

ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Материал подготовлен кандидатом психологических наук, доцентом кафедры профессионального развития педагогических работников БУ ЧР ДПО «Чувашский республиканский институт образования» Минобразования Чувашии Красновой Светланой Гурьевной

1. ХАРАКТЕРИСТИКИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Современными исследователями, педагогами и родителями отмечается, что агрессивных детей с каждым годом становится все больше, с ними трудно работать. Зачастую, учителя и родители просто не знают, как справиться с их поведением. Подобные дети их раздражают, выбивают их колеи. Для того, чтобы адекватно организовать образовательный и воспитательный процесс, педагогам необходимо знать о причинах, вызывающих агрессивное поведение, об особенностях поведения и деятельности таких детей.

В психологической науке есть понятия агрессия и агрессивность. Проанализируем эти понятия. Под агрессией понимается психическое состояние, под агрессивностью – свойство личности, являющееся как результатом генетической предрасположенности, так и влияния среды. По мнению Н. Д. Левитова, **психическое состояние** - это «целостная характеристика **психической** деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания **психических** процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего **состояния** и свойств личности». Другими словами, под агрессией понимается кратковременное состояние, под агрессивностью – устойчивое психическое свойство, образовавшееся в результате закрепления в структуре психики состояния агрессии в ходе многократного повторения.

В современных исследованиях все больше утверждается представление об агрессии как о мотивированных внешних действиях, нарушающих нормы и правила сосуществования, наносящих вред, причиняющих боль и страдания людям. Согласно мнению С.Н. Ениколопова термином «агрессия» обозначают напористое, доминирующее, атакующее и вредоносное поведение, объединяя такие различные по форме и результатам акты поведения, как злые шутки, сплетни, враждебные фантазии, деструктивные формы поведения, вплоть до убийств и самоубийств. Само слово «агрессия» имеет корни в латинском языке «adgradi» («ad» - «на», «gradus» - «шаг»), т. е. «на-ступать». Толковый словарь современного русского языка С. И. Ожегова дает следующее определение: «агрессия - это открытая неприязнь, вызывающая враждебность». Оксфордский словарь английского языка определяет как не спровоцированное нападение на индивида». **Таким образом, агрессией можно назвать целенаправленное деструктивное и наступательное поведение, нарушающее нормы и правила сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным или неодушевленным), причиняющее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояния напряженности, страха, подавленности и др.).**

Психологическая характеристика возрастных особенностей агрессивности подростков. Формы агрессивного поведения подростков.

Современный подросток живёт в динамично меняющемся мире, сложном по своему содержанию и тенденциям социализации. Подростки больше других возрастных групп страдают от нестабильности социальной, экономической и моральной обстановки в стране, потеряв сегодня необходимую ориентацию в ценностях и идеалах. Сочетание неблагоприятных биологических, психологических, семейных и других социально-психологических факторов искажает весь образ жизни подростков. Характерным для них становится нарушение эмоциональных отношений с окружающими людьми. **Подростки попадают под сильное влияние подростковой группы**, нередко формирующей асоциальную шкалу жизненных ценностей. Сам образ жизни, среда, стиль и круг общения способствуют развитию и закреплению девиантного поведения. Таким образом, имеющий место отрицательный микроклимат во многих семьях обуславливает возникновение отчуждённости, грубости, неприязни определённой части подростков, стремления делать всё назло, вопреки воле окружающих, что создаёт объективные предпосылки для появления демонстративного неповиновения, агрессивности и разрушительных действий.

Интенсивное развитие самосознания и самокритичности приводит к тому, что ребёнок в подростковом возрасте обнаруживает противоречия не только в окружающем мире, но и собственного представления о себе. Он вступает в систему конфликтных отношений не только со средовым окружением, но и во внутренний конфликт. На первой стадии подросткового периода (в 10-11 лет) ребёнка характеризует весьма критичное отношение к себе. Около 34 % мальчиков и 26 % девочек (по данным Фельдштейна Д.И., см. список литературы) дают себе полностью отрицательные характеристики, отмечая преобладание отрицательных черт и форм поведения, в том числе грубости, жестокости, агрессивности. При этом у детей этого возраста преобладает физическая агрессивность и менее всего выражена агрессивность косвенная. Вербальная агрессия и негативизм находятся на одной ступени развития. Ситуативно-отрицательное отношение к себе сохраняется и на второй стадии подросткового возраста (в 12-13 лет), обуславливаясь, в значительной мере, оценками окружающих, как взрослых, так и сверстников. В этом возрасте наиболее выраженным становится негативизм, отмечается рост физической и вербальной агрессии, тогда как агрессивность косвенная, хоть и даёт сдвиг по сравнению с младшим подростковым возрастом, всё же менее выражена. На третьей стадии подросткового возраста (в 14-15 лет) наблюдается сопоставление подростком своих личностных особенностей, форм поведения с определёнными нормами, принятыми в референтных группах. При этом на первый план у них выходит вербальная агрессивность, что на 20 % превышает показатели 12-13 лет и почти на 30 % в 10-11 лет. Агрессивность физическая и косвенная повышаются несущественно, также как и уровень негативизма.

Стихийно складывающиеся компании сверстников объединяют подростков, близких по уровню развития, интересам. Группа закрепляет и даже культивирует девиантные ценности и способы поведения, оказывает сильное влияние на личностное развитие подростков, становясь регулятором их поведения. Утрачиваемое подростками чувство дистанции, ощущение допустимого и недопустимого приводит к непредсказуемым событиям. Существуют особые группы, для которых характерна установка на немедленное удовлетворение желаний, на пассивную защиту от трудностей, стремление перекладывать ответственность на других. Подростков в этих группах отличает пренебрежительное отношение к обучению, плохая

успеваемость, невыполнение обязанностей: всячески избегая выполнять какие-либо обязанности и поручения по дому, готовить домашние задания, а то и посещать занятия, подобные подростки оказываются перед лицом большого количества "лишнего времени". Но для этих подростков характерно именно неумение содержательно проводить досуг. У подавляющего большинства таких подростков отсутствуют какие-либо индивидуальные увлечения, они не занимаются в секциях и кружках. Они не посещают выставки и театры, крайне мало читают, а содержание прочитанных книг обычно не выходит за рамки приключенческо-детективного жанра. Бессодержательно проводимое время толкает подростков на поиск новых «острых ощущений». Алкоголизация и наркотизация теснейшим образом вплетаются в структуру девиантного образа жизни подростков. Часто подростки распитием спиртного как бы отмечают свои «заслуги»: удачные похождения, хулиганские поступки, драки, мелкие кражи. Объясняя свои плохие поступки, подростки имеют неправильное представление о нравственности, справедливости, смелости, храбрости. Установлено, что среди подростков, осуждённых за агрессивные преступления, 90 % совершили преступления в нетрезвом состоянии.

В исследованиях приводятся данные по преобладанию той или иной формы агрессивного поведения у подростков.

Обратимся к формам агрессивного поведения. Наиболее развернутой классификацией агрессивного поведения является классификация, данная А. Бассом. Он выделяет комбинацию основных параметров, по которым характеризует формы агрессивного поведения:

1) физическая (нанесение другому человеку ударов) — вербальная агрессия (грубые слова, оскорбления);

2) активная (словесное оскорбление или унижение другого человека — пассивная агрессия (малоэнергетическая и растянутая во временном континууме, это - отказ разговаривать с другим человеком, отказ дать определенные словесные пояснения или объяснения);

3) прямая — косвенная агрессия (через третьи лица, объекты).

Выделим еще один вид агрессии — аутоагрессию. Аутоагрессия - это скрытая форма агрессии, агрессия против себя, самая опасная из подростковых агрессий и именно из-за нее в будущем возникает огромное количество психологических проблем.

Выше речь шла о деструктивных формах агрессии. Однако в настоящее время психологи выделяют и конструктивную агрессию. Конструктивная агрессия (открытые проявления агрессивных побуждений, **реализуемые в социально приемлемой форме**, при наличии соответствующих поведенческих навыков и стереотипов эмоционального реагирования, открытости социальному опыту и возможности саморегуляции и коррекции поведения). В современной научной литературе существуют позиции исследователей по поводу бесконфликтного поведения. И эти позиции выводят на противоречие с понятием «конструктивная агрессия». На наш взгляд, сложно согласиться с тем, что агрессия может быть конструктивной. Само понятие «конструктивность» (имею в виду в **общении и взаимодействии**) — это способность выразить свои мысли без оценок, не приписывая личной точки зрения к поведению другого человека. Это умение слушать и слышать, смотреть и видеть. Вышенаписанное предполагает исключение состояния агрессии в поведении человека.

Вернемся к деструктивным формам агрессии. Приведем определение деструктивной агрессии.

Деструктивная агрессия – это прямое проявление агрессивности, связанное с нарушением морально-этических норм, содержащим элементы делинквентного или криминального поведения с недостаточным учетом требований реальности и сниженной эмоциональной саморегуляцией, самоконтролем). В связи с этим в исследованиях предлагается определять степень агрессивности поведения во взаимосвязи с нормами, которые формируют своеобразный механизм контроля за обозначением тех или иных действий. Понятие нормы формируется в процессе социализации детей.

Отсюда, поведение можно назвать агрессивным при наличии двух обязательных условий: при наличии губительных для жертвы последствий и при нарушенных нормах поведения.

Проявление агрессии весьма разнообразно.

Н.Д. Левитов предлагает рассматривать следующую структуру проявления агрессии (табл. 1):

Таблица 1

По направленности	Агрессия, направленная вовне
	Аутоагрессия (направлена на себя)
По цели	Интеллектуальная (целевая) агрессия
	Враждебная агрессия
По методу выражения	Физическая агрессия
	Вербальная агрессия
По степени выраженности	Прямая агрессия
	Косвенная агрессия
По наличию инициативы	Провоцирующая (инициативная) агрессия
	Защитная (оборонительная) агрессия

Виды агрессии в психологии

Итак, рассмотрим виды агрессии. Некоторые из них рассмотрены в тексте материала выше. Прямая агрессия направляется непосредственно на человека, а косвенная – является реакцией в виде действия, направленного на кого-то (недобрые шутки, несправедливые сплетни) или в виде бесконтрольных действий (взрывы ярости, швыряние вещей, битье кулаками по стене или столу и так далее). При **физической агрессии** используется физическая

сила против другой личности или объекта. При **вербальной агрессии** отрицательные эмоции проявляются в виде крика, ругани, визга и так далее.

Провоцирующая и защитная. При защитной агрессии человек пытается дать отпор оппоненту и его агрессивным действиям. При провоцирующей происходит первая «атака» в разговоре.

Внешняя и аутоагрессия. Вектор внешней агрессии направлен на окружающих. Внутренняя – на собственную личность. Вторым случаем выражается самобичеванием, а в критических случаях – даже самоубийством.

Враждебная и инструментальная. В основе враждебной агрессивности находится гнев, и ее итоговая цель – причинения вреда. Если нанесение вреда не самоцель, а только средство обретения иной цели – речь идет об инструментальной агрессии.

Аутоагрессия подростка направлена на самого подростка. Косвенная агрессия проявляется через третьи лица, объекты. Интеллектуальная выступает как осуществление агрессии в качестве заранее спланированного акта, цель которого - нанесение вреда или ущерба объекту.

Границы агрессии определить сложно, и каждый имеет о ней свое представление. Кто-то агрессией называет то, что иные назовут **энергичностью**. Если для такого поведения имеются веские основания (пример: защита слабого) и оно вызывает симпатию, **то такую «энергичность» называют здоровой.**

Агрессия подростков — одно из наиболее типичных проявлений подросткового кризиса. Часто родители теряются, столкнувшись с подростковой агрессией, и все их попытки пресечь агрессивное поведение только еще больше распекают ребенка. Что делать, если ваш ребенок начал вести себя агрессивно? В первую очередь нужно успокоиться. Агрессия подростков — крайне неприятное, но при этом закономерное и естественное явление. Не зря подростковый возраст называют переходным: в этот период ребенок переходит из детства во взрослую жизнь, а это, согласитесь, непросто. Агрессия подростков — это признак внутреннего дискомфорта и неумения владеть своими эмоциями. Найти золотую середину в том, как вести себя с подростком, проявляющим агрессивность, сложно. Давление или наказание, которое унижает достоинство ребёнка, может спровоцировать новую вспышку агрессии. А если родители перестанут обращать внимание на такое поведение ребёнка (думая, что всё пройдёт с возрастом, само собой), то он начнёт считать это нормой. Тогда привычка действовать агрессивно может стать чертой его характера. Также агрессивное поведение подростка может являться формой его самоутверждения. А проявление жестокости – способом завоевания места под солнцем или самозащитой. В любом случае агрессия – это отражение внутреннего дискомфорта подростка. С точки зрения проявления или актуализации состояния агрессии и агрессивности их нужно различать. Состояние агрессии носит защитный характер и может возникать у подростков когда они защищают свои права или если у подростка с низкой самооценкой в состоянии тревоги. При этом у подростков нет желания причинить боль другим. Надо сказать, что присутствие некоторой агрессии в характере подростка даже бывает полезным. Это поможет ему при встрече с сильным противником. Но всё должно быть в меру. Агрессивность же сопровождается намеренным желанием причинить боль (напомним, то, что агрессивность считается устоявшимся качеством психики). Говорить об агрессивности

подростка можно, если у него часто теряется контроль над собой, если он часто ругается со взрослыми и сверстниками, отказывается следовать принятым правилам, специально раздражает окружающих, всегда винит других в своих ошибках, сердится и отказывается что-либо делать, завистлив, подозрителен, мстителен, во всем видит враждебность, быстро реагирует негативным образом на различные действия окружающих, которые нередко раздражают его. Отметим, что закрепленное в структуре личности свойство психики само актуализирует состояние агрессии у подростка при наличии незначительных причин.

Агрессия подростков может выражаться по-разному, в зависимости от индивидуальных особенностей характера ребенка и отношений в семье. В каких основных формах выражается агрессия подростков? В ситуации, когда подросток использует физическую силу против других людей (физическая агрессия), выражает свои негативные чувства при помощи слов, угроз, крика и т.п. (словесная или вербальная). Данные формы ранее нами были рассмотрены.

В исследованиях выделяются и такие формы, как раздражительность, подозрительность, пассивно-агрессивное поведение и др. формы. Раздражительность проявляется в случае, когда подросток грубит по малейшему поводу, становится резким и вспыльчивым.

Подозрительность: подросток негативно настроен по отношению к окружающим, не доверяет им, считая, что «все против него».

Косвенная агрессия: подросток пытается выразить свою агрессию, направленную на кого-то конкретного, посредством других людей (злые шутки, сплетни, травля).

Обида: подросток может обидеться по малейшему поводу, причем обида может быть направлена на конкретного человека (сверстника или взрослого).

Пассивно-агрессивное поведение (скрытая агрессия): подросток не делает то, что просят, или делает слишком медленно, забывает о просьбах и поручениях, оттягивает время.

Совсем избежать подростковой агрессии невозможно: переходный возраст — это время не только психологических, но и физиологических изменений в работе организма. Агрессия подростков во многом обусловлена половым созреванием, зависит и от гормонов. Задача взрослых — свести проявления подростковой агрессии к минимуму, чтобы ребенок не причинил вред себе и окружающим. Как бороться с проявлениями агрессии подростков? К сожалению, не все обычные методы борьбы с детской агрессией в этом случае оказываются действенными. Если детская агрессия находит выход в основном в семье, то у маленького ребенка просто нет иного окружения. Агрессия подростков направлена не только на членов семьи, но и на сверстников, и даже на «чужих» взрослых (например, учителей).

Для предотвращения или исключения формирования агрессивного поведения педагогам необходимо знать о факторах риска. Так в качестве такого фактора могут быть рассмотрены состояния пограничного характера и некоторые неврологические заболевания. В дополнение, многочисленные исследования обнаружили другие специфические факторы риска, многие из которых встречаются вместе со следующими расстройствами:

- наличие в анамнезе физического насилия над пациентом, когда он был ребенком или же был свидетелем такого насилия, все чаще признается как один из факторов, коррелирующих с насилием во взрослом возрасте;

- как и в случае суицида, наличие в анамнезе импульсивности и агрессивного поведения или высказываемого плана насильственных действий с возможным доступом к оружию неимоверно повышает риск насилия;

Также следует отметить, что к более высокой вероятности агрессивного поведения ведет культуральное окружение (например, субкультуры, в которых физическое насилие является нормальным проявлением гнева или фрустрации). Мужчины в целом более склонны к агрессии, чем женщины. Хотя частота агрессии среди пациентов клиник по половому признаку различий не имеет, возможно, это связано с тем, что значительная часть наиболее агрессивных мужчин находится в тюрьмах. Лица в периоде подростковом, юношеском, в периоде молодости в значительно большей степени склонны к проявлению насилия. Особое влияние оказывают психические отклонения граничащие с агрессией. Считаю необходимым их перечислить для того, чтобы сложилось полное представление о факторах риска.

1. Диссоциальное расстройство личности (социопатия) — расстройство личности, характеризующееся игнорированием социальных норм, импульсивностью, агрессивностью и крайне ограниченной способностью формировать привязанности.

2. Дисфория — форма болезненно-пониженного настроения, (антоним слова «эйфория») характеризующаяся мрачной раздражительностью, чувством неприязни к окружающим. Не характерна психическая и двигательная заторможенность, при этом часты аффективные вспышки, характерна лёгкость проявления агрессии.

3. Параноидное расстройство личности — расстройство личности, характеризующееся чрезмерной чувствительностью к фрустрации, подозрительностью, злопамятностью, постоянным недовольством окружающими и тенденцией относить всё на свой счёт.

4. Психоз — явно выраженное нарушение психической деятельности, при котором психические реакции грубо противоречат реальной ситуации, что отражается в расстройстве восприятия реального мира и дезорганизации поведения.

5. Синдром эмоционального выгорания — проявляющееся нарастающим эмоциональным истощением. Может влечь за собой личностные изменения в сфере общения с людьми (вплоть до развития глубоких когнитивных искажений).

В редких случаях актуализируется амок - психическое состояние, характеризующееся неистовой, слепой, немотивированной агрессией и такое шизоидное расстройство психики или группа психических расстройств, ранее не выявленные, связанных с распадом процессов мышления и эмоциональных реакций.

И еще один важный момент. По данным статистики, особую категорию лиц среди агрессивных детей составляет группа делинквентных подростков, росших в крайне неблагоприятной обстановке (по результатам 40% росли в неполных семьях, у 11% оба родителя лишены родительских прав, у 19% ближайшие родственники на момент обследования находились в местах лишения свободы). В 88% родительских семей воспитанников отмечается злоупотребление спиртными напитками хотя бы одним из родителей. Полная безнадзорность, бесконтрольность поведения со стороны родителей, безразличие в дальнейшей судьбе подростка отмечается в 76 % случаев.

Таким образом, агрессия – это любая форма поведения, нацеленная на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, явно злонамеренное и предполагающее действия, посредством которых агрессор намеренно причиняет ущерб своей жертве, в том числе, причинение ущерба не только человеку или животному, но и вообще всякому неживому объекту. Повышенная агрессивность подростков является одной из наиболее острых проблем не только для педагогов но и для общества в целом. Актуальность темы несомненна, поскольку число детей с таким поведением стремительно растет. Это вызвано целым рядом неблагоприятных факторов: ухудшение социальных условий жизни детей; кризисом семейного воспитания; невниманием школы к нервно-психическому состоянию детей; биологическими факторами; свою долю вносят и средства массовой информации, регулярно пропагандируя культ насилия. Пожалуй, нет ни одного человека, который не осознавал бы, насколько в нашем обществе распространено насилие. Никакое другое поведение так не раздражает взрослых и не дезадаптирует детей, как агрессивное. В связи с этим выявление и оптимизация состояния агрессии детей приобретает особую остроту.

В последующих материалах будут обсуждены вопросы, касающиеся факторов, влияющих на выработку агрессивного поведения у подростков, подбора батареи диагностических методик, нацеленных на выявление агрессивности и определение методов, направленных на ее коррекцию.

3. ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ ИЗМЕРЕНИЯ УРОВНЯ АГРЕССИВНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Выделим следующие принципы организации психолого-педагогической диагностики агрессивности подростков.

1. Соответствие выбранного диагностического подхода и конкретной методики целям педагогической и психологической деятельности (целям и задачам эффективного сопровождения).
2. Высокий развивающий потенциал методов, то есть возможность получения развивающего эффекта в процессе самого обследования и построения на его основе различных развивающих программ.
3. Результаты обследования должны быть понятны, развернуты, структурно представлены.
4. Прогностичность используемых методов, то есть возможность прогнозировать на их основе определенные особенности развития подростка на дальнейших этапах обучения, предупреждать потенциальные нарушения и трудности.

Современная психология и педагогика имеют в своём арсенале большое количество разнообразных технологий психолого-педагогической диагностики подростковой агрессивности. Методы диагностики уровня агрессивности, агрессивного поведения можно разделить на следующие группы:

- диагностические технологии, основанные на методе опроса (напомним, что **метод опроса применяется в форме тестов, беседы и анкетирования**);

- диагностические технологии с использованием проективных методов;

- диагностические технологии, основанные на методе наблюдения.

Высокого уровня достоверности можно достичь при использовании комплекса диагностических технологий, поскольку это позволяет разносторонне изучить агрессивность подростков, определив ее уровень.

Для начала **выделим метод устного и письменного опроса.**

Отметим, что устный опрос (применяется тогда, когда важен не только сам ответ, но и реакция, которой он сопровождался, тон, поза, интонация и т.д. подростка).

Письменный опрос проводится, как правило, в форме анкетирования и позволяет охватить большое число респондентов, что очень важно при большой выборке.

Анкетирование можно отнести к методам, применяемым в процессе включенного наблюдения. Оно дает в первую очередь возможность сделать одномоментный срез по интересующему вопросу. Специфика анкетирования, проводимого в рамках включенного наблюдения, такова, что в нем желательно использовать наряду с закрытыми и открытые вопросы. Анкетирование не дает репрезентативных количественных данных на открытые вопросы, а качественный анализ ответов представляет богатый материал.

Чтобы получить первоначальное представление об ограничениях, затруднениях и проблемах подростков, возможно обсуждение трех основных вопросов: Что не нравится и что нравится в жизни? Что не нравится и что нравится дома? Что не нравится и что нравится в школе. Анкетные вопросы могут быть составлены самими педагогами, классными руководителями, социальными педагогами, педагогами-психологами.

Для измерения постоянного уровня агрессивности используются опросники, которые являются разновидностью личностных тестов. При использовании данного подхода испытуемых просят дать словесный или письменный отчет о своём собственном агрессивном поведении. В зависимости от целей диагностики подростков просят описать либо схематичные модели агрессивного поведения, либо конкретные поступки в отдельных ситуациях. Наиболее известной диагностической процедурой изучения агрессивных проявлений с помощью метода **опроса является методика Басса-Дарки.**

Методика диагностики показателей и форм агрессии

А. Басса и А. Дарки

Для оценки уровня агрессивности, видов реакций подросткам предлагается ответить, насколько те или иные утверждения являются для них характерными. Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает «да» или «нет».

Физическая агрессия: «Да» - № 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68; «Нет» - № 9, 17, 41. К=11.

Вербальная агрессия: «Да»- № 7,15,28,31,4 6,53,60, 71, 73; «Нет» - № 39,66, 74, 75.
К=8.

Косвенная агрессия: «Да» - № 2, 18, 34, 42, 56, 63; «Нет» - № 10, 2 6, 49. К=13.

Негативизм: «Да» - № 4, 12, 20, 23, 36. К=20.

Раздражение: «Да» - № 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72; «Нет» - № 11, 35, 69. К=9.

Подозрительность: «Да» - № 6, 14, 22, 30,38,45, 52, 59; «Нет» - № 65, 70. К=11.

Обида: «Да» - № 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58; «Нет» -№44. К=13.

Чувство вины: «Да» - № 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67. К=11.

Бланк ответов

Фамилия: _____ Имя _____ Отчество _____ Пол _____

Возраст: _____ Дата заполнения: _____

Инструкция: Тест состоит из ряда утверждений, касающихся некоторых жизненных ситуаций. Вам нужно ответить «да» или «нет». Старайтесь отвечать правдиво и искренне.

Вопросы теста:

1. Временами не могу справиться с желанием навредить кому-либо.
2. Иногда могу посплетничать о людях, которых не люблю.
3. Легко раздражаюсь, но легко и успокаиваюсь.
4. Если меня не попросить по-хорошему, просьбу не выполню.
5. Не всегда получаю то, что мне положено.
6. Знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если не одобряю поступки других людей, даю им это почувствовать.
8. Если случается обмануть кого-либо, испытываю угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Никогда не раздражаюсь настолько, чтобы разбрасывать вещи.
11. Всегда снисходителен к чужим недостаткам.

12. Когда установленное правило не нравится мне, хочется нарушить его.
13. Другие почти всегда умеют использовать благоприятные обстоятельства.
14. Меня настораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я этого ожидаю.
15. Часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь ударит меня, я не отвечу ему тем же.
18. В раздражении хлопаю дверьми.
19. Я более раздражителен, чем кажется со стороны.
20. Если кто-то корчит из себя начальника, я поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Думаю, что многие люди не любят меня.
23. Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Увиливающие от работы должны испытывать чувство вины.
25. Кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю вижу кого-нибудь из тех, кто мне не нравится.
30. Довольно многие завидуют мне.
31. Требую, чтобы люди уважали мои права.
32. Меня огорчает, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.
34. От злости иногда бываю мрачным.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь.
36. Если кто-то пытается вывести меня из себя, я не обращаю на него внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
40. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Обижаюсь, когда иногда получается не по-моему.
43. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».

46. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.
47. Делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.
49. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.
50. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда кричат на меня, кричу в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Дерусь не реже и не чаще других.
56. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.
59. Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.
60. Ругаюсь только от злости.
61. Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.
64. Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
66. Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.
67. Часто думаю, что живу неправильно.
68. Знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре часто повышаю голос.
74. Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
75. Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

Интерпретация результатов

Физическая агрессия (К = 11)	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 1, 25, 31, 41, 48, 55, 62, 68
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 9, 7
Вербальная агрессия (К = 8)	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 33, 66, 74, 75
Косвенная агрессия (К = 13)	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 26, 49
Негативизм (К = 20)	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 4, 12, 20, 28,
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 36
Раздражение (К = 9)	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 11, 35, 69
Подозрительность (К = 11)	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59
"нет" = 1, "да" = 0	вопросы: 33, 66, 74, 75
Обида (К = 13)	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58
Чувство вины (К = 11)	
"да" = 1, "нет" = 0	вопросы: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67

Обработка данных опросника Басса-Дарки производится при помощи индексов различных форм агрессивных и враждебных реакций, которые определяются суммированием полученных ответов. Сумма баллов, умноженная на коэффициент (К) при каждом параметре, позволяет получить показатели, характеризующие индивидуальные и групповые результаты.

Нормальным уровнем агрессивности является величина ее индекса, равная 21, плюс-минус 4, а враждебности - 6,5-7, плюс-минус 3. При этом обращается внимание на

возможность достижения определенной величины, показывающей уровень проявления агрессивности.

При сопоставлении показателей по 8 субшкалам выявляется общий уровень агрессивности и враждебности испытуемых. Индекс враждебности включает в себя 6 и 7 шкалы, а индекс агрессивности включает в себя шкалы 1, 2, 3.

ИВ - индекс враждебности = («6» + «7») : 2.

ИА - индекс агрессивности = («1» + «2» + «3») : 3.

Использование данной методики предполагает, что агрессивность как свойство личности и агрессия как форма поведения могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы личности.

ОПРОСНИК АГРЕССИВНОСТИ (Л.Г. ПОЧЕБУТ)

Предлагаемый опросник нацелен на определение уровня агрессивности, агрессивного поведения, может помочь в профилактике конфликтов.

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

Опросник

1. Во время спора я часто повышаю голос.
2. Если меня кто-то раздражает, я могу сказать ему все, что о нем думаю.
3. Если мне необходимо будет прибегнуть к физической силе для защиты своих прав, я, не раздумывая, сделаю это.
4. Когда я встречаю неприятного мне человека, я могу позволить себе незаметно ущипнуть или толкнуть его.
5. Увлечшись спором с другим человеком, я могу стукнуть кулаком по столу, чтобы привлечь к себе внимание или доказать свою правоту.
6. Я постоянно чувствую, что другие не уважают мои права.
7. Вспоминая прошлое, порой мне бывает обидно за себя.
8. Хотя я и не подаю вида, иногда меня гложет зависть.
9. Если я не одобряю поведение своих знакомых, то я прямо говорю им об этом.
10. В сильном гневе я употребляю крепкие выражения, сквернословлю.
11. Если кто-нибудь поднимет на меня руку, я постараюсь ударить его первым.

12. Я бываю настолько взбешен, что швыряю разные предметы.
13. У меня часто возникает потребность переставить в квартире мебель или полностью сменить ее.
14. В общении с людьми я часто чувствую себя «пороховой бочкой», которая постоянно готова взорваться.
15. Порой у меня появляется желание зло пошутить над другим человеком.
16. Когда я сердит, то обычно мрачнею.
17. В разговоре с человеком я стараюсь его внимательно выслушать, не перебивая.
18. В молодости у меня часто «чесались кулаки» и я всегда был готов пустить их в ход.
19. Если я знаю, что человек намеренно меня толкнул, то дело может дойти до драки.
20. Творческий беспорядок на моем рабочем столе позволяет мне эффективно работать.
21. Я помню, что бывал настолько сердитым, что хватал все, что попадало под руку, и ломал.
22. Иногда люди раздражают меня только одним своим присутствием.
23. Я часто удивляюсь, какие скрытые причины заставляют другого человека делать мне что-нибудь хорошее.
24. Если мне нанесут обиду, у меня пропадет желание разговаривать с кем бы то ни было.
25. Иногда я намеренно говорю гадости о человеке, которого не люблю.
26. Когда я взбешен, я кричу самое злобное ругательство.
27. В детстве я избегал драться.
28. Я знаю, по какой причине и когда можно кого-нибудь ударить.
29. Когда я взбешен, то могу хлопнуть дверью.
30. Мне кажется, что окружающие люди меня не любят.
31. Я постоянно делюсь с другими своими чувствами и переживаниями.
32. Очень часто своими словами и действиями я сам себе приношу вред.
33. Когда люди орут на меня, я отвечаю тем же.
34. Если кто-нибудь ударит меня первым, я в ответ ударю его.
35. Меня раздражает, когда предметы лежат не на своем месте.
36. Если мне не удастся починить сломавшийся или порвавшийся предмет, то я в гневе ломаю или рву его окончательно.
37. Другие люди мне всегда кажутся преуспевающими.

38. Когда я думаю об очень неприятном мне человеке, я могу прийти в возбуждение от желания причинить ему зло.

39. Иногда мне кажется, что судьба сыграла со мной злую шутку.

40. Если кто-нибудь обращается со мной не так, как следует, я очень расстраиваюсь по этому поводу.

Обработка результатов и интерпретация

Агрессивное поведение по форме проявления подразделяется на 5 шкал.

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

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

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

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

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

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

Обработка результатов. Вначале суммируются баллы по каждой из пяти шкал.

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

Сумма баллов от 3 до 4 соответствует среднему уровню агрессивности и адаптированности.

Сумма баллов от 0 до 2 означает низкий уровень агрессивности и высокую степень адаптированности по данному типу поведения.

Затем суммируются баллы по всем шкалам.

Если сумма превышает 25 баллов, это означает высокий уровень агрессивности подростка, его низкие адаптационные возможности.

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

Сумма баллов от 0 до 10 означает низкий уровень агрессивности и высокую степень адаптированного поведения

Методика «Личностная агрессивность и конфликтность»

(Е.П. Ильин, П.А. Ковалев)

Данная методика поможет определить позитивную агрессивность, негативную агрессивность, обобщенный показатель конфликтности.

Позитивная агрессивность - это такое поведение, которое помогает человеку добиться желаемой цели, но при этом наносит незначительный дискомфорт другим. К позитивной агрессивности относятся такие качества как: напористость, наступательность, неуступчивость. Эти качества помогают обладателю в достижении цели, но не во всех ситуациях они необходимы.

Негативная агрессивность - это такое поведение человека, которое вызывает психологический дискомфорт у других людей. К негативной агрессивности относятся такие качества, как: мстительность, нетерпимость к мнению других.

В данной методике предлагается ответить на ряд утверждений. При согласии с ними нужно отвечать "да", при несогласии — знак - "нет".

Бланк ответов

Фамилия: _____ Имя _____ Отчество _____

Пол _____ Возраст: _____ Дата заполнения: _____

Инструкция к тесту: Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением в карте опроса в соответствующем квадратике поставьте знак «+» («Да»), при несогласии – знак «-» («Нет»).

Вопросы теста

1. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
2. В спорах я всегда стараюсь захватить инициативу.
3. Мне чаще всего не воздают должное за мои дела.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не уступаю.
5. Я стараюсь делать все, чтобы избежать напряженности в отношениях.
6. Если по отношению ко мне поступают несправедливо, то я про себя накликаю обидчику всякие несчастья.
7. Я часто злюсь: когда мне возражают.
8. Я думаю, что за моей спиной обо мне говорят плохо.
9. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
10. Мнение, что нападение – лучшая защита, правильное.
11. Обстоятельства почти всегда благоприятнее складываются для других, чем для меня.
12. Если мне не нравится установленное правило, я стараюсь его не выполнять.
13. Я стараюсь найти такое решение спорного вопроса, которое удовлетворило бы всех.
14. Я считаю, что добро эффективнее мести.
15. Каждый человек имеет право на свое мнение.
16. Я верю в честность намерений большинства людей.
17. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
18. В споре я часто перебиваю собеседника, навязывая ему мою точку зрения.
19. Я часто обижаюсь на замечания других, даже если и понимаю, что они справедливы.
20. Если кто-то корчит из себя важную персону, я всегда поступаю наперекор.
21. Я предлагаю, как правило, среднюю позицию.
22. Я считаю, что лозунг из мультфильма «зуб за зуб, хвост за хвост» справедлив.

23. Если я все обдумал, то я не нуждаюсь в советах других.
24. С людьми, которые со мной любезнее, чем я мог ожидать, я держусь настороженно.
25. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на это внимание.
26. Я считаю бестактным не давать высказываться в споре другой стороне.
27. Меня обижает отсутствие внимания со стороны окружающих.
28. Я не люблю поддаваться в игре даже с детьми.
29. В споре я стараюсь найти то, что устроит обе стороны.
30. Я уважаю людей, которые не помнят зла.
31. Утверждение: «Ум хорошо, а два – лучше» - справедливо.
32. Утверждение: « не обманешь – не проживешь» тоже справедливо.
33. У меня никогда не бывает вспышек гнева.
34. Я могу внимательно и до конца выслушать аргументы спорящего со мной.
35. Я всегда обижаюсь, если среди награжденных за дело, в котором я участвовал, нет меня.
36. Если в очереди кто-то пытается доказать, что он стоит впереди меня, я ему не уступаю.
37. Я стараюсь избегать обострения отношений.
38. Часто я воображаю те наказания, которые могли бы обрушиться на моих обидчиков.
39. Я не считаю, что я глупее других, поэтому их мнение мне не указ.
40. Я осуждаю недоверчивых людей.
41. Я всегда спокойно реагирую на критику, даже если она кажется мне несправедливой.
42. Я всегда убежденно отстаиваю свою правоту.
43. Я не обижаюсь на шутку друзей, даже если они злые.
44. Иногда я представляю возможность другим взять на себя ответственность за решение важного для всех вопроса.
45. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
46. Я верю, что зло можно отплатить добром, и действуя в соответствии с этим.
47. Я часто обращаюсь к коллегам, чтобы узнать их мнение.
48. Если меня хвалят, значит этим людям от меня что-то нужно.
49. В конфликтной ситуации я хорошо владею собой.
50. Мои близкие часто обижаются на меня за то, что в разговоре с ними я им рта не даю открыть.
51. Меня не трогает, если при похвале за общую работу не упоминается мое имя.

52. Ведя переговоры со старшим по должности, я стараюсь ему не возражать.
53. В решении любой проблемы я предпочитаю золотую середину.
54. У меня отрицательное отношение к мстительным людям.
55. Я не думаю, что руководитель должен считаться с мнением подчиненных, ведь отвечать за все ему.
56. Я часто боюсь подвохов со стороны других людей.
57. Меня не возмущает, когда люди толкают меня на улице или в транспорте.
58. Когда я разговариваю с кем-то, меня так и подмывает скорее изложить свое мнение.
59. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
60. Я всегда стараюсь выйти из вагона раньше других.
61. Вряд ли можно найти такое решение, которое бы всех удовлетворило.
62. Ни одно оскорбление не должно оставаться безнаказанным.
63. Я не люблю, когда другие лезут ко мне с советом.
64. Я подозреваю, что многие поддерживают со мной знакомство из корысти.
65. Я не умею сдерживаться, когда меня незаслуженно попрекают.
66. При игре в шахматы или настольный теннис я больше люблю атаковать, чем защищаться.
67. У меня вызывают сожаление чрезмерно обидчивые люди.
68. Для меня не имеет большого значения, чья точка зрения в споре окажется правильной – моя или чужая.
69. Компромисс не всегда является лучшим разрешением спора.
70. Я не успокаиваюсь до тех пор, пока не отомщу обидчику.
71. Я считаю, лучше посоветоваться с другими, чем принимать решение одному.
72. Я сомневаюсь в искренности слов большинства людей.
73. Обычно меня трудно вывести из себя.
74. Если я вижу недостатки у других, я не стесняюсь их критиковать.
75. Я не вижу ничего обидного в том, что мне говорят о моих недостатках.
76. Будь я на базаре продавцом, я не стал бы уступать в цене за свой товар.
77. Пойти на компромисс – значит показать свою слабость.
78. Справедливо ли мнение, что если тебя ударили по одной щеке, то надо подставить и другую?
79. Я не чувствую себя ущемленным, если мнение другого оказывается более правильным.
80. Я никогда не подозреваю людей в нечестности.

Ответы на вопросы соответствуют 8 шкалам: «вспыльчивость», «наступательность», «обидчивость», «неуступчивость», «компромиссность», «мстительность», «нетерпимость к мнению других», «подозрительность».

За каждый ответ «да» или «нет» к каждой шкале начисляется 1 балл. По каждой шкале испытуемые могут набрать от 0 до 10 баллов.

Ответы "да" по позициям 1, 9, 17, 65 и ответы "нет" по позициям 25, 33, 41, 49, 57, 73 свидетельствуют о склонности субъекта к вспыльчивости. Ответы "да" по позициям 2, 10, 18, 42, 50, 58, 66, 74 и ответы "нет" по позициям 26, 34 свидетельствуют о склонности к наступательности, напористости.

Ответы "да" по позициям 3, 11, 19, 27, 35, 59 и ответы "нет" по позициям 43, 51, 67, 75 свидетельствуют о склонности к обидчивости. Ответы "да" по позициям 4, 12, 20, 28, 36, 60, 76 и ответы "нет" по позициям 44, 52, 68 свидетельствуют о склонности к неуступчивости.

Ответы "да" по позициям 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53 и ответы "нет" по позициям 61, 69, 77 свидетельствуют о склонности к бескомпромиссности.

Ответы "да" по позициям 6, 22, 38, 62, 70 и ответы "нет" по позициям 14, 30, 46, 54, 78 свидетельствуют о склонности к мстительности.

Ответы "да" по позициям 7, 23, 39, 55, 63 и ответы "нет" по позициям 15, 31, 47, 71, 79 свидетельствуют о склонности к нетерпимости к мнению других.

Ответы "да" по позициям 8, 24, 32, 48, 56, 64, 72 и ответы "нет" по позициям 16, 40, 80 свидетельствуют о склонности к подозрительности. Сумма баллов по шкалам "наступательность (напористость)", "неуступчивость" дает суммарный показатель позитивной агрессивности субъекта.

Сумма баллов, набранная по шкалам «нетерпимость к мнению других», «мстительность», дает показатель негативной агрессивности субъекта.

Сумма баллов по шкалам «бескомпромиссность», «вспыльчивость», «обидчивость», «подозрительность» дает обобщенный показатель конфликтности.

Перейдем к проективным методам исследования

2. **Проективные методы исследования агрессии.** Проективный метод как надёжное диагностическое средство был описан в ряде исследований. В отличие от опросников проективные методы диагностики свободны от ограничений, так как цель исследования замаскирована, что уменьшает вероятность испытуемых давать «желаемые» ответы.

Наиболее оптимальный проективный метод депривации структурных звеньев самосознания (ДСС) разработан В.С. Мухиной и К.А. Хвостовым (см. в литературе), с его помощью удаётся выявить адаптированность к ситуациям фрустрации.

Проективный метод депривации структурных звеньев самосознания. Теоретической предпосылкой используемого метода является способность человека противостоять разного рода трудностям без утраты способности адаптации и зависит от способности адекватно оценивать реальную ситуацию, с одной стороны, и возможности находить выход из проблемной ситуации - с другой. Высокий уровень развития личности предполагает выход за рамки ситуации фрустрации, использование позитивных (а не исключительно агрессивных) форм социального реагирования.

В основе метода лежит концепция В.С. Мухиной структуры самосознания личности. Автор понимает самосознание как универсальную, исторически сложившуюся и социально обусловленную психологически значимую структуру, присущую каждому социализированному индивиду, состоящую из звеньев, которые составляют содержание ключевых переживаний личности и выступают внутренними факторами рефлексии, ее отношения к самой себе и окружающему миру.

Согласно этой концепции, самосознание человека как личности содержит пять звеньев:

1. Идентификация с именем и с заменяющим его местоимением «Я», с образом тела, индивидуальная духовная сущность человека;
2. Притязание на признание;
3. Половая идентификация;
4. Психологическое время личности (индивидуальное прошлое, настоящее, будущее, а также историческое прошлое, настоящее, будущее своего этноса);
5. Социальное пространство личности (права и обязанности).

Эти звенья самосознания формируются у всех людей, независимо от принадлежности к какому-либо этносу, различаясь в содержательном наполнении звеньев самосознания в зависимости от характеристик этнической среды и от социальной ситуации развития. Ценности, входящие в содержание структурных звеньев самосознания, переживаются человеком в качестве уникальных личностных потребностей.

3. Изучение агрессивного поведения с помощью метода включённого наблюдения. Основным преимуществом включённого наблюдения является его гибкость, так как исследователь не устанавливает жёстких рамок.

Метод включённого наблюдения представляет собой способ изучения социальной реальности, предполагающий включение исследователя в жизнь изучаемой группы и

участие в ней в течение достаточно продолжительного времени с последующим предоставлением отчёта о наблюдении. Цель метода состоит в получении наиболее достоверной информации, недоступной или искажаемой при использовании других методов исследования. В качестве научного метода включённое наблюдение впервые описано Е. Линдеманом в 1933г. Наиболее известными примерами использования данного метода служат исследования американских социологов Н. Андерсона и У. Уайта. В нашей стране одним из первых, применивших включённое наблюдение, был В.Б. Ольшанский.

Особой разновидностью наблюдения является так называемый **стимуляционный метод**. При помощи последнего можно создавать определённые ситуации с целью проверки наличия у наблюдаемого каких-либо качеств.

Метод включённого наблюдения позволяет изучать поведение и взаимоотношения членов группы в ситуациях реального действия, прочувствовать те специфические условия (физические, психологические и социальные), в которых они живут и действуют.

Итак, резюмируя сказанное, сделаем выводы.

Диагностический блок является обязательной частью программы коррекции агрессивности подростков. Результаты диагностической работы будут достовернее при применении комплекса диагностических технологий. При составлении диагностической программы следует придерживаться определенных принципов. Отметим, что методик диагностики достаточно много, однако, следует учитывать трудоемкость в их использовании и возможность анализа результатов по некоторым методикам только педагогами-психологами. Педагогу-психологу следует в доступном варианте довести результаты диагностики и методические рекомендации до педагогов и родителей.

Помимо предлагаемых методик может быть использована методика Г. Айзенка, позволяющая достаточно точно выявить индивидуальные особенности, располагающие к агрессивности подростков. А также проективная методика «Рисунок несуществующего животного», направленная на обнаружение скрытых, завуалированных, и неосознаваемых сторон личности, в том числе предрасположенность к агрессивному поведению.

Главную отличительную особенность проективных методик нужно искать в относительно неструктурированной задаче для испытуемого, т.е. задаче, допускающей почти неограниченное разнообразие возможных ответов. Для того чтобы фантазия индивида могла свободно разыграться, даются только краткие, общие инструкции.

В типичных случаях проективные инструменты представляют собой методики замаскированного тестирования, поскольку обследуемых редко подразумевает о типе психологической интерпретации, которая будет дана его ответам. Проективные методики характеризуется также глобальным подходом к оценке личности. Проективные методики

особенно эффективны при выявлении скрытых, латентных или неосознаваемых сторон личности. Более того, утверждается, что чем меньше структурирован тест, тем он более чувствителен к такому скрытому материалу. Это следует из предложения, что чем менее структурированы и однозначны стимулы, тем менее вероятно, что они вызовут у респондента защитные механизмы.

В разработке и реализации программы работы с агрессивными детьми важнейшее значение имеет комплексный подход, наличие точек соприкосновения, согласованной работы в решении вопросов коррекции агрессивности подростков классных руководителей, социальных педагогов, педагогов-психологов.

В последующем материале будет обсуждаться вопрос психолого-педагогической коррекции агрессивности подростков. Коррекционная программа должна строиться согласно принципу системности и содержать в себе, кроме диагностического, следующие блоки: коррекционный; блок проверки эффективности психокоррекционного воздействия; рекомендации для родителей, подростков. Эти блоки и будут рассматриваться.

3. РАЗРАБОТКА И РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Материал подготовлен кандидатом психологических наук, доцентом кафедры профессионального развития педагогических работников БУ ЧР ДПО «Чувашский республиканский институт образования» Минобразования Чувашии Красновой Светланой Гурьевной

Для создания соединяющего с предыдущими материалами «мостика» и резюмируя сказанное в выше представленных материалах, сделаем выводы. Агрессивное поведение остается распространенной характеристикой современности. Количество подростков, имеющих склонность к агрессивному поведению, растет с каждым днем. Это связано с целым рядом проблем, которые обсуждались ранее. Это - :

- агрессивность социального окружения;
- органические поражения головного мозга (травмы, менингиты и т.д.);
- эндокринный взрыв, резкое нарастание количества половых гормонов;
- социокультурные факторы (телевидение, интернет, компьютерные игры, которые систематически пропагандируют культ насилия);

- ухудшение социальных и бытовых условий жизни детей;
- невнимание школы и родителей к психологическому состоянию детей и т.д.;

Что касается общеобразовательных организаций, то проблема приобретает особую остроту в связи с активным использованием личностно-ориентированных технологий, с необходимостью осуществления индивидуально-дифференцированного подхода. Понятно, что такого рода технологии не могут быть внедрены в практику без соответствующей адекватной системы отношений, которые складываются между всеми участниками педагогического процесса.

К тому же всем известно, что профессия педагога отличается от других своей энергоемкостью. Для того, чтобы работа была эффективной, от педагога требуются большие интеллектуальные, эмоциональные и психические затраты. Особенно эти затраты повышаются, если педагогам приходится работать с детьми с повышенной агрессивностью.

В психологических исследованиях подтверждается, что агрессивность в личностных характеристиках детей и подростков формируется в основном как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе. На развитие агрессивности также влияют индивидуальные особенности темперамента. Кроме того, агрессия может быть вызвана необходимостью защищаться, когда подросток просто не видит или не знает другого способа решения.

В подростковом возрасте противоречие потребностей и стремлений, желаний и возможностей, а также условий развития ребенка могут возникать ситуации, нарушающие естественный ход личностного становления, создавая предпосылки для зарождения и проявления агрессивности. Особенно важным изучение агрессивности является в подростковом возрасте, когда эту черту можно корректировать. Агрессивный подросток приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

Выявленные в исследованиях факторы позволили нам выяснить, что среди основных факторов, влияющих на выработку агрессивного поведения подростков - система межличностных отношений в социальном окружении отношения, которая включает сверстников, педагогов и родителей. Данный факт позволил предположить организацию групповой работы подростков, проведение тренингов со значимыми для ребенка взрослыми (с родителями и педагогами).

Отметим, что влияние социального окружения на личность подростка является целостным и взаимообусловленным процессом, и работа только с родителями, педагогами или только с детьми не является эффективной. В связи с этим программа работы с подростками предполагает комплексное психолого-педагогическое и социально-психологическое воздействие на детей, психологическое воздействие на их родителей и педагогов.

То есть мы предполагаем, что организация работы, направленной на коррекцию агрессивного поведения подростков должна иметь комплексный подход, должна включать работу с педагогами и родителями, поскольку только работа с подростками может оказаться недостаточно эффективной.

Формирование целей и задач программы работы с агрессивными подростками должно осуществляться с учетом нормативного развития детей в данном возрасте, особенностей мотивационно-потребностной сферы, основных видов деятельности.

В данном материале содержатся практические рекомендации педагогам для разработки и реализации программы работы с обучающимися, проявляющими агрессию в поведении, описаны активные формы и методы работы с детьми данной категории, приведена система работы с педагогами, нацеленная на повышение профессиональной компетентности педагогов в организации работы с категорией агрессивных подростков, формы и методы для организации работы с родителями, нацеленные на выработку адекватного подхода в общении и взаимодействии с детьми, навыков выхода из конфликтных ситуаций.

Цель коррекционной программы работы с агрессивными подростками – снизить уровень их агрессивного поведения. Для достижения этой цели могут быть сформулированы следующие задачи:

- 1) повысить уровень самоконтроля и выработать осознаваемые способы саморегуляции;
- 2) дать подросткам возможность осознать неконструктивность его агрессивного поведения;
- 2) выработать способность к распознаванию внутренних состояний и переживаний других людей, научить понимать переживания, состояния и интересы других людей;
- 3) выработать умение выражать состояние агрессии в адекватной форме;
- 4) выработать навыки конструктивного разрешения конфликтных ситуаций;

5) способствовать формированию адекватной самооценки.

Оптимальная численность в группе подростков: 7 - 12 человек

Продолжительность групповых занятий: 1 – 1,5 часа.

Количество и частота занятий – 10 занятий.

Форма работы - групповая

Методы работы - дискуссия, игра, беседа, работа в группах, анализ конкретных ситуаций, психогимнастические упражнения и т.д..

Структура занятия может быть следующей:

Начало занятия. Приветствие, выяснение общей атмосферы в группе, настрой группы на работу. В этой части занятия могут быть использованы такие методы как групповые дела, ритуалы, нетрадиционное приветствие.

Основная часть. Настрой на упражнения. Упражнения. Обсуждение результатов. В ходе этой части предполагается передача информации, использование всех активных методов и форм работы.

Подведение итогов занятия. Рефлексия. Итоговое слово ведущего, окончания занятия.

Программа коррекции агрессивного поведения подростков может включать следующие занятия (предлагаются примерные темы, педагогам предлагается наполнить содержанием данную часть программы)

Занятие 1. «Давайте познакомимся». Цель: создать доверительную атмосферу, настроить на работу коррекционную группу. Занятие может включать следующие упражнения.

Упражнение «Познакомимся». Цель: преодолеть психологический барьер в общении, вступить в диалог с партнером познакомится с ним.

Упражнение «Имена прилагательные». Цель: познакомить участников поближе, создать благоприятный климат в группе.

Упражнение «Позитивное представление». Цель: дать участникам возможность поверить в себя, поддержать себя и окружающих.

Упражнение «Качества». Цель: сформировать теплый, эмоциональный климат в группе, выявить групповые предпочтения.

Занятие 2 «Узнайте обо мне». Цель: осознать неконструктивность способов выражения агрессии.

Упражнение «Я такой...» Цель: создать возможность для самореализации, самоутверждения.

Упражнение - игра «Ливень». Цель: расслабить, снять напряжение, активизировать внимание, наблюдательность.

Упражнение «Неудобная ситуация». Цель: осознать неконструктивность способов выражения агрессии, нахождения более конструктивного выхода из «неудобной» ситуации.

Упражнение «Концентрические круги». Цель: развить рефлексивность, самопознание.
Занятие 3 «День откровений» Цель: помочь в осознании своих положительных качеств.

Упражнение «Впечатление» Цель: создать позитивную эмоциональную атмосферу.
Упражнение «Признание в любви». Цель: помочь в осознании своих положительных качеств, повысить самооценку.

Упражнение «Тик – так». Цель: снять эмоциональное напряжение. Упражнение «Бумажный бум». Цель: выплеснуть агрессию, напряжение с помощью неагрессивных форм двигательной активности.

Занятие 4 «Внутренние проблемы». Цель: изучить мотивы своего агрессивного поведения и других людей.

Упражнение «Конфликтные пары». Цель: выработать умение грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции.

Упражнение «Монолог». Цель: помочь в развитии умения подростка держать себя в руках и управлять собой и ситуацией во время конфликта. Упражнение « Поменяемся местами». Цель: помочь в развитии внимательности и быстроты реакции.

Занятие 5 «Уверенное поведение». Цель: обучить методам саморегуляции.
Упражнение «Разные ответы» Цель: помочь членам группы отличить уверенный ответ от неуверенного и агрессивного ответа.

Упражнение «Досчитаем до 30..». Цель: снять эмоциональное напряжение.
Упражнение «Наши эмоции». Цель: ознакомиться с эмоциями, отреагировать негативный опыт.

Упражнение «Разрядимся». Цель: выбрать наиболее приемлемый способ разрядки гнева и агрессивности.

Занятие 6 «Изучим самого себя». Цель: найти альтернативные способы удовлетворения собственных потребностей подростков и взаимодействие окружающих.

Упражнение «Мнения». Цель: стимулировать изучение самого себя, способствовать поведенческим изменениям.

Упражнение «Будущее». Цель: построить будущее через планирование и фантазирование, интеграции его с настоящим.

Упражнение «Хозяин ли я своей судьбы?». Цель: выяснить, кто считает себя хозяином своей жизни, а кто считает, что все в жизни зависит от других людей.

Занятие 7 «День игр». Цель: отработать конструктивные способы поведения и изучить мотивы своего агрессивного поведения.

Упражнение «Лесенка» Цель: развить умения адекватно реагировать в конфликте.

Упражнение «Молекулы» Цель: снять эмоциональное, физическое напряжение.

Упражнение «Выход из контакта». Цель: развить умения адекватно реагировать на проблемную ситуацию.

Упражнение «Контакт».

Цель: помочь в развитии коммуникативных качеств, обеспечить психологическую поддержку в группе.

Занятие 8 «День откровений». Цель: обучить навыкам поведения в конфликте.

Упражнение «Да». Цель: совершенствовать навыки эмпатии и рефлексии.

Упражнение «Передача по кругу». Цель: совершенствовать навыки выражения агрессивного поведения в приемлемых формах.

Упражнение «Спор при свидетеле». Цель: помочь подростку в развитии адаптивного поведения в конфликте.

Занятие 9 «Дискуссия». Цель: закрепить конструктивные способы поведения.

Упражнение «Карусель». Цель: формировать навыки быстрого реагирования при вступлении в контакты; развить эмпатию и рефлексивность в процессе тренинга.

Упражнение «Дискуссия». Цель: совершенствовать взаимопонимание партнеров по общению на невербальном уровне.

Упражнение – диспут «Дискуссия». Цель: провести беседу на тему: «Скажем, нет алкоголю, наркомании».

Занятие 10 «День прощанья». Цель: проверить и закрепить полученную информацию, осмысление того, что происходило с группой за время проведения тренинга.

Упражнение «Последняя встреча». Цель: совершенствовать коммуникативную культуру.

Упражнение «Что я нового узнал». Цель: помочь подростку обобщить смысл тренинга, вспомнить основные поднятые вопросы.

Упражнение «Что я нового узнал». Цель: помочь подростку обобщить смысл тренинга, вспомнить основные поднятые вопросы.

Таким образом, программа может состоять из десяти занятий и проводиться на протяжении месяца. Занятия направлены на снятие агрессивных проявлений подростков. Данная программа коррекции поможет подросткам поверить в свои положительные качества, умение конструктивно выходить из конфликта, совершенствовать навыки эмпатии и рефлексии, а так же пользоваться методами саморегуляции эмоций и контролировать свое поведение.

Разрабатывается такая программа на основе требований ФГОС. Т.е., структура включает 3 раздела (целевой, содержательный и деятельностный). Требования по оформлению программы коррекционной работы с агрессивными подростками

Рекомендуемый объем программы – 20-25 страниц печатного текста.

Программа состоит из следующих структурных элементов:

- титульного листа;

- основной части (включает согласно ФГОС разделы: целевой, содержательный, деятельностный, конспекты занятий и др.).

Текст программы должен быть напечатан на одной стороне стандартного листа формата А 4 (270 x 297 мм) с соблюдением следующих характеристик:

- ориентация: книжная;
- поля: сверху – 15 мм, слева – 20 мм, справа – 10 мм, снизу – 15 мм;
- шрифт: размер (кегель) – 14, тип – Times New Roman;
- межстрочный интервал: полуторный;
- красная строка – 1,25 см;
- цвет шрифта: черный;
- форматирование основного текста: в параметре «по ширине».

Все страницы должны быть пронумерованы арабскими цифрами сквозной нумерацией по всему тексту. Титульный лист не нумеруется.

Оформление титульного листа: Титульный лист заполняется по определенным правилам и должен содержать следующие сведения:

- полное наименование ОО;
- название программы;
- сведения об исполнителе (Ф.И.О., подпись);
- наименование места и год выпуска.

Информация по содержательной части носит рекомендательный характер. Соответственно выбор форм, методов, технологий реализации программы остается за образовательной организацией. Разработать и реализовать программу может классный руководитель, педагог-психолог, социальный педагог. Программа работы с агрессивными подростками носит коррекционный характер, поэтому назовем ее «Программа коррекции агрессивного поведения подростков». Она может быть и частью комплексной программы педагога-психолога, включающей и работу с педагогами и родителями.

Комплексная программа психолого-педагогической коррекции агрессивного поведения подростков может включать ряд мероприятий с педагогами. Мы предлагаем темы и цели каждого занятия.

1. Тренинговое занятие с педагогами «Взаимодействие с агрессивными детьми».

Цель: оказание психологической помощи педагогам по взаимодействию с агрессивными детьми.

2. Лекция Агрессивное поведение у школьников. Цель: познакомить педагогов с понятиями «агрессия» и «агрессивность», причинами и формами агрессивного поведения школьников. Обозначить критерии агрессивности.

3. Круглый стол «Учимся переводить агрессию в позитив». Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по вопросам эмоционального развития подростков, профилактика агрессивного поведения всех участников образовательного процесса.

4. Семинар-практикум «Педагог и ребенок: барьеры в общении с агрессивными школьниками. При этом следует: 1) сакцентировать внимание педагогов на неконструктивных способах педагогического общения с агрессивными школьниками; 2) показать значение индивидуального восприятия и его влияние на коммуникативный процесс; 3) научить педагогов видеть проблемы своего поведения, препятствующие конструктивному взаимодействию с агрессивными школьниками; 4) способствовать улучшению коммуникации между педагогами.

5. Мастер-класс «Работа с агрессивными детьми». Задачи: 1) обучить педагогов методике работы с агрессивными детьми; 2) обеспечить осознание педагогов о необходимости раннего выявления агрессивных проявлений у ребенка школьника и оказание своевременной помощи ребенку.

6. Выступление на педагогическом совете «Профилактика агрессии и насилия в школе как фактор сохранения здоровья учащихся». При этом осветить проблему агрессии и насилия среди школьников, познакомить с факторами сохранения здоровья обучающихся.

7. Консультация «Шпаргалка для взрослых», или «Правила работы с агрессивными детьми». Цели: ознакомить педагогов с правилами работы с агрессивными детьми, предостеречь от типичных ошибок

8. Медиаролики «Агрессивное поведение подростков»

(<https://www.youtube.com/watch?v=il8Q1kakW1M>); «Как управлять гневом и агрессией» (<https://www.youtube.com/watch?v=il8Q1kakW1M>); «Социальный ролик о проблемах подростков (<https://www.youtube.com/watch?v=sByHhtg-XPE>).

Цель: актуализировать имеющиеся у педагогов знания и представления об агрессивном поведении школьников и способах конструктивного разрешения проблемной ситуации

9. Памятка Рекомендации по работе с агрессивными детьми. Цель: в сжатой лаконичной форме информировать педагогов об особенностях работы с детской агрессией.

В рамках реализации программы работы с агрессивными подростками важное значение имеет просветительская работа. мы следующим образом предлагаем формулировать основной принцип просвещения педагогов - органическое вплетение ситуации передачи им знаний в процесс практической деятельности. Эффект от психологического просвещения больше, если психологические знания давать в качестве средства решения жизненных проблем. Соответственно, просветительская работа должна быть вкраплена (причем, очень дозировано, тщательно отобранным содержанием) в текущую деятельность учебно-методических объединений, тематических педсоветов, психолого-педагогических консилиумов и т. д.

Советы по решению организационных вопросов предполагают: разработку и выполнение согласованного сторонами плана проведения мероприятия просветительского характера; наличие согласованной схемы взаимодействия всех участников в процессе реализации мероприятия; своевременное предоставление ресурсов, необходимых для реализации данного вида деятельности и согласованных с администрацией образовательного учреждения; преемственность в использовании результатов проделанной работы в практической деятельности педагогов. Занятия необходимо проводить не реже 1 раза в неделю при условии постоянства времени и места. Продолжительность одной формы - 45-55 минут.

Групповая просветительская работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении, в интерьере комнаты должны преобладать спокойные, неяркие цвета. Для обеспечения мероприятий необходимы материальные ресурсы, для приобретения следующих инструментов: бумага, простые и цветные карандаши, ручки,

пластилин, мяч, глубокая тарелка, мягкие игрушки, клубок ниток, музыкальное сопровождение, компьютер и другие.

Структура просветительских форм работы с педагогами включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку и основные информационные блоки. Ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы педагогов и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и ритуал прощания (при необходимости рефлексия проводится после выполнения конкретного упражнения).

Формы психологического просвещения могут быть самыми разными: лекции, беседы, семинары, выставки, подборка литературы и пр. Однако все эти формы работы не должны проводиться на абстрактно-теоретическом уровне. Важно, чтобы они имели предметом своего обсуждения конкретные проблемы данного образовательного учреждения, данного контингента детей, т. е. наглядно показывали, что психологические знания имеют непосредственное отношение к решению конкретных проблем обучения и воспитания подростков. Известно, что такие «классические» мероприятия, как лекция или семинар в силу объективных причин (например, загруженность учителей) и некоторых профессионально-личностных особенностей педагогов (склонность к созданию и закреплению различных стереотипов и другое) являются крайне неэффективными.

Представленные формы работы достаточно вариативны. Возможность некоторого их изменения выражается в том, что ведущий может заменять игры и упражнения, или использовать дополнительные в зависимости от специфики группы педагогов.

Кадровое обеспечение предполагает наличие профессиональной подготовленности специалиста к выполнению данного вида работ, а также выполнение работ в соответствии с спецификой и технологией форм и методов просветительских мероприятий, наличие следующих компетентных специалистов, а именно: педагога-психолога, медицинского работника, социального педагога, педагогов.

Эффективной формой в работе не только с педагогическим коллективом, но и с родителями агрессивных подростков является социально-психологический тренинг (тренинг выработки адекватного поведения и конструктивных взаимоотношений в социальном окружении). Тренинговые занятия способствуют выработке у педагогов и родителей способности к активному слушанию, выражению своего состояния и слова доступно, договариваться с детьми. Приемы «активного слушания» могут быть отработаны в специальных упражнениях. Педагогов и родителей можно знакомить с

понятиями «принятие», «отвержение», с особенностями поведения принимающего и отвергающего взрослого.

В ходе занятий целесообразно использовать приемы ролевой игры, транзактного анализа, самоанализ, групповая дискуссия, актуализация своего состояния, моделирование поведения, домашнее задание. В силу устойчивости и повышенной сопротивляемости к изменениям отношений взрослых к детям, наиболее эффективным условием является активность участников в ходе проведения тренингов, чему способствовали групповые методы работы, игровые приемы.

Использование метода тренинга способствуют овладению педагогами и родителями адекватными формами поведения во взаимодействии с детьми. На тренингах родители и педагоги могут быть обучены игровой терапии, что расширит возможности родителей и педагогов эмпатического понимания проблем подростка, оценить эффективность ее использования в отношениях с детьми.

Важной задачей в работе с родителями и педагогами является подведение их к осознанию проблемы и формирование новых, конструктивных поведенческих и ценностных стереотипов. В ходе поведенческого тренинга испытуемые могут наблюдать за оптимальной моделью поведения, которая затем отработывалась в упражнениях, что позволяет перейти от контроля поведения к саморегуляции.

Групповые дискуссии способствуют выработке у родителей навыков анализа причин агрессивного поведения подростка. Применение данного метода способствует формированию способов эффективной коммуникации

Структура занятия с родителями и педагогами может включать: 1) психогимнастическое упражнение, направленное на повышение активности, 2) информационную часть, 3) работу со стимульным материалом, 4) закрепление полученной информации в играх и упражнениях, 5) домашнее задание.

Занятия могут включать информацию о возрастных особенностях развития подростков. В ходе занятий могут быть проиграны ситуации, где родители принимают роли подростков. Постепенно родители и педагоги начинали принимать их позицию, что способствует рефлексии отношений с подростком, устранению доминантности, авторитарности.

Далее вам будет предложена примерная тематика и содержание тренингов для родителей. Отметим, что эти занятия могут быть использованы и для педагогов.

Занятие 1. Вводное

Цель – знакомство участников тренинга друг с другом. Выяснение и обсуждение проблем в общении родителей (педагогов) с детьми.

Содержание занятия:

- 1) знакомство участников с целями и задачами тренинга, процедура знакомства, создание атмосферы свободы, групповой сплоченности;
- 2) обсуждение в группе значения данного тренинга;
- 3) выяснение и обсуждение проблем в общении педагогов с детьми.
- 4) обсуждение проведенного занятия.

Занятие 2. Родители и дети: особенности восприятия окружающего мира

Цель – обсуждение особенностей восприятия подростками и педагогами окружающей действительности, проявления эмоций, переживаний, особенностей поведения. Выработка навыков анализа причин актуализации эмоций разной модальности, возрастных особенностей поведения подростков.

Содержание занятия:

- 1) упражнение с мячом;
- 2) информационная часть;
 - 3) определение особенностей мировосприятия подростков и педагогов;
 - 4) заполнение анкет (может быть завершено дома);
 - 5) медитация «Самая запоминающаяся ситуация в подростковом возрасте».

Занятие 3. «Принятие и отвержение»

Цель – определение понятий «принятие» и «отвержение». Выяснение особенностей принимающего и отвергающего поведения родителя (педагога).

- 1) упражнение с шаром;
- 2) информационная часть;
- 3) эксперимент с языком «принятия» и «непринятия»;
- 4) психогимнастическое упражнение.

Занятие 4. Активное слушание как эффективный способ коррекции агрессивного поведения

Цель – ознакомление с целями и правилами «активного слушания» и их отработка в специальных упражнениях

- 1) упражнение не расслабление;
- 2) информационная часть;
- 3) работа в парах;
- 4) упражнение на поддержку.

Занятие 5 «Я-сообщения» и «Ты-сообщения»

Цель – ознакомление с моделями высказывания «Я-сообщение» и «Ты-сообщение», формирование способов эффективной коммуникации для разрешения проблем в общении с подростками, изменения агрессивного поведения.

- 1) упражнение с мячом;
- 2) информационная часть;
- 4) работа с раздаточным материалом;
- 5) игра с мячом.

Занятие 6. Конфликты

Цель – определение способов разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с методами беспроблемного метода разрешения конфликта (по Т. Гордону)

- 1) медитация «Луч»;
- 2) информационная часть;
- 3) упражнение «Образ конфликта»;
- 4) знакомство с методом беспроблемного разрешения конфликта (по Т. Гордону).

Занятие 7. Эго-состояния родителя (педагога)

Цель – знакомство с состояниями «Ребенок», «Взрослый», «Родитель». Развитие у участников тренинга способности различать их в поведении своем и подростков.

- 1) психогимнастическое упражнение;
 - 2) информационная часть;
 - 3) определение выраженности «Я» с помощью теста по характеристикам.
- Обсуждение.

Занятие 8. Социальный интеллект родителя (педагога)

Цель – анализ понятия «социальный интеллект», ознакомления с компонентным составом социального интеллекта, выработка социальных навыков.

- 1) упражнение «Нетрадиционное приветствие»;
- 2) информационная часть;
- 3) работа с раздаточным материалом «Что мне помогает и что мешает эффективно общаться с детьми, справиться с агрессией?»
- 4) совместная изобразительная деятельность.

Занятие 9. Ролевые и совместные игры

Цель – создание ситуаций взаимодействия и сотрудничества. Выработка навыков выхода из конфликтных ситуаций, за счет изменения состояния агрессии.

- 1) приветствие;
- 2) работа в подгруппах;
- 3) проведение игр и выработка в них навыков коррекции состояния агрессии.

Занятие 10. Заключительное

Цель – обсуждение результатов работы в группе, получение обратной связи от участников тренинга. Уточнение способов коррекции агрессивного поведения взрослого и подростка.

- 1) игра «Виртуальный подарок»;
- 2) обмен опытом;
- 3) ответы на вопросы ведущего в письменном виде;
- 4) заключительная часть. Обмен впечатлениями и мнениями.

Социально-психологический тренинг следует планировать с учетом результатов изучения особенностей отношений педагогов и родителей к детям, выявления личностных проблем значимых взрослых, подбора диагностических и формирующих методов. Всего может быть проведено 10 занятий с родителями и 10 занятий с педагогами. Каждое занятие может быть рассчитано на 1,5 часа при соблюдении режима проведения 1-2 встречи в неделю.

Список рекомендуемой литературы:

1. Агрессия у детей и подростков / Под ред. Н.М. Платоновой– СПб.: Изд-во «Речь», 2004 г., 345 с.

2. Басс А.Г. Психология агрессии // Вопросы психологии. – 1997. - №3. – С.60-67.
3. Берон Р. Агрессия. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000г., 35 с.
4. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. – СПб.: Изд-во «Речь», 2004 г., 46 с.
5. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога/учебнометодическое пособие. – М.: «Ось-89», 2002. – 224с.
6. Долгова А.Г., Агрессия в младшем школьном возрасте. Диагностика и коррекция. – М.: Изд-во «Генезис», 2009 г., 216 с.
7. Ключева Н.В.Технология работы психолога с учителем. - М.: ТЦ «Сфера», 2000. - 192с.
8. Коннор Д. Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков. – М.: Изд-во «Олма-Пресс», 2005, 241-289 с.
9. С. Г. Краснова. Социально-психологический тренинг для педагогов образовательных организаций. Учебно-методическое пособие. – Чебоксары: ЧРИО, 2016. – 58 с.
10. Кэмпбелл Р. Как справиться с гневом ребенка. –М.: Изд-во «Генезис», 1998, 125-198 с.
11. Масагутов Р.М. Детская и подростковая агрессия. – Уфа, 2002г.,68-198 с.
12. Можгинский Ю. Агрессия у подростков. Эмоциональный и кризисный механизм. – М.: Изд-во «Лань», 2008г., 28-241с.
13. Не дать ребенку стать жестоким. Н.Кириченко //Psychologies, февраль 2010г.,12-17 с.
14. Родионов В.А., Ступницкая М.А. Взаимодействие психолога и педагога в учебном процессе. - Ярославль: Академия развития, 2001. - 160с.
15. http://adalin.mospsy.ru/l_02_00/l_02_09g.shtml
16. <http://festival.1september.ru/articles/213517/>
17. <http://www.c-psycholog.ru/Help/uprajneniy/k/deti.html>
18. <http://www.psychologos.ru/>