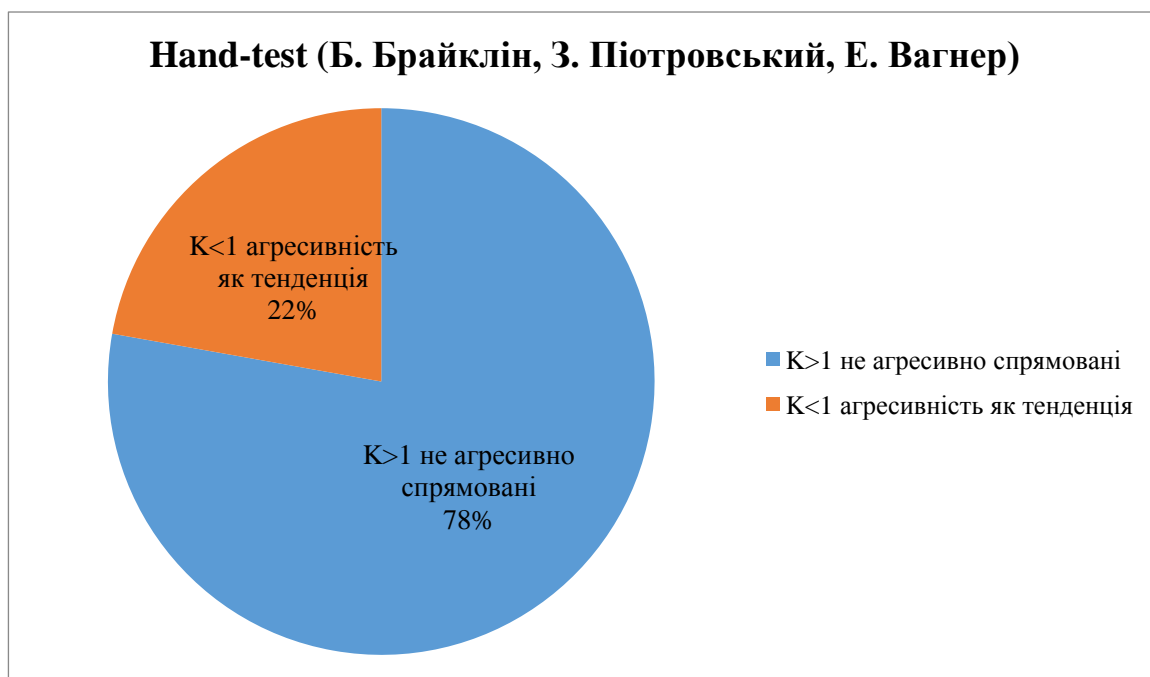


Рис. 3.2.7. Дослідження тенденції до прояву агресивності

Результати у експериментальній групі методики Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40], вказують на те, що сильно результати ми не змогли змінити, тому що як відомо, акцентуації характеру не змінні (див. додаток М). Високі показники прояву демонстративного типу залишились у 2 учнів (22,2%), високих показників гіпертимного типу не виявилось. Виражений емотивний тип у одного учня (11,1%), у 2 інших результати дещо знизились. Збудливий тип також не змінився у 1 учня (11,1%). Дані результати та спостереження за підлітками говорять про те, що психологічна корекція допомогла учням навчитися контролювати свою поведінку, прислухатися до інших людей, розуміти свої емоції та почуття інших. Підлітки з демонстративним типом акцентуації почали краще орієнтуватися у власних почуттях та переживаннях. Гіпертимні підлітки навчилися справлятися зі спалахами дратівливості, яка виникала, коли щось було не по-їхньому. Підліткам з емотивним типом акцентуації психологічна корекція допомогла навчити дещо контролювати свої різкі перепади в настрої.

Аналізуючи результати повторного експериментального дослідження можна стверджувати, що запропонована нами психологічна корекція мала вплив на підлітків, і результати значно покращилися.

3.3. Кореляційний аналіз результатів першого та другого емпіричних досліджень

Для міри зв'язку двох емпіричних досліджень, які ми провели перед психологічною корекцією та після, використали t-критерій Стюдента, що призначений для з'ясування, наскільки достовірно відрізняються показники однієї вибірки досліджуваних від іншої.

У нашому науковому дослідженні ми користувалися парним t-критерієм Стюдента, який дав нам змогу порівняти показники одних і тих самих учнів до і після емпіричного дослідження. Розрахунок проводився за допомогою програми IBM SPSS Statistics 22. Для облігшення обрахування даних ми надали умовні позначення контрольній і експериментальній групам до та після проведення психологічної корекції. Контрольну групу ми позначили як x_1 та x_2 , експериментальну – y_1 та y_2 .

Спочатку ми проводили кореляційний аналіз контрольної групи результатів до та після психологічної корекції. За даними методик «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63], «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42], Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вагнер) [15] ми можемо стверджувати те, що у контрольній групі, з якою ми не проводили психологічну корекцію, фактично дані не змінилися.

Ми знайшли кореляцію між парами змінних x_1 та x_2 та представили їх у вигляді таблиці (див. таблиця 3.3.1.). За даними результатами можна говорити про те, що значимість $p = 0,05$ (для $\alpha = 0,05$ де $p < 0,001$), тобто суттєвих змін у контрольній групі не відбулося.

Таблиця 3.3.1.

Кореляційний аналіз контрольної групи t-критерієм Стьюдента

	N	Кореляція	Значимість
x_1 та x_2 «рівень агресивності» (по Айзенку)	9	,125	0,719
x_1 та x_2 «індекс агресивності» (по А. Басс, А. Дарка)	9	,000	1,000
x_1 та x_2 «індекс ворожості» (по А. Басс, А. Дарка)	9	,066	0,545
x_1 та x_2 «є/немає тенденції до агресивності»	9	,254	0,560

Щодо даних, які були отримані у експериментальній групі після проведення психологічної корекції, можна говорити, що результати істотно змінилися. Обрахувавши дані за t-критерієм Стьюдента, ми виявили що значення знаходяться в рамках $p < 0,5$ і це говорить про те, що тренінг вплинув на підлітків та покращив результати порівняно з першим емпіричним зрізом (див. таблиця 3.3.2.).

Таблиця 3.3.2.

Кореляційний аналіз експериментальної групи t-критерієм Стьюдента

	N	Кореляція	Значимість
y_1 та y_2 «рівень агресивності» (по Айзенку)	9	-,060	0,002
y_1 та y_2 «індекс агресивності» (по А. Басс, А. Дарка)	9	,000	0,001
y_1 та y_2 «індекс ворожості» (по А. Басс, А. Дарка)	9	-,144	0,002
y_1 та y_2 «є/немає тенденції до агресивності»	9	,169	0,003

Таким чином, можна зробити висновок, що запропонована нами психологічна корекція була ефективною у зниженні рівня агресивної поведінки підлітків, оскільки кореляційний аналіз результатів вказує на те існує висока значущість результатів, тобто існує високий кореляційний зв'язок.

Висновки до третього розділу:

Досліджуючи та проводячи аналіз науково-психологічної літератури, ми дійшли висновку, що найефективніше у психологічній корекції агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі буде використати поведінковий метод у тренінговій групі. Тому ми розробили заняття з елементами тренінгу, використовуючи моменти даного методу.

Психокорекційна програма, яку ми розробили, призначена для роботи з підлітками з 13 до 15 років; оптимальна чисельність групи – 10-12 чоловік. Програма розрахована на 5 занять по 60 хвилин, яка проходила протягом одного тижня.

Провівши методику «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Айзенку) у контрольній групі, отримали такі результати: високий рівень агресивності мають 7 учнів з 9-ти (77,8%) і лише у 2х учнів середній рівень агресивності, а саме 22,2%.

У контрольній групі після проведення методики «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42] були отримані наступні результати: високий індекс агресивності є у 8 учнів (88,9%), відповідно середній рівень агресивності проявився лише у одного учня (11,1%), високий індекс ворожості проявляється у 7 учнів (77,8%) та середній індекс ворожості у 2х учнів (22,2%).

Результати методики Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вагнер) [15] показали те, що дані у контрольній групі істотно не змінилися. 2 учнів (22,2%) не є агресивно спрямованими. Агресивність у таких підлітків може проявлятися лиш у формі страху, залежності чи

аутоагресії. У 7-ми учнів (77,8%) агресивність явно проявляється як тенденція у поведінці чи реальність.

Демонстративний тип у 4 учнів (44,4%), гіпертимний мають 3 учні (33,3%), емотивний тип – 1 учень (11,1%). Змінились результати у одного учня (11,1%) – у першому емпіричному дослідженні йому був притаманний збудливий тип акцентуації, коли у другому зрізі найбільший бал переважав у циклотимічному типі.

Провівши методики у експериментальній групі отримали дещо інші результати, а саме дані методики «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Айзенку) такі: високий рівень агресивності лише у 3х учнів (33,3%), коли середній рівень мають 6 учнів (66,7%)

За методикою «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42] у 2х учнів (22,2%) високий індекс агресивності та у 2х учнів (22,2%) високий індекс ворожості, коли 7 учнів (77,8%) мають середній індекс агресивності та індекс ворожості (див. рис. 3.2.4).

Дані методики Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вагнер) [15] у експериментальній групі вказують на те, що результати у досліджуваних покращились. Після психологічної корекції 7 учнів (77,8%) виявились не агресивно спрямованими, у 2-х учнів (22,2%) результат не змінився – агресивність явно проявляється.

Результати у експериментальній групі методики Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40], вказують на те, що сильно результати ми не змогли змінити, тому що як відомо, акцентуації характеру не змінні. Високі показники прояву демонстративного типу залишились у 2 учнів (22,2%), високих показників гіпертимного типу не виявилось. Виражений емотивний тип у одного учня (11,1%), у 2 інших результати дещо знизились. Збудливий тип також не змінився у 1 учня (11,1%).

Провівши кореляційний аналіз результатів першого та другого емпіричних досліджень за допомогою t-критерія Стьюдента, ми зробили

висновок, що запропонована нами психологічна корекція була ефективною у зниженні рівня агресивної поведінки підлітків, оскільки кореляційний аналіз результатів вказує на те існує висока значущість результатів, тобто високий кореляційний зв'язок.

3.4. Рекомендації щодо попередження та зниження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі

Агресивна поведінка виявляється вже в ранньому віці, випробовуючи батьківське терпіння і створюючи напруження у стосунках із однолітками.

Найгостріше постає проблема агресивної поведінки у підлітковому віці, коли здійснюється перехід до нового щабля розвитку особистості; серед підлітків посилюється негативізм, демонстративна стосовно дорослих поведінка, частішають випадки виявів жорстокості й агресивності. Зрозуміло, що і прояви агресивної поведінки не оминають і стосунків підлітка з учителями та однокласниками. Класним керівникам, учителям-предметникам потрібно враховуючи всі чинники, що беруть участь у становленні агресивної поведінки підлітків. Знаючи їх, можна попередити чи обмежити вияв форм агресії.

У спілкуванні з агресивними дітьми потрібно виявляти чималі стриманість, терпіння, пам'ятаючи, що підлітки, тероризуючи інших, самі страждають від власної упертості, гнівливості, дратівливості. Почуття провини, порушення душевної рівноваги, незадоволеність не проходять в агресивних підлітків, навіть якщо їм удається на когось вилити свої негативні емоції. Таким підліткам необхідно дати зрозуміти, що дорослий (учитель, батьки, психолог) – їхній союзник у вирішенні внутрішніх проблем. Агресивні підлітки повинні переконатися, що їх люблять, а їхні вчинки псують враження при них, до того ж не приносять їм полегшення. Необхідно тактовно і послідовно навчати їх самоконтролю, внутрішньої зібраності і стриманості. Перевести активність агресивної підлітка в конструктивне русло допоможе вивчення її інтересів і схильностей. Поступове ускладнення завдань, що вимагають рішучості, сміливості, енергійності реакції, дасть змогу відвернути підлітка від дріб'язкового «з'ясування відносин» і переключити на організацію спільної діяльності, успіх якої залежить від уміння співробітничати з іншими.

Безумовно, з агресивним підлітком важко спілкуватися по-доброму, оскільки його дії викликають гнів у відповідь та роздратування, бажання покарати його. Проаналізуйте в цьому випадку свої почуття до підлітка, визнайте в собі роздратування проти нього та постарайтеся позбавитися від цього почуття, висловивши його обережними, доброзичливими словами. Скажіть йому, що ви гніваєтеся, але не на нього самого, а на те, що він вчинив. Це дуже важливий момент: можна критикувати вчинок, але не особистість в цілому.

Не можна використовувати фізичні покарання. Це може тільки закріпити агресивну поведінку. Краще викликати у дитини необхідні переживання, звертаючись до його справжніх почуттів. Це дасть дитині приклад правильної поведінки в конфліктній ситуації, та, крім того, викличе у нього почуття довіри до вас, почуття впевненості.

Якщо у підлітка немає друзів або ж це компанія, яка погано на нього впливає, допоможіть підліткові їх правильно знайти. Це сприятиме його адаптації в колективі.

Варто підтримувати у підлітка розвиток позитивних аспектів агресивності – заповзятливості, активності, ініціативності, а також попереджати формування її негативних якостей – ворожості, замкнутості. Це допоможе підліткові знайти своє місце в житті.

Важливо пояснювати підліткові наслідки його агресивної поведінки для нього самого і для оточення. Можливо, що агресивна поведінка підлітка є для нього еквівалентом поведінки, яку він засвоїв у сім'ї. І необхідно пояснити дитині, що така поведінка – не норма.

Психологи радять як і вчителям так і батькам враховувати при вихованні і навчанні підлітка його особисті особливості. Адже до агресивного підлітка потрібний особливий підхід. Його нервова система дещо відрізняється від нервової системи інших учнів. Вони більш запальні, ворожі. І для уникнення цієї поведінки, потрібне особливе поводження з підлітком.

Потрібно давати підліткові можливість задовольняти потреби в самовираженні та самоствердженні. Недолік цього і є найчастіше причиною виникнення агресивної поведінки. Щоб ця потреба задовольнялася, варто покласти на підлітка яку-небудь відповідальність, наприклад, зробити його старостою класу, або запропонувати йому організувати який-небудь захід. Це дозволить підлітку повірити у свої сили, впевнити його, що бути особистістю можливо і без застосування агресивної поведінки.

Необхідно проводити бесіди з батьками дитини. Пояснити їм, що вони повинні стежити за своєю поведінкою в сім'ї. Кращий спосіб виховання дітей – єдність їх дій. Крім того, вони повинні постаратися обмежити перегляд підлітком відеофільмів зі сценами насильства. Це стосується і комп'ютерних ігор.

Висновки до третього розділу:

Отже, проблема агресивної поведінки у підлітковому віці, коли здійснюється перехід до нового шабля розвитку особистості; серед підлітків посилюється негативізм, демонстративна стосовно дорослих поведінка, частішають випадки виявів жорстокості й агресивності. Тому, для попередження та зниження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі, варто дотримуватися певних правил:

1. Виявляти чималі стриманість, терпіння, пам'ятаючи, що підлітки, тероризуючи інших, самі страждають від власної упертості, гнівливості, дратівливості.
2. Тактовно і послідовно навчати підлітків самоконтролю, внутрішньої зібраності і стриманості.
3. Не використовувати фізичні покарання.
4. Підтримувати у підлітка розвиток позитивних аспектів агресивності – заповзятливості, активності, ініціативності
5. Пояснювати підліткові наслідки його агресивної поведінки для нього самого і для оточення.

6. Давати підліткові можливість задовольняти потреби в самовираженні та самоствердженні.
7. Проводити бесіди з батьками дитини.

ВИСНОВКИ

Досліджуючи проблему психологічної корекції агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі ми досягли поставленої мети, а саме: теоретично дослідити, розробити і провести психологічну корекцію агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі. Виконали завдання дослідження, які сформували на початку науково-дослідної роботи.

1. Провели теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми вивчення психологічної корекції агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі. Ми можемо зазначити, що велика увага приділялась діагностиці попередженню. Та корекції девіантної поведінки у підлітків такими відомими психологами як Г. С. Абрамовою, В. М. Бехтеревим, І. В. Дубровіною, А. Е. Лічко, К. К. Платоновим, Г. М. Потаніним та ін. [1, 13, 30].

2. Провели експериментальне дослідження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі у закладі «Загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів № 20 Вінницької міської ради». У дослідженні брали участь учні 8-х класів (n=60).

Підібрали методики для даного дослідження: методика «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42], Hand-test (Б. Брайклін, З. +Піотровський, Е. Вангер) [15], «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63], опитувальник Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40]. Дані методики допомогли нам дослідити індекс агресивності та ворожості, тенденції до прояву агресивності, рівень агресивності у підлітків та типи акцентуацій характеру.

За вище згаданими методиками отримали такі результати: високий індекс агресивності притаманний 32 учням (53,3%), високий індекс ворожості проявляється в 25 учнів (41,7%).

За даними методики Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вангер) [15] у 16-ти учнів (26,7%) агресивність явно проявляється як тенденція у поведінці чи реальність.

У більшості підлітків, яким притаманний високий рівень агресивності, проявляється: демонстративний тип, який притаманний 7 учням (11,6%); гіпертимний у 4 учнів (6,7%); емотивний проявляється у 4 учнів (6,7%) та збудливий тип у 3-х учнів (5%).

Дані результати методики «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63] показали, що високий рівень агресивності у 28 учнів (46,7%).

Отримані результати, які вказують на те, що з 60 досліджуваних 18-ти досліджуваним притаманний високий рівень агресивності, тому для кращого порівняння результатів, ми вивели їхні дані у додаткові таблиці (див. додаток Ж, додаток К) і для подальшого аналізу поділили на дві групи.

3. Провели психологічну корекцію агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі у вигляді заняття з елементами тренінгу. Психокорекційна програма, яку ми розробили, призначена для роботи з підлітками з 13 до 15 років; оптимальна чисельність групи – 10-12 чоловік. Програма розрахована на 5 занять по 60 хвилин, яка проходила протягом одного тижня.

4. Провели повторне дослідження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі та здійснили кореляційний аналіз результатів двох зрізів.

У контрольній групі за методикою «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) [63] (див. додаток Л) отримали такі результати: високий рівень агресивності мають 7 учнів з 9-ти (77,8%) і лише у 2х учнів середній рівень агресивності, а саме 22,2% (див. рис. 3.2.1.).

У контрольній групі за даними методики «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42] були отримані наступні результати: високий індекс агресивності є у 8 учнів (88,9%), відповідно середній рівень агресивності проявився лише у одного учня (11,1%), високий індекс ворожості проявляється у 7 учнів (77,8%) та середній індекс ворожості у 2х учнів (22,2%) (див. рис. 3.2.2.).

Результати методики Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вагнер) [15] показали те, що дані у контрольній групі істотно не змінилися (див. додаток М). У 7-ми учнів (77,8%) з 9-ти агресивність явно проявляється як тенденція у поведінці чи реальність (див. таблиця 3.2.1.).

Наступною була методика Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40]. Демонстративний тип у 4 учнів (44,4%), гіпертимний мають 3 учні (33,3%), емотивний тип – 1 учень (11,1%).

Провівши методики у експериментальній групі отримали дещо інші результати, а саме дані методики «Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку) (див. таблиця Л) такі: високий рівень агресивності лише у 3х учнів (33,3%), коли середній рівень мають 6 учнів (66,7%) (див. рис. 3.2.5.).

За методикою «Дослідження показників та форм агресії» (А. Басс, А. Дарка) [42] (див. таблиця Л) у 2х учнів (22,2%) високий індекс агресивності та у 2х учнів (22,2%) високий індекс ворожості, коли 7 учнів (77,8%) мають середній індекс агресивності та індекс ворожості (див. рис. 3.2.6.).

Дані методики Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вагнер) [15] (див. додаток М) у експериментальній групі вказують на те, що результати у досліджуваних покращились (див. таблиця 3.2.2.). Після психологічної корекції 7 учнів (77,8%) виявились не агресивно спрямованими, у 2-х учнів (22,2%) результат не змінився – агресивність явно проявляється (див. рис. 3.2.7.).

Результати методики Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К. Леонгардом» [40], вказують на те, що сильно результати ми не змогли змінити, тому що як відомо, акцентуації характеру не змінні (див. додаток М). Високі показники прояву демонстративного типу залишились у 2 учнів (22,2%), високих показників гіпертимного типу не виявилось. Виражений емотивний тип у одного учня (11,1%), у 2 інших результати дещо знизились. Збудливий тип також не змінився у 1 учня (11,1%).

Провівши кореляційний аналіз результатів першого та другого емпіричних досліджень за допомогою t-критерія Стюдента у програмі IBM SPSS Statistics 22, ми зробили висновок, що запропонована нами психологічна корекція була ефективною у зниженні рівня агресивної поведінки підлітків, оскільки кореляційний аналіз результатів вказує на те і існує висока значущість результатів, тобто високий кореляційний зв'язок. Результати можна побачити і таблицях 3.3.1 та 3.3.2.

5. Розробили рекомендації щодо попередження та зниження агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі, які допоможуть вчителям контролювати прояв агресивності у підлітків та завчасно її попереджати.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология / Г. С. Абрамова. – М. : Акад. Проект : Альма Матер, 2006. – 700 с.
2. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие / Под ред. Н. М. Платоновой. – СПб. : Речь, 2006. – 336 с.
3. Актуальні питання сучасної психології : збірник наукових праць / [за ред. : Кузікової С. Б., Щербакової І. М.]. – Суми : Вид-во Сум ДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. – Т. 2 – 344 с.
4. Бандура А. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М. : Эксмо-Пресс, 1999. – 120 с.
5. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. – СПб. : ПРАЙМ ЕВРОЗНАК, 2001. – 512 с.
6. Бродовська В. Й. Тлумачний російсько-український словник психологічних термінів: Словник / В. Й. Бродовська, В. О. Грушевський, І. П. Патрик. – К. : ВД «Професіонал», 2007. – 512 с.
7. Бэрон Р. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. – СПб.: Питер, 2001. – 352 с.
8. Вишинська Т. Формування агресивної поведінки в підлітків. Супровід виховного процесу / Т. Вишенська // Психолог. – 2012. – Листопад (№22). – С. 4-6.
9. Выготский Л. С. Педология подростка / Л. С. Выготский Собр.соч. : М., 1982. – 73 с.
10. Глебов В. В. Профилактика агрессивного поведения подростков / В. В. Глебов // Проф. образование. – 2008. – №5. – С. 16–17.
11. Дитина у кризовому соціумі: як її розуміти і виховувати / Упоряд. Л. Шелестова. – К. : Ред. загально пед. газ., 2004. – 128 с.

12. Дубинин С. Н. Агрессия как стратегия адаптации девиантных подростков / С. Н. Дубинин // Среднее профессиональное образование. – 2013. – 44 с.
13. Дубровина И. В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, Е. Е. Данилова, Т. В. Вохмянина; Под ред. И.В.Дубровиной. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – 160с.
14. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – М., – 1989, – С.34-59.
15. Елисеев О. П. Практикум по психологии личности / О. П. Елисеев. – 2-е изд. испр. и перераб. – СПб. : Питер, 2008. – С. 310-327
16. Жмайло І. Взаємини підлітків: психологічні особливості / І. Жмайло // Психолог. – 2012. – №9. – С. 18-20.
17. Захаров А. И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка / А. И. Захаров . Изд. 2-е. М., 1993. – 255 с.
18. Захаров А. И. Психотерапия неврозов у детей и подростков / А. И. Захаров. – М. : Медицина, 1982. – 216 с.
19. Зимелева З. А. Агрессивное поведение подростков и личность родителей / З. А. Зимелева // Психолог. наука и образование. – 2001. – №4. – С. 22–27.
20. Иванова В. В. Причины та форми агресивної поведінки підлітків / В. В. Иванова // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – №5. – С. 14-16.
21. Ільїн Є. П. Емоції і почуття / Є. П. Ільїн. – СПб. : Пітер, 2001. – 752с.
22. Калошин В. Ф. Практикум по решению критических педагогических ситуаций / В. Ф. Калошин // Управление школой. – 2012. – №31/33. – С. 82-90.

23. Кириленко И. Н. Психологические детерминанты агрессивного поведения подростков / И. Н. Кириленко // Гуманитарные и социально-эконом. науки. – 2006. – №2. – С. 201-203.
24. Кобзева О. В. Динамика агрессивности и ее взаимодействия с личностными особенностями в подростковом и юношеском возрастах: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2011.
25. Коннор Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков / Д. Коннор. – СПб. : «прайм-ЕВРОЗНАК», 2005. – 288 с.
26. Кравчук С. Гнів та образа як емоційні прояви особистості / С. Кравчук // Соціальна психологія – 2006. - №2. – С. 104-112.
27. Кудрявцева Л. Типология агрессии у детей и подростков / Л. Кудрявцева // Народ. образование. – 2005. – №8. – С. 193–195.
28. Курбатова Т. И., Муляр О. И. Проективная методика исследования личности «Hand-тест» (руководство по использованию) / Т. И. Курбатова, О. И. Муляр. – СПб. : Иматон, 1995. – 156 с.
29. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій): Навчальний посібник / В. П. Кутішенко – К. : Центр учбової літератури, 2010. – 128 с.
30. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. / А. Е. Личко. – СПб. : Речь, 2009. – 256 с.
31. Ляльчук Г. Д. Підліток і реальний світ: корекційно-розвивальна програма / Г. Д. Ляльчук // Психологічна газета. – 2007. Серпень. №15. – С. 3-23.
32. Малкина-Пых И. Г. Справочник практического психолога. / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Изд-во Эксмо, 2011. – 992 с.
33. Масагутов Р. М. Детская подростковая агрессия / Р. М. Масагутов. Уфа : УГНТУ, 2002. – 220 с.
34. Миклеева, А. В. Я – подросток. Мир эмоций: Программа уроков психологии / А. В. Миклеева – СПб., 2013. – 336 с.

35. Мізерна О. О. Проблеми дослідження агресивної поведінки підлітків / О. О. Мізерна // Психологія. Збірник наукових праць НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 17. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2002. – С. 152-156.
36. Можгинский Ю. Б. Агрессивность детей и подростков: Распознавание, лечение, профилактика / Ю. Б. Можгинский. – М. «Когито-центр», 2006. – 181 с.
37. Можгинский Ю. Б. Агрессия подростков. Эмоциональный и кризисный механизм / Ю. Б. Можгинский. – СПб.: МВД-СПбГУ, 1999. – 128 с.
38. Подоляк Л. Г. Конспекти з вікової та педагогічної психології . П'ятий конспект. Психологія підліткового віку (від 11 до 14-15 років) / Л. Г. Подоляк // Психологічна газ. – 2004. – Вересень. №18. – С. 24-31.
39. Психолого-педагогічна характеристика підліткового віку // Психолог. – 2003. – Вересень. №34. – С. 26-28.
40. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Д. Я. Райгородский – Самара: Издат. дом «БАХРАХ-М», 2002 – С. 274-281.
41. Реан А. А. Агресія та агресивність особистості / А. А. Реан // Психологічний журнал. – 1996. – № 5. – С.3-18.
42. Ретанова Т. А. Психодиагностические методы изучения личности: учеб.пособие / Т. А. Ретанова, Н. Ф. Шляхта. – 5-е изд. – М. : Флинта: МПСИ, 2008. – с. 71-78.
43. Романко О. А. Особенности формирования агрессивности в подростковом возрасте / О. А. Романко // Психология обучения. – 2010. – 63 с.
44. Рудестам К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – М. : Прогресс, 1990. – 186 с.
45. Саєнко Н. Робота з «проблемними» підлітками / Н. Саєнко // Психолог. – 2005. – Березень. №11. – С. 13-14.

46. Семенюк Л. М. Психология агрессивного поведения. – М.: Мир, 1994. – 148 с.
47. Семенюк Л. М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции: Учебное пособие / Л. М. Семенюк – М. : Московский психолого-социальный институт: Флинта, 1998. – 310 с.
48. Слотина Т. В. Смысложизненная концепция и агрессивность учащихся подростков : автореферат дисс. ... канд. психол.наук. – СПб., 2002.
49. Смирнова Т. П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей / Т. П. Смирнова. – Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 160 с.
50. Социальная психология: ключевые идеи / под ред. Р. Бэрн, Д. Бирн, Д. Джонсон. – 4-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.
51. Степанов П. Подростки: Специфика возраста – специфика воспитания / П. Степанов // Специальная педагогика. – 2006. – №4. – С. 75-82.
52. Технологія тренінгу / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз / За заг. ред. С. Максименко – К. : Главник, 2005. – 112 с.
53. Титарева Т. Психопрофілактика агресивної поведінки підлітків / Т. Титарева // Соціальний працівник. – 2007. – №5. – С. 16-25., с. 16
54. Туріщева Л. В. Підліткова агресія / Л. В. Туріщева // Історія та правознавство. – 2007. – №33. – С. 14-15.
55. Ушанова А. А. Личностные детерминанты агрессии подростков: автореф. дис.... канд. психол. наук. Ярославль, 2009.
56. Федорченко Т. Методи колекційної роботи з агресивними дітьми і підлітками / Т. Федорченко // Рідна школа. – 2007. – №2. С. 12-15.
57. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм – М. : Республика, 1994. – 640 с.
58. Червона Т. Навіщо підліткам перехідний вік / Т. Червона // Психолог. – 2003. – Січень №2. – С. 37-38.

59. Шинкаренко С. Психологічні особливості підлітків: робота з батьками / С. Шинкаренко // Сучасна школа України – 2011. – Листопад №11. – С. 47-51.
60. Шнейдер Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков / Л. Б. Шнейдер – М. : Академический Проект; Трикста, 2005. – 336 с.
61. Шубенко Н. Некерована дитина / Н. Шубенко // Пані вчителька. – 2007. – № 5. – С. 51-54.
62. Щербина В. Кризи дітей та підлітків / В. Щербина // Психолог. – 2011. – Вересень №33. – С. 15-16.
63. Інтернет-ресурс: <http://bibl.com.ua/pshologiya/19772/index.html>.

**Методика діагностики показників і форм агресії
(А. Басс та А. Дарка) адаптація А. К. Осницького**

Прочитуючи чи прослуховуючи твердження, приміряйте, наскільки вони відповідають вашому стилю поведінки, вашому образу життя і одним з чотирьох можливих відповідей: "так", "можливо, так", "можливо, ні", "ні".

1. Іноді не можу справитися з бажанням нашкодити кому-небудь.
2. Іноколи можу розповсюджувати плітки про людей, яких не люблю.
3. Легко виходжу з себе, проте легко й заспокоююсь.
4. Якщо до мене не звернутись по-доброму, прохання не виконаю.
5. Не завжди отримую те, що мені належить.
6. Знаю, що люди говорять про мене за мою спиною.
7. Якщо не схвалюю вчинки інших людей, даю їм це відчути.
8. Якщо трапляється обманути когось, відчуваю докори сумління.
9. Мені здається, що я не здатен вдарити людину.
10. Ніколи не роздратовуюсь настільки, щоб розкидати речі.
11. Завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Коли встановлене правило не подобається мені, хочеться його порушити.
13. Інші майже завжди вміють скористатися за сприятливих умов.
14. Мене насторожують люди, які відносяться до мене більш дружньо, ніж я очікував.
15. Часто буваю не згоден з людьми.
16. Іноді в голову приходять думки, за які мені соромно.
17. Якщо хто-небудь вдарить мене, я не відповім тим же.
18. При роздратуванні грюкаю дверима.
19. Я більш роздратований, ніж здається зі сторони.
20. Якщо хтось корчить з себе начальника, я роблю йому наперекір.
21. Мене трохи засмучує моя доля.
22. Думаю, багато людей не люблять мене.
23. Не можу втриматись від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.
24. Ті, хто уникають роботи, повинні мати відчуття провини.
25. Хто ображає мене чи мою сім'ю, наражається на бійку.
26. Я не здатен на грубі жарти.
27. Мене охоплює злість, коли наді мною насміхаються.
28. Коли люди вдають із себе начальників, я роблю все, щоб вони не зазнавались.

29. Майже щотижня бачу кого-небудь з тих, хто мені не подобається.
30. Досить багато людей заздрять мені.
31. Вимагаю, щоб люди поважали мої права.
32. Мене засмучує, що я мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, які постійно "дістають" нас, заслуговують на те, щоб їм дали щигля по носі.
34. Від злості інколи буваю похмурий.
35. Якщо до мене відносяться гірше, ніж я на те заслуговую, я не засмучуюсь.
36. Якщо хтось намагається вивести мене із себе, я не звертаю уваги.
37. Хоч я і не показую того, іноді мене мучить заздрість.
38. Інколи мені здається, що наді мною сміються.
39. Навіть якщо злюся, не використовую грубих висловів.
40. Хочеться, щоб всі мої гріхи були прощені.
41. Рідко даю здачі, навіть коли хто-небудь вдарить мене.
42. Ображаюсь, коли іноді виходить не по-моєму.
43. Інколи люди роздратовують мене своєю присутністю.
44. Нема людей, яких би я по-справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: "ніколи не довіряй чужакам".
46. Якщо хтось дратує мене, готовий сказати йому все, що про нього думаю.
47. Роблю багато такого, про що потім жалкую.
48. Якщо рознервуюсь, можу вдарить кого-небудь.
49. З десяти років у мене не було вибухів гніву.
50. Часто відчуваю себе як порохова бочка, готова вибухнути.
51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко дійти згоди.
52. Завжди думаю про те, що за таємні причини примушують людей робити щось приємне мені.
53. Коли кричать на мене, кричу у відповідь.
54. Невдачі засмучують мене.
55. Б'юся не рідше і не частіше інших.
56. Можу згадати випадки, коли був настільки злим, що хапав першу річ під рукою та ламав її.
57. Інколи відчуваю, що готовий першим почати бійку.
58. Інколи відчуваю, що життя зі мною обходиться несправедливо.
59. Раніше думав, що більшість людей говорить правду, але тепер в це не вірю.

60. Сварюся тільки від злості.
61. Коли вчиняю неправильно, відчуваю докори сумління.
62. Якщо для захисту своїх прав потрібно застосувати фізичну силу, я застосую її.
63. Інколи виражаю свою злість тим, що стукаю по столу.
64. Буваю грубим по відношенню до людей, котрі мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, які б не хотіли мені нашкодити.
66. Не вмю поставити людину на місце, навіть коли вона на це заслуговує.
67. Часто думаю, що живу неправильно.
68. Знаю людей, які можуть довести мене до бійки. * 69. Не сумую із-за дрібниць.
70. Мені рідко приходить в голову думка про те, що люди намагаються розізлити чи образити мене.
71. Часто просто погрожую людям, не збираючись виконувати свої погрози.
72. Останнім часом я став занудою.
73. У суперечці часто підвищую голос.
74. Намагаюся приховати погане відношення до людей.
75. Краще погоджуся з чимось, аніж стану сперечатися.

При обробці даних в звичайних умовах відповіді "ТАК" і "МОЖЛИВО, ТАК" об'єднуються (сумуються як відповіді "ТАК"), так же як і відповіді "НІ" і "МОЖЛИВО, НІ" (сумуються як відповіді "НІ").

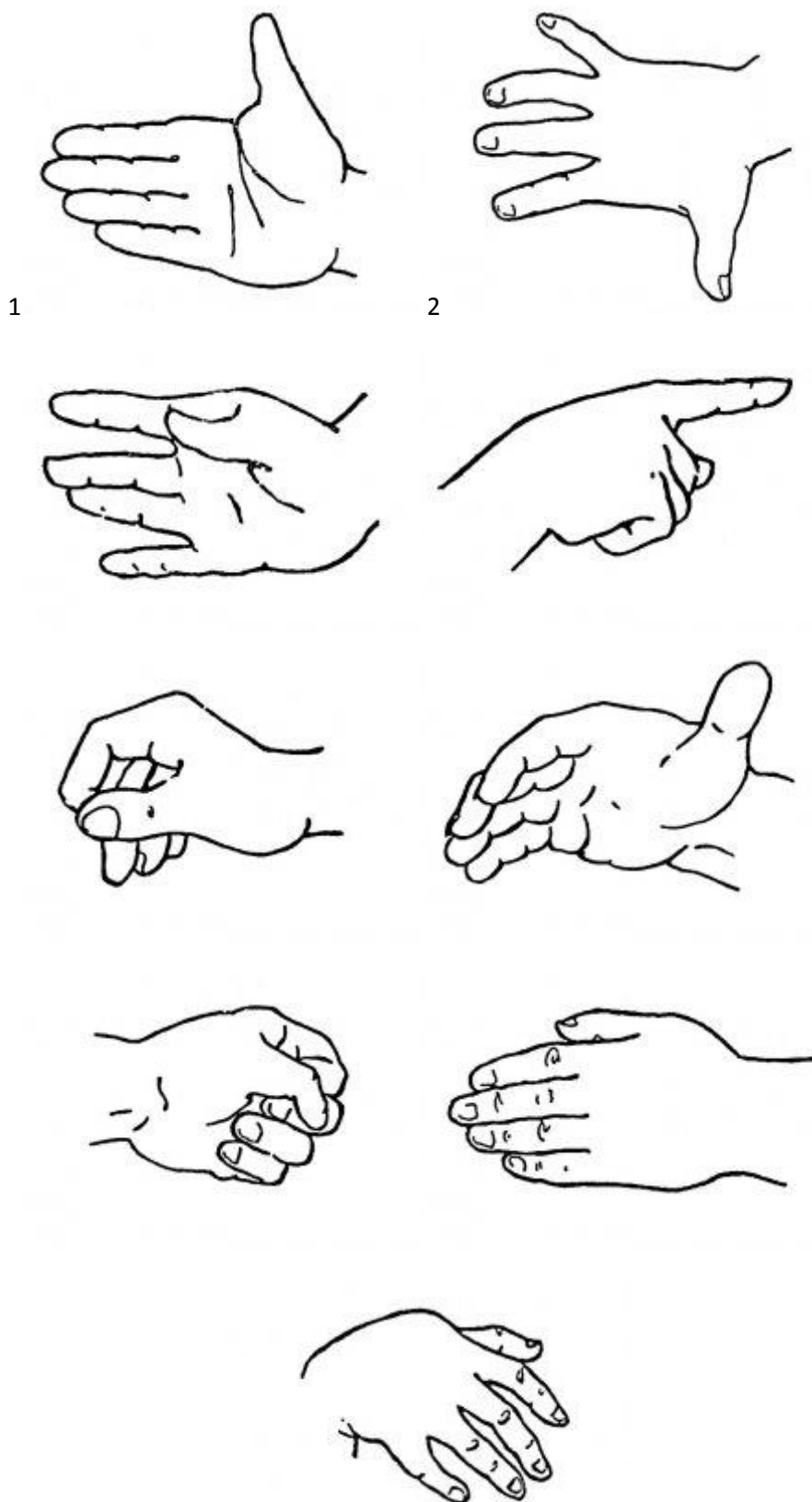
КЛЮЧ

1. ФІЗИЧНА АГРЕСІЯ (K=11): 1+, 9-, 17-, 25+, 33+, 41+, 48+, 55+, 62+, 68+.
2. ВЕРБАЛЬНА АГРЕСІЯ (K=8): 7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66-, 71+, 73+, 74-, 75-.
3. ОПОСЕРЕДКОВАНА АГРЕСІЯ (K=13): 2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 42+, 49-, 56+, 63+.
4. НЕГАТИВІЗМ (K=20): 4+, 12+, 20+, 28+, 36-.
5. РОЗДРАТУВАННЯ (K=9): 6+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+.
6. ПІДОЗРЛИВІСТЬ (K=11): 6+, 14+, 22+, 30+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-.
7. ОБРАЗА (K=13): 5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.
8. ВІДЧУТТЯ ПРОВІНИ (K=11): 8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 7+.

Номери питань зі знаком "-" потребують і реєстрації відповіді з протилежним знаком: якщо була відповідь "ТАК", то ми його реєструємо як відповідь "НІ", якщо була відповідь "НІ", реєструємо як відповідь "ТАК".

Сумарні показники: ("1" + "2" + "3") : 3 = ІА - індекс агресивності; ("6" + "7") : 2 = ІВ - індекс ворожості.

Hand-test (Б. Брайклін, З. Піотровський, Е. Вагнер)
(Роздатковий матеріал)



**Опитувальник Х. Шмішека «Діагностика типів акцентуацій за К.
Леонгардом»**

Інструкція. Вам пропонують твердження і запитання, що стосуються вашого характеру. Якщо ви згодні з твердженням чи відповідаєте на запитання “так”, то поставте поруч з номером запитання знак “+”, якщо ж не згодні чи відповідаєте “ні”, то знак “-”. Над відповідями довго думати не слід, правильних і неправильних відповідей тут немає.

1. У вас частіше буває веселий і безтурботний настрій?
2. Ви чутливі до образ?
3. Чи буває так, що у вас на очі навертаються сльози в кіно, театрі, у бесіді тощо?
4. Зробивши що – не будь, ви сумніваєтеся, чи все зроблено правильно, і не заспокоюєтеся доки не переконаєтеся ще раз у ньому?
5. У дитинстві ви були таким само сміливим, як інші ваші однолітки?
6. Чи часто у вас різко змінюється настрій від стану безмежної радості до відрази до життя, до себе?
7. Чи є ви зазвичай центром уваги в суспільстві, у компанії?
8. Чи буває так, що ви безпричинно знаходитеся в такому буркотливому настрої, що з вами краще не розмовляти?
9. Ви серйозна людина?
10. Чи здатні ви захоплюватися чим – не будь?
11. Чи заповзятливі ви?
12. Ви швидко забуваєте, якщо вас хтось скривдить?
13. Чи м'якосерді ви?
14. Опускаючи листа у поштову скриньку, чи перевіряєте ви проводячи рукою по щілині скриньки, що він упав у неї?
15. Чи прогнете ви завжди бути серед кращих працівників?
16. Чи бувало вам у дитинстві страшно під час грози чи при зустрічі з чужим собакою (а може бути, таке почуття буває і тепер)?
17. Ви прагнете в усьому і всюди зберігати порядок?
18. Ваш настрій залежить від зовнішніх обставин?
19. Чи люблять вас ваші знайомі?
20. Чи часто у вас буває почуття внутрішнього занепокоєння, відчуття можливої неприємності, лиха?
21. У вас часто буває трохи подавлений настрій?
22. Чи переживали ви хоча б раз істерику чи нервовий зрив?

23. Чи важко вам довго сидіти на місці?
24. Якщо стосовно вас несправедливо вчинили, ви зазвичай вважаєте потрібним енергійно обстоювати свої інтереси.
25. Чи можете ви зарізати курку чи вівцю?
26. Вас дратує, якщо вдома штора чи скатертина висять нерівно, і ви відразу ж намагаєтеся поправити їх.
27. Ви в дитинстві боялися залишатися на самоті вдома?
28. Чи часто у вас бувають безпричинні коливання настрою?
29. Ви прагнете бути висококваліфікованим працівником у своїй професії?
30. Чи швидко ви починаєте сердитися чи впадати в гнів?
31. Чи можете ви бути абсолютно безтурботним?
32. Чи буває так, що відчуття повного щастя буквально переповнює вас?
33. Як ви думаєте, вийшов би з вас ведучий гумористичного концерту?
34. Ви зазвичай висловлюєте власну думку досить відверто, прямо і недвозначно?
35. Вам важко переносити вигляд крові, він викликає у вас неприємні відчуття?
36. Чи подобається вам робота з великою особистою відповідальністю?
37. Ви схильні виступати на захист осіб, щодо яких допущена несправедливість.
38. Було б вам страшно спускатися в темний підвал?
39. Ви віддаєте перевагу роботі, в якій треба діяти швидко, але вимоги до якості виконання невисокі?
40. Чи товариські ви?
41. У школі ви охоче декламували вірші.
42. Чи тікали ви в дитинстві з дому?
43. Чи здається вам життя важким?
44. Чи буває так, що після конфлікту, образи ви були так розстроєні, що йти на роботу здавалося просто нестерпним?
45. Чи можна сказати, що при невдачі ви не втрачаєте почуття гумору?
46. Якби вас хто – не будь скривдив, зробили б ви першим крок до примирення?
47. Ви дуже любите тварин?
48. Ви іноді повертаєтеся, щоб переконатися, що залишили домівку або робоче місце в порядку, і там нічого непередбаченого не трапиться?
49. Вас іноді переслідує незрозуміла думка, що з вами чи вашими близькими може трапитися щось страшне?
50. Чи вважаєте ви, що ваш настрій дуже мінливий?
51. Чи важко вам виступати перед великою кількістю людей?

52. Ви можете вдарити кривдника, якщо він вас образить?
53. У вас дуже велика потреба в спілкуванні з іншими людьми?
54. Ви належите до тих, хто при будь яких розчаруваннях впадає в глибокий розпач?
55. Вам подобається робота, що вимагає енергійної організаторської діяльності?
56. У вас вистачає наполегливості досягати поставленої мети, незважаючи на те що на шляху до неї доводиться долати чимало перешкод?
57. Трагічний фільм може схвилювати вас так, що на очах виступають сльози?
58. Чи часто вам буває важко заснути через те, що проблеми пережитого чи майбутнього дня увесь час крутяться в голові?
59. У школі ви підказували чи давали списувати товаришам?
60. Вам знадобилась би велика напруга волі, щоб пройти вночі одному через цвинтар?
61. Чи ретельно ви стежите за тим, щоб удома кожна річ була завжди на своєму місці?
62. Чи буває так, що ви лягаєте ввечері спати в гарному настрої, а ранком встаєте в пригніченому, що триває ледве не весь день?
63. Чи легко ви звикаєте до нових ситуацій?
64. Чи бувають у вас головні болі?
65. Ви часто смієтеся?
66. Ви можете бути привітним навіть з тими, кого ви не цінуєте і не поважаєте?
67. Ви рухлива людина?
68. Ви дуже переживаєте через несправедливість?
69. Ви настільки любите природу, що можете назвати її своїм другом?
70. Ідучи з дому, лягаючи спати, перевіряєте ви, чи закритий газ, чи погашене світло, чи замкнені двері?
71. Ви дуже боязкі?
72. Чи змінюється ваш настрій при вживанні алкоголю?
73. В юності ви охоче брали участь у художній самодіяльності?
74. Ви розцінюєте життя трохи песимістично, без очікування радості?
75. Чи часто вас тягне подорожувати?
76. Ваш настрій може змінюватися так різко, що стан радості раптом змінюється похмурістю і пригніченістю?
77. Чи легко вам удається підняти настрій друзів у компанії?
78. Чи довго ви переживаєте образу?

79. Чи довго ви переживаєте прикрасі інших людей?
80. Будучи школярем, ви нерідко переписували сторінку, якщо випадково ставили на ній пляму.
81. Ви ставитеся до людей скоріше з обережністю і недовірою, ніж довірливістю?
82. Чи часто ви бачите страшні сни?
83. Чи буває, що ви остерігаєтеся того, що кинетеся під колеса прямуючого потягу чи випадете з вікна, розташованого на високому поверсі?
84. У веселій компанії ви зазвичай веселі?
85. Чи здатні ви відволіктися від важких проблем, що вимагають вашого рішення?
86. Ви стаєте менш стриманим і почуваетесь вільнішим під впливом алкоголю?
87. У бесіді ви скупі на слова?
88. Якби вам треба було грати на сцені, ви змогли б увійти в роль настільки, що це тільки гра?

Обробка результатів

Для зручності обробки результатів можна виготовити трафарети згідно з ключем, які накладаються на бланк відповідей, заповнений випробуванням. Потім здійснюється підрахунок відповідей, відповідних ключу і помножених згідно йому на 2, 3 або 6. При збігу відповіді на питання з ключем відповіді привласнюється один бал.

Ключ

1. Демонстративність/демонстративний тип: «+»: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88. «-»: 51.

Суму відповідей помножити на 2.

2. Неврівноваженість/неврівноважений тип: «+»: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81. «-»: 12, 46, 59.

Суму відповідей помножити на 2.

3. Педантичність/педантичний тип: «+»: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83. «-»: 36.

Суму відповідей помножити на 2.

4. Збудливість/Збудливий тип: «+»: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.

Суму відповідей помножити на 3.

5. Гіпертимність/гіпертимний тип: «+»: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.

Суму відповідей помножити на 3.

6. Дистимність/дистимний тип: «+»: 9, 21, 43, 75, 87. «-»: 31, 53, 65.

Суму відповідей помножити на 3.

7. Тривожність/тривожно-боязливий тип: «+»: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82. «-»: 5.

Суму відповідей помножити на 3.

8.Екзальтованість/афективно-екзальтований тип: «+»: 10, 32, 54, 76.

Суму відповідей помножити на 6.

9.Емотивність/емотивний тип: «+»: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79.«-»: 25.

Суму відповідей помножити на 3.

10.Циклотимність/циклотимний тип: «+»: 6, 18,28,40,50,62,72,84.

Суму відповідей помножити на 3.

«Діагностика самооцінки психічних станів» (по Г. Айзенку)

Пропонується опис різних психічних станів. Якщо цей стан часто спостерігається, то ставиться 2 бали, якщо цей стан буває, але зрідка, то ставиться 1 бал, якщо зовсім не підходить - 0 балів.

I

- 1) Не відчуваю в собі впевненості.
- 2) Часто через дрібниці червонію.
- 3) Мій сон неспокійний.
- 4) Легко впадаю у відчай.
- 5) Турбуюся навіть про уявні неприємності.
- 6) Мене лякають труднощі.
- 7) Люблю копатися в своїх недоліках.
- 8) Мене легко переконати.
- 9) Я недовірливий.
- 10) Я насилу переносю час очікування.

II

- 11) Нерідко мені здаються безвихідними положення, з яких все-таки можна знайти вихід.
- 12) Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом.
- 13) При великих неприємностях я схильний без достатніх підстав звинувачувати себе.
- 14) Нещастя і невдачі нічому мене не вчать.
- 15) Я часто відмовляюся від боротьби, вважаючи її безплідною.
- 16) Я нерідко відчуваю себе беззахисною.
- 17) Іноді у мене буває стан відчаю.
- 18) Я відчуваю розгубленість перед труднощами.
- 19) У важкі хвилини життя іноді поведжуся по-дитячому, хочу, щоб пожаліли.
- 20) Вважаю недоліки свого характеру невиправними.

III

- 21) Залишаю за собою останнє слово.
- 22) Нерідко в розмові перебиваю співрозмовника.
- 23) Мене легко розсердити.
- 24) Люблю робити зауваження іншим.
- 25) Хочу бути авторитетом для інших.

- 26) Я не задовольняюся малим, хочу найбільшого.
- 27) Коли гнів Мій, погано себе стримую.
- 28) Віддаю перевагу керувати, ніж підкорятися.
- 29) У мене різка, грубувата жестикуляція.
- 30) Я мстивий.

IV

- 31) Мені важко змінювати звички.
- 32) Мені нелегко переключати увагу.
- 33) Дуже насторожено ставлюся до всього нового.
- 34) Мене важко переконати.
- 35) Нерідко у мене не виходить з голови думка, від якої слід було б звільнитися.
- 36) Нелегко зближуюся з людьми.
- 37) Мене засмучують навіть незначні порушення плану.
- 38) Нерідко я проявляю впертість.
- 39) Неохоче йду на ризик.
- 40) Важко переживаю відхилення від прийнятого мною режиму дня.

Обробка результатів.

Підрахуйте суму балів за кожну групу питань:

- I 1 ... 10 питання - тривожність;
- II 11 ... 20 питання - фрустрація;
- III 21 ... 29 питання - агресивність;
- IV 31 ... 40 питання - ригідність.

Оцінка та інтерпретація балів.

I. Тривога: 0 ... 7 - не тривожні; 8 ... 14 балів - тривожність середня, припустимого рівня; 15 ... 20 балів - дуже тривожний.

II. Фрустрація (фрустрованість): 0 ... 7 балів - не має високої самооцінки, стійкі до невдач, не боїться труднощів; 8 ... 14 балів - середній рівень, фрустрація має місце; 15 ... 20 балів - у вас низька самооцінка, ви уникаєте труднощів, боїться невдач, фрустровані.

III. Агресивність: 0 ... 7 балів - ви спокійні, витримані; 8 ... 14 балів - середній рівень агресивності; 15 ... 20 балів - ви агресивні, не витримані, є труднощі при спілкуванні та роботі з людьми.

IV. Ригідність: 0 ... 7 балів - ригідності немає, легко переключається", 8 ... 14 балів - середній рівень; 15 ... 20 балів - сильно виражена ригідність, незмінність поведінки, переконань, поглядів, навіть якщо вони розходяться, не відповідають реальній обстановці, життя. Вам протипоказані зміна роботи, зміни в сім'ї.

Психокорекційна програма агресивної поведінки підлітків у навчально-виховному процесі

День 1

Вправа «Привітатись дивним рухом»

Назвати своє ім'я, або представитись так, як хочете, щоб вас називали у групі і привітатись з усіма незвичним рухом або жестом – заявити про себе. Далі всі учасники мають повторити цей рух – прийняття в коло.

Вправа «Передай імпульс»

Ціль: створити взаємодію учасників

Інструкція: всі учасники і тренери беруться за руки і ланцюговою послідовністю передають потискання по колу. Через кілька таких «потоків» хтось із тренерів передає потискування в іншу сторону. Імпульси зустрічаються, увага учасників поступово переключається на взаємодію.

Вправа "Прогноз погоди"

Мета: навчити дитину прийнятним способом повідомити про свій поганий настрій, поважати стан душі іншої людини.

Матеріали: Папір і воскова крейда.

Інструкція: Іноді кожному з нас буває необхідно побути наодинці з самим собою. Може бути, ви занадто рано встали і відчуваєте себе не відпочившим, може бути, що хтось зіпсував вам настрій. І тоді цілком нормально, якщо інші залишать вас на деякий час у спокої, щоб ви змогли відновити свою внутрішню рівновагу.

Якщо з вами трапиться таке, ви можете дати нам зрозуміти, що вам хочеться побути на самоті, щоб до вас ніхто не підходив. Зробити це можна так: ви можете показати свій "прогноз погоди". Тоді всім буде зрозуміло, що на якийсь час вас потрібно залишити в спокої.

Візьміть аркуш паперу і воскову крейду і намалуйте малюнок, який буде відповідати вашому настрою в таких випадках. Або просто напишіть великими розфарбованими літерами слова "Штормове попередження". Таким способом ви можете показати іншим, що у вас зараз "погана погода", і вас краще не чіпати. Якщо ви відчуваєте, що вам хочеться спокою, ви можете покласти аркуш перед собою на стіл, щоб всі знали про це. Коли ви відчуєте себе краще, можете "дати відбій". Для цього намалуйте невелику картинку, на якій з-за дощу і хмар починає прозирати сонце або покажіть своїм малюнком, що для вас сонце вже світить щосили.

Заохочення використання "прогнозів погоди" дітьми допоможе створити гармонійну атмосферу в групі, навчить вважатися з настроєм один одного. Якщо дорослий буде час від часу подавати дітям свій особистий "прогноз погоди", це дозволить їм брати до уваги настрій і душевний стан дорослого.

Рефлексія. Відбувається обговорення малюнків.

Вправа «Дощик»

Ціль: для підкріплення позитивного ефекту.

Інструкція: діти по черзі сідають на стілець в середині кола, а всі інші легенькими доторками гладили і приказували: «ш-ш-ш-ш-ш, кап-кап-кап».

День 2

Вправа «Привітатись рухом»

Інструкція: привітатись з усіма незвичним рухом або жестом – заявити про себе. Далі всі учасники мають повторити цей рух – прийняття в коло. Учасники вільно рухаються по всій кімнаті, коли зустрічаються, мають привітатись особливим жестом, сказати що раді один одного бачити і запросити до роботи в групі.

Вправа «Камінчик в чоботі»

Ціль: навчити дітей за допомогою метафори сповіщати про свої труднощі.

Інструкція: Сядьте, будь ласка, в одне спільне коло. Можете розповісти мені, що коїться, коли у ваш чобіт потрапляє камінчик? Можливо, цей камінчик не сильно заважає, і ви залишаєте все як є. Може бути, навіть трапляється і так, що ви забуваєте про неприємний камінчик і лягаєте спати, а вранці надягаєте черевик, забувши витягнути з нього камінчик. Але через деякий час ви помічаєте, що нозі стає боляче. Зрештою, цей маленький камінчик сприймається вже як уламок цілої скелі. Тоді ви знімаєте взуття і витрушуєте його звідти. Однак на нозі може бути ранка, і маленька проблема стає великою проблемою.

Коли ми сердимось, буваємо чимось стурбовані або схвильовані, то спочатку це сприймається як маленький камінчик у черевіку. Якщо ми вчасно подбаємо про те, щоб витягти його звідти, то нога залишається цілою і неушкодженою, якщо ж ні, то можуть виникнути проблеми, і чималі. Тому завжди корисно як дорослим, так і дітям говорити про свої проблеми відразу, як тільки вони їх помітять. Якщо ви скажете нам: "У мене камінчик в черевіку", то всі ми будемо знати, що вам щось заважає і зможемо поговорити про це. Я хочу, щоб ви зараз гарненько подумали, немає зараз чогось такого, що заважало

би вам. Скажіть тоді: «В мене немає камінчика в черевіку», або: "У мене є камінчик у черевіку. Мені не подобається, що Максим (Петя, Катя) сміється над моїми окулярами". Розкажіть нам, що ще вас пригнічує.

Дайте дітям поекспериментувати з цими двома фразами в залежності від їх стану. Потім обговоріть окремі "камінці", які будуть названі.

Вправа «Буратіно та Мальвіна»

Інструкція: сидячи на стільцях діти за вказівкою тренера мають по чергово «дерев'яніти як Буратіно» та «обм'якати як Мальвіна». Вправа на м'язове розслаблення.

День 3

Вправа «М'яч - насос»

Інструкція: одна частина групи «м'ячі», що збулись, а інша – «насоси». Завдання «насосів» накачати «м'ячі». Вправа на підняття активності учасників.

Вправа «Спустити пар»

Мета: робота з гнівом і образами, які виникають у взаєминах між дітьми, а також між дітьми та вихователями.

Інструкція: Сядьте, будь ласка, в один загальний круг. Я хочу запропонувати вам гру, яка називається "Спустити пар". Грають в неї так.

Кожен з вас може сказати іншим, що йому заважає або на що він сердиться. Будь ласка, звертайтеся при цьому до конкретної людини. Наприклад: "Альона, мені прикро, коли ти говориш, що всі хлопці придуркуваті"; або: "Федю, я виходжу з себе, коли ти на зло мені скидаєш речі з моєї парти".

Будь ласка, не виправдовуйтеся, коли на вас будуть скаржитися. Просто уважно вислухайте все, що вам хочуть сказати. До кожного з вас дійде черга "спустити пар". Якщо комусь з вас буде зовсім не на що поскаржитися, то можна просто сказати: "У мене поки нічого не накопало і мені не потрібно "спускати пару".

Коли коло "спускання пари" завершиться, діти, на яких скаржилися, можуть висловитися з цього приводу.

А тепер подумайте про те, що вам сказали. Іноді ви можете змінити в собі те, що заважає іншим, іноді ви не можете або не хочете нічого міняти. Чи почули ви про щось таке, що можете і хочете змінити в собі? Якщо так, то ви можете сказати, наприклад: "Я не

хочу більше називати всіх хлопчаків придурками... Я більше не хочу скидати твої речі з парти".

Вправа «Спустити пар». Кожному учаснику роздається по повітряній кульці. Поки діти надувають кульки, вони повинні представляти кривдника. Затиснути рукою кульку, щоб повітря не виходив. Потім відкрити вихід для повітря, при цьому тримати м'яч, щоб він не вилетів. Поки повітря виходить, швидко сказати, що не подобається кривднику. Н-р: «Я ненавиджу, коли ти примушуєш мене прибирати».

Вправа «Стілець переможця»

Ціль: підкріплення самооцінки

Інструкція: учасники по черзі стають на стілець, а всі інші голосно хлопають в долоні, кричать «Молодець, в тебе все вийшло! Ти переміг!»

День 4

Вправа «Поросята-качечята-котенята»

Ціль: налаштування на взаємодію

Інструкція: діти рухаються по кімнаті та «говорять» кожен на «своїй мові». Завдання – порозумітись та «домовитись».

Вправа «Датський бокс»

Мета: показати дітям, що агресивність може бути і конструктивна.

Інструкція: Хто може розповісти мені про яку-небудь свою добру суперечку? Як все відбувалося? Чому цей спір ти вважаєш добрим? Про що ви сперечалися?

Я хочу показати вам, як за допомогою великого пальця руки ви можете провести хороший спір. Хорошим спір буває доти, поки ми дотримуємося правил ведення спору і радіємо з того, що і наш партнер виконує правила. При цьому ми не хочемо нікого образити.

Поділіться на пари і встаньте один навпроти одного на відстані витягнутої руки. Потім стисніть руку в кулак і притисніть його до кулака свого партнера так, щоб ваш мізинець був притиснутий до його мізинця, ваш безіменний — до його безіменного, ваш середній палець — до його середнього пальця, ваш вказівний — до його вказівного. Стійте так, немов ви прив'язані один до одного. Отже, вісім пальців притиснуті один до одного, а великі пальці вступають в бій. Спочатку вони спрямовані вертикально вгору. Потім один з вас рахує до трьох, і на рахунок "три" починається бокс. Перемагає той, чий

великий палець виявиться зверху, притиснувши великий палець партнера до руки хоча б на секунду. Після цього ви можете почати наступний раунд. Всі зрозуміли суть гри?

Кажуть, що цю гру придумали датські чоловіки, нудьгуючи в довгу темну зиму у себе на Півночі. Але в неї можуть грати і дівчатка, і хлопчики, тому що все залежить не від сили, а від швидкості реакції і гостроти очей. Можна виграти і хитрістю. Наприклад, якщо робити обманні рухи і кидки, піддаватися на час, щоб потім скористатися рухом пальця партнера вниз. Спробувавши пограти в цю гру пару раундів, ви відчуєте, що у вас виходить все краще і краще, і вам сподобається ця гра. Після п'яти раундів зробіть перерву, щоб рука відпочила, й виберіть собі іншого партнера. Прощаючись зі своїм партнером, вклоніться йому в подяку за чесне ведення боротьби.

Вправа «Агресивна поведінка»

Мета: Дослідження агресивної поведінки.

Матеріали: Папір і олівець — кожній дитині .

Інструкція: Візьміть кожен по аркушу паперу і напишіть на ньому все, що робить людина, про яку можна сказати: "Так, він дійсно агресивний". Випишіть невеликий рецепт, слідуючи яким, можна створити агресивну дитину. Наприклад: пара міцних кулаків, гучний голос, велика порція жорстокості і т. д. (Потім попросіть кількох хлопців продемонструвати елементи такої поведінки, а група повинна відгадувати, що саме вони показують.)

А тепер подумайте про те, які елементи агресивної поведінки ти зустрічаєш тут, у цій групі. Що тобі здається агресивним? Коли ти сам проявляєш агресивність? Яким чином ти можеш викликати агресію по відношенню до себе?

Візьми ще один аркуш паперу, розділи його вертикальною лінією посередині. Зліва запиши, як оточуючі протягом дня проявляють агресію по відношенню до тебе. Праворуч запиши, як ти сам проявляєш агресію по відношенню до інших дітей.

На цю вправу можна відвести 10-15 хвилин. Після цього попросіть вихованців зачитати свої записи.

Аналіз вправи:

— Ви можете уявити, що хто-небудь з вас стане забіякою або таким собі "Рембо"?

— Бувають такі діти, які проявляють свою агресію не кулаками, а якимось іншим способом?

— Чому і діти, і дорослі так часто намагаються відчувати свою перевагу, принизивши інших?

— Як веде себе жертва агресії?

- Як стають жертвою? Що можна зробити, щоб не бути жертвою?
- В чому проявляється рівноправність між дітьми?
- Як би ти описав свою власну поведінку?

День 5

Вправа «Привітатись рухом»

Інструкція: привітатись з усіма незвичним рухом або жестом – заявити про себе. Далі всі учасники мають повторити цей рух – прийняття в коло. Учасники вільно рухаються по всій кімнаті, коли зустрічаються, мають привітатись особливим жестом, сказати що раді один одного бачити і запросити до роботи в групі.

Вправа «Любов і злість»

Цілі: в ході цієї гри діти можуть звернути увагу на те, що по відношенню до одних і тих же людей вони одночасно відчують і позитивні, і негативні почуття. Крім того, вони можуть навчитися не піддаватися цим почуттям цілком, а відчувати і любов, і злість, зберігаючи при цьому глибокий контакт з іншою людиною.

Інструкція: Сядьте, будь ласка, в один загальний круг і закрийте очі.

Уяви собі, що зараз ти розмовляєш з ким-небудь, на кого ти розсердився. Скажи цій людині, за що ти на нього розсердився. Може бути, він не виконав своєї обіцянки або не зробив того, що ти очікував від нього. Поговори з цією людиною про себе, так, щоб ніхто не міг тебе почути. Скажи дуже чітко і точно, на що саме ти розсердився. Якщо, наприклад, ти розсердився на свого молодшого брата Федьку, то можеш сказати йому: «Федя, мене виводить з себе, коли ти малюєш всякі каракулі в моєму зошиті». Якщо ти розсердився на свою сестру Соню, можеш сказати їй, наприклад: «Я весь тремчу від злості, коли ти проходиш через мою кімнату і по дорозі розкидати всі мої речі та іграшки». Якщо ти розсердився на своїх батьків, скажи їм теж як можна точніше, чим вони тебе прогнівили: «Мамо, мене дуже ображає, що ти змушуєш мене знову виносити відро для сміття, тоді як Маша і Іра можуть зовсім не допомагати тобі». (1-2 хв.)

А тепер скажи людині, з якою ти розмовляв, що тобі в ній подобається. Скажи про це теж як можна конкретніше. Наприклад: «Федя, мені дуже подобається, що коли я приходжу зі школи, ти кидаєшся мені назустріч і радісно обіймаєш мене» або: «Мамо, мені дуже подобається, коли перед сном ти читаєш мені казки». (1-2 хв.)

А тепер подумай трохи про те, хто в класі тебе іноді дратує. Уяви, що ти підходиш до цієї людини і чітко і конкретно говориш їй, що саме вона вивела тебе з себе... (1 хвилина.)

Тепер подумки підійди до цієї дитини знову і скажи їй, що тобі подобається в ній.
(1 хвилина.)

Тепер ти можеш знову відкрити очі і оглянути коло. Уважно подивись на інших дітей. А зараз ми можемо обговорити, що кожен з вас пережив у своїй уяві.

Якщо Ви помітите, що хтось із дітей допускає образливі зауваження в адрес когось з присутніх або відсутніх у класі, тут же вимагайте, щоб він сказав на адресу цієї ж людини щось позитивне. Також уважно відстежуйте, щоб діти висловлювали свою злість чи образу без узагальнень і оцінок, тобто, щоб ніхто не говорив нічого типу: «Ти дурень!». Припустимо тільки вираження своїх почуттів стосовно іншої дитини у вигляді опису фактів і почуттів, наприклад: «Я ображаюся, коли ти малюєш своїм фломастером на моїй парті». Таким способом діти можуть відчувати свої негативні емоції і ховається за ними енергетику. Завдяки змістовно точного називання причин своєї злості чи образи діти можуть помітити, що відкидають не лише людини, а лише певний спосіб його поведінки. Коли гнів точно сфокусований, дитина не підпадає настільки сильно під його вплив.

Аналіз справи:

1. Як ти себе почуваш, коли не говориш іншому про те, що ти розсердився на нього?
2. А як ти почуваш себе, коли повідомляєш йому про те, що ти розсердився?
3. А чи можеш ти витримати, якщо хто-небудь скаже тобі, що він розсердився на тебе?
4. Чи є такі люди, на яких ти ніколи не сердишся?
5. Чи є такі люди, які ніколи не гніваються на тебе?
6. Чому так важливо точно говорити, на що саме ти розсердився?

Вправа «Море хвилюється раз...Вгадай емоцію»

Ціль: закріплення в інтерактивній формі інформації про емоційні стани та відреагування своїх емоцій.

Інструкція: один з учасників виходить за двері, а інші домовляються про те, яку емоцію покажуть йому для вгадування після слів: «Море хвилюється раз...емоційна фігура замри!». По черзі вгадуються всі емоції кожного з учасників.

